

THE ROLE AND RESPONSIBILITIES OF A MIDWIFER IN PROVIDING WOMEN'S MENTAL HEALTH SUPPORT

Nur Dafiq¹, Reneldis Y. Geo², Mektildis Lindi³, Maria F. Denger⁴, Aprilia J. Lestari⁵, Leliana N. Ngiul⁶, Maria E. A. Jaya⁷, Frisilia G, Joma⁸.

^{1,2,3,4,5,6,7,8} Prodi D III Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Katolik Indonesia Santu Paulus Ruteng
Email Korespondensi: saungndaeng@gmail.com

ABSTRACT

The health aspect is an indicator of successful development, where health is a physical, mental and social condition, not only free from disease and disability but also spiritually and spiritually healthy (WHO 2015). Women's mental health is an important aspect that must be considered in reproductive health services. Women experience various physical and emotional changes throughout their life cycle, especially during pregnancy, childbirth and the postpartum period. These changes can affect a woman's mental well-being and impact her quality of life. Midwives are professional health workers who provide midwifery services to women throughout their lives. Midwives are not only responsible for maintaining women's physical health, but also their mental health. The method used in writing this article is to use a literature review, namely by searching for several articles via the Google Scholar website. From several articles reviewed, several roles and responsibilities of midwives were found in providing support for women's mental health. After that, compare one piece of literature with another to identify the role and responsibilities of midwives in providing support for women's mental health, and how midwives support women's mental health. Midwives are needed as the front guard to equip the community. Social support and psychological support are provided by midwives so that it is hoped that this anxiety and disappointment will disappear. When providing counseling or direction, midwives should use words that are easy to understand. Direction and counseling provide a supportive impression without isolating, especially for mothers who are having children for the first time.

Keywords: Mental Health, Women, Midwives, Role of Midwives

ABSTRAK

Aspek kesehatan merupakan salah satu indikator dari keberhasilan pembangunan, dimana kesehatan merupakan suatu keadaan fisik, mental, social, bukan hanya bebas dari penyakit dan kecatatan saja tetapi juga sehat jiwa rohani (WHO 2015). Kesehatan mental perempuan adalah salah satu aspek penting yang harus diperhatikan dalam pelayanan kesehatan reproduksi. Perempuan mengalami berbagai perubahan fisik dan emosional sepanjang siklus hidupnya, terutama saat hamil, melahirkan, dan masa nifas. Perubahan-perubahan ini dapat mempengaruhi kesejahteraan mental perempuan dan berdampak pada kualitas hidupnya. Bidan [adalah tenaga kesehatan profesional yang](#) memberikan pelayanan kebidanan kepada perempuan selama masa hidupnya. Bidan tidak hanya bertanggung jawab [untuk menjaga kesehatan fisik](#) perempuan, tetapi juga kesehatan mentalnya. Metode yang digunakan dalam penulisan artikel ini adalah menggunakan literature review, yaitu dengan melakukan pencarian beberapa artikel melalui website google scholar. Dari beberapa artikel yang ditelaah ditemukan beberapa peran dan tanggung jawab bidan dalam memberikan dukungan terhadap kesehatan mental perempuan. Setelah itu membandingkan antara satu literatur dengan literatur yang lain untuk mengidentifikasi peran dan tanggung jawab bidan dalam memberikan dukungan terhadap kesehatan mental perempuan, dan bagaimana bentuk dukungan bidan terhadap kesehatan mental perempuan bidan dibutuhkan sebagai garda terdepan untuk membekali masyarakat. Dukungan sosial dan dukungan psikologis diberikan oleh bidan sehingga diharapkan kecemasan dan kekecewaan ini menghilang. Dalam memberikan konseling atau arahan bidan harus menggunakan kata-kata yang mudah dipahami. Arahan dan konseling memberikan kesan yang mendukung tanpa mengucilkan, terutama kepada ibu yang baru pertama kali memiliki anak.

Kata Kunci: Kesehatan Mental, Perempuan, Bidan, Peran Bidan

PENDAHULUAN

Faktor kesehatan adalah salah satu parameter keberhasilan pembangunan, di mana kesehatan mencakup kondisi tubuh, pikiran, dan hubungan sosial, bukan hanya ketiadaan penyakit dan cacat, tetapi juga keberadaan kesejahteraan mental dan spiritual (WHO, 2015). Kesehatan tidak hanya terbatas pada aspek fisik atau fisiologis semata, melainkan merupakan keseluruhan kesejahteraan fisik, mental, dan sosial yang memungkinkan individu untuk hidup secara produktif dalam masyarakat, dan merupakan prioritas bagi semua individu, baik dari segi kesehatan fisik maupun psikologisnya (Tedros Adhanom Ghebreyesus; WHO, 2020).

Beban ekonomi yang tinggi, ketidaksetaraan sosial yang semakin membesar, dan ketidakpastian dalam situasi sosial telah menyebabkan gangguan psikologis muncul di masyarakat. Tuntutan akademis yang berat dan kurangnya kesiapan individu dalam menghadapinya juga dapat menyebabkan stres psikologis. Stres merupakan kondisi fisik yang timbul akibat tekanan dari faktor-faktor fisik, lingkungan, dan sosial yang tidak terkendali (Zhang et al., 2020).

Sebuah penelitian di Tasmania, Australia, menunjukkan bahwa terdapat potensi peningkatan kesehatan mental bagi perempuan di tempat kerja yang berkaitan dengan pengurangan stres kerja, seperti perubahan dalam struktur organisasi dan risiko psikososial, terutama ketika program promosi kesehatan mental diimplementasikan secara bersamaan (Jarman, 2016). Kebijakan dan aturan yang bersifat diskriminatif dan cenderung mengandung bias gender dapat menghasilkan perlakuan yang tidak adil terhadap perempuan di lingkungan sosial, tempat kerja, dan rumah tangga di Indonesia (WHO, 2017).

Beberapa isu seperti kemiskinan, disparitas upah, perdagangan manusia, dan kekerasan dalam rumah tangga dapat menyebabkan gangguan

kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi pada perempuan. Menurut laporan Riskesdes 2018, perempuan memiliki proporsi gangguan emosional dan depresi yang lebih tinggi daripada laki-laki. Diskriminasi terhadap perempuan tercermin dalam Angka Kematian

Ibu (AKI) yang masih tinggi, kasus reproduksi, kekerasan terhadap perempuan, dan penyebaran HIV/AIDS, seperti yang diungkapkan oleh Kementerian Kesehatan RI pada tahun 2019.

Selain itu, perbaikan kesehatan mental masyarakat juga terlihat dari adanya dukungan Penyelenggaraan pencegahan dan penanganan gangguan kesehatan mental secara menyeluruh di Indonesia diamanatkan oleh Undang-Undang Nomor 18 tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa. Pendekatan ini didukung oleh pelayanan kesehatan jiwa yang diselenggarakan secara bertingkat dan komprehensif, yang bertujuan mencakup baik kelompok rentan maupun berisiko serta seluruh segmen masyarakat. Untuk mendukung penyelenggaraan tersebut, tersedia dukungan sumber daya yang meliputi tenaga kerja, fasilitas, teknologi, dan dukungan finansial, politik, program-program pencegahan dan perawatan di tingkat nasional, puskesmas, dan komunitas. Di tingkat komunitas, beberapa gerakan seperti Komunitas Peduli Skizofrenia Indonesia, Kader Kesehatan Jiwa, Desa Siaga Sehat 286 Jiwa, serta platform daring seperti aplikasi kesehatan jiwa yang disediakan oleh Dirkeswa Kemenkes RI dan Pijar Psikologi telah tersedia (Ayuningtyas, 2018).

Di Indonesia, penanganan gangguan kesehatan mental lebih menekankan pada pencegahan dan peran komunitas dalam meningkatkan kesehatan mental individu. Penting untuk mengakui bahwa kondisi mental setiap individu beragam, oleh karena itu, merumuskan dan melaksanakan kebijakan untuk mengurangi gangguan mental memerlukan fokus pada pemberdayaan

Nur Dafiq, Reneldis Y. Geo, Mektildis Lindi, Maria F. Denger, Aprilia J. Lestari, Leliana N. Ngiul, Maria E. A. Jaya, Frisilia G, Joma: Peran Dan Tanggung Jawab Bidan Dalam Memberikan Dukungan Kesehatan Mental Perempuan

kesehatan individu, keluarga, dan komunitas.

Penting untuk mengakui bahwa kesehatan mental harus diperlakukan dengan serius seperti halnya aspek kesehatan lainnya, agar stigma yang salah terhadap individu yang mengalami gangguan mental dapat diatasi. Meskipun demikian, di Indonesia masih terjadi stigma, diskriminasi, isolasi, dan perlakuan tidak adil terhadap individu dengan gangguan jiwa, yang menghambat mereka untuk mengakses layanan kesehatan mental. Dengan mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan mental dan memberikan prioritas pada pelayanan kesehatan mental, kita dapat mendorong pengambilan keputusan dan intervensi yang sesuai terhadap masalah gangguan kesehatan mental di Indonesia (Ayuningtyas, 2018).

Isu kesehatan mental memiliki cakupan yang luas, termasuk dalam hal pembangunan individu yang seimbang serta peningkatan mutu hidup. Proses peningkatan kualitas hidup dimulai dari tahap persiapan pranikah, kehamilan, kelahiran, perawatan bayi, masa balita, anak-anak, remaja, hingga usia lanjut. Selain itu, salah satu aspek penting dari isu kesehatan mental adalah perhatian terhadap kesejahteraan mental perempuan.

Beberapa hal yang perlu dipertimbangkan dalam penanganan gangguan kesehatan mental pada perempuan yaitu

a. Perempuan memiliki kebutuhan yang berbeda dan spesifik sehingga perawatan yang efektif perlu didasarkan pada pemahaman tentang kebutuhan perempuan.

b. Perempuan memiliki hak atas layanan yang aman, hormat, dan merespon trauma dengan semestinya. Untuk masalah spesifik gender, perempuan berisiko lebih besar mengalami pelecehan baik di luar maupun di dalam layanan kesehatan mental dan sulit menemukan layanan penyembuhan trauma.

c. Perempuan seringkali tidak diberdayakan dan tidak memiliki kontrol atas diri atau tubuh mereka disertai adanya perasaan rendah diri sehingga hal ini perlu dipahami dan diatasi ketika melakukan pelayanan kesehatan mental terhadap perempuan.

d. Perempuan cenderung menjadi orang tua tunggal atau pengasuh utama, penyintas 282 pelecehan seksual dan kekerasan dalam rumah tangga, tinggal dalam kemiskinan dan kesulitan. Oleh karena itu layanan kesehatan mental perlu dikaitkan dengan segala aspek dan masalah spesifik yang dihadapi perempuan untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.

e. Perempuan memiliki beban ganda dan berbagai tanggungjawab sehingga tindakan pemulihan gangguan mental perlu dipusatkan pada faktor penyebab atau sumber gangguan mental mereka.

Kondisi kesehatan mental tidak dapat dianggap sama pada setiap individu, baik laki-laki maupun perempuan. Perempuan membutuhkan perhatian khusus terhadap kesehatan mental, terutama jika mereka termasuk dalam kelompok-kelompok marginal. Sayangnya, kesehatan mental perempuan sering diabaikan dan terbatas pada aspek-aspek yang berkaitan dengan reproduksi, seperti masalah Keluarga Berencana dan proses melahirkan anak.

Menurut WHO, gangguan mental umumnya dicirikan oleh kombinasi berbagai kondisi abnormal dalam pikiran, emosi, perilaku, dan interaksi sosial. Contoh gangguan tersebut meliputi skizofrenia, depresi, gangguan kecacatan intelektual, gangguan akibat penyalahgunaan narkoba, gangguan afektif bipolar, demensia, serta gangguan perkembangan seperti autisme (Ayuningtyas, 2018).

Dalam studi yang berkaitan dengan masalah kesehatan mental, sosial, dan perilaku masyarakat, telah teridentifikasi bahwa dampak depresi, kekerasan

Nur Dafi, Reneldis Y. Geo, Mektildis Lindi, Maria F. Denger, Aprilia J. Lestari, Leliana N. Ngiul, Maria E. A. Jaya, Frisilia G, Joma: Peran Dan Tanggung Jawab Bidan Dalam Memberikan Dukungan Kesehatan Mental Perempuan

dalam rumah tangga, kekerasan seksual, dan penyalahgunaan obat jauh lebih signifikan pada perempuan daripada pada laki-laki.

Prevalensi Gangguan mental atau stress menurut WHO

Angka kejadian stres cukup tinggi, hampir lebih dari 350 juta penduduk dunia mengalami stres, menjadikannya sebagai penyakit peringkat ke-4 di dunia menurut WHO. Sebuah studi prevalensi stres yang dilakukan oleh Health and Safety Executive di Inggris melibatkan 487.000 orang dewasa yang masih produktif pada periode tahun 2013-2014. Data tersebut menunjukkan bahwa tingkat kejadian stres lebih tinggi pada wanita (54,62%) daripada pada pria (45,38%) (Mengin et al., 2020).

Masalah gangguan mental tetap menjadi perhatian utama di Indonesia. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan RI tahun 2018, prevalensi gangguan mental emosional pada penduduk yang berusia ≥ 15 tahun meningkat menjadi sekitar 9,8%, naik dari hasil Riskesdas 2013 yang mencatat prevalensi sebesar 14 juta orang atau 6% dari total penduduk Indonesia usia 15 tahun ke atas. Hal ini menunjukkan bahwa kesehatan tidak hanya berkaitan dengan dimensi fisik atau fisiologis semata, namun juga aspek-aspek psikologis yang tidak boleh diabaikan.

Kesehatan bukan hanya sekedar ketiadaan penyakit, tetapi merupakan keadaan kesejahteraan fisik, mental, dan sosial yang memungkinkan individu untuk hidup secara produktif dalam masyarakat. Hal ini harus menjadi perhatian bagi setiap individu, baik dari segi kesehatan fisik maupun psikologisnya (Tedros Adhanom Ghebreyesus; WHO, 2020). Tingginya tekanan ekonomi, pertumbuhan ketimpangan sosial, dan ketidakpastian dalam situasi sosial telah menyebabkan masyarakat mengalami gangguan psikologis. Beban akademis yang berat

dan kurangnya kesiapan individu untuk menghadapinya juga dapat menyebabkan gangguan psikologis seperti stres. Stres merupakan respons fisik terhadap tuntutan fisik, lingkungan, dan situasi sosial yang tidak terkendali (Zhang et al., 2020).

Prevalensi Gangguan Kesehatan Mental RI Berdasarkan Gender (2019)

Di Indonesia, prevalensi gangguan kesehatan mental pada perempuan cenderung lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini sesuai dengan data yang dikumpulkan oleh Our World in Data pada tahun 2019. Our World in Data mencatat setidaknya lima jenis gangguan kesehatan mental yang umum terjadi, termasuk gangguan kecemasan, depresi, bipolar, skizofrenia, dan gangguan perilaku makan.

Prevalensi gangguan kecemasan pada pria Indonesia mencapai 2,7% pada tahun 2019, sementara pada wanita, angka prevalensinya mencapai 4,5%. Menurut Kementerian Kesehatan (Kemenkes), individu yang mengalami gangguan tersebut cenderung merasa khawatir, takut, atau bahkan mengalami serangan panik yang signifikan, mengganggu aktivitas sehari-hari dan menyebabkan kelelahan. Selain itu, prevalensi gangguan depresi pada pria Indonesia adalah 2%, sementara pada wanita, angkanya lebih tinggi, yakni 2,9%.

Depresi, kata Kemenkes, adalah perasaan sedih yang mendalam disertai demotivasi, badan mulai lelah, pola tidur dan makan berubah, tidak fokus, sampai ada keinginan untuk bunuh diri. Sementara gangguan bipolar, prevalensi laki-laki Indonesia sebesar 0,33%. Proporsinya sama dengan perempuan.

Nur Dafiq, Reneldis Y. Geo, Mektildis Lindi, Maria F. Denger, Aprilia J. Lestari, Leliana N. Ngiul, Maria E. A. Jaya, Frisilia G, Joma: Peran Dan Tanggung Jawab Bidan Dalam Memberikan Dukungan Kesehatan Mental Perempuan

Kemenkes menjelaskan, bipolar adalah gangguan mental yang ditandai dengan perubahan emosi yang drastis. Misalnya, dari rasa gembira yang membuncah tiba-tiba menjadi depresi yang parah. Kemudian ada skizofrenia, dengan prevalensi 0,31% untuk laki-laki. Pada gangguan ini, proporsi perempuan lebih rendah, yakni 0,27%.

Menurut Kementerian Kesehatan (Kemenkes), skizofrenia merupakan gangguan mental yang mengakibatkan gangguan persepsi terhadap realitas, ditandai dengan pengalaman halusinasi, pembicaraan yang tidak koheren, perasaan diri yang berbeda, dan sering kali disertai perilaku agresif yang berbahaya seperti merusak atau melukai orang lain. Terakhir, gangguan perilaku makan, atau eating disorder, memiliki prevalensi sekitar 0,09% pada laki-laki dan 0,13% pada perempuan di Indonesia.

Gangguan ini ditandai dengan pola makan yang tidak sehat atau tidak wajar, yang mengganggu asupan gizi tubuh dan dapat berdampak pada kesehatan emosional dan mental penderitanya. Jenis gangguan ini meliputi anoreksia nervosa (ketakutan akan peningkatan berat badan yang menyebabkan penolakan makan); bulimia nervosa (konsumsi makanan dalam jumlah besar diikuti dengan tindakan memuntahkan); binge-eating disorder (mengonsumsi makanan dalam jumlah besar tanpa kontrol); ruminasi (tindakan memuntahkan makanan yang belum tercerna secara menyeluruh secara berulang kali); avoidant/restrictive food intake disorder (menghindari makanan berdasarkan karakteristik sensorik tertentu); dan pica (kecenderungan untuk mengonsumsi bahan yang tidak dapat dimakan).

Menurut informasi yang disampaikan oleh Our World in Data, masalah kesehatan mental yang tidak baik dapat secara signifikan memengaruhi kesejahteraan individu, kemampuan

mereka untuk bekerja, dan hubungan mereka dengan teman, keluarga, serta masyarakat secara keseluruhan. Diperkirakan bahwa satu dari tiga wanita dan satu dari lima pria akan mengalami depresi berat dalam hidup mereka. Meskipun kondisi lain seperti skizofrenia dan gangguan bipolar lebih jarang terjadi, namun tetap memiliki dampak yang besar pada kehidupan masyarakat. Demikian yang diungkapkan oleh Our World in Data dalam sumber mereka.

Prevalensi kasus gangguan mental di NTT Akibat Kekerasan Terhadap Perempuan

Data dari aplikasi SIMPONI yang dikelola oleh pemerintah RI menunjukkan bahwa sepanjang tahun 2023, terdapat 1.026 kasus kekerasan terhadap perempuan yang tercatat di Nusa Tenggara Timur. Hal ini disampaikan oleh Kabid Perlindungan Perempuan Dinas Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak, Pengendalian Penduduk, dan Keluarga Berencana (P3A) NTT, Nikolaus Kewuan, di Kupang. Padahal masih banyak yang tidak tercatat dikarenakan rasa takut membuka aib sendiri.

“ada beberapa faktor yang menyebabkan hal ini, seperti aib dalam keluarga atau aib individu, serta persyaratan untuk masuk data yang membutuhkan nomor induk kependudukan. Akibatnya, hanya mereka yang langsung mendatangi unit layanan kekerasan terhadap perempuan yang tercatat dalam sistem.

Dari 1.026 kasus yang tercatat, jumlahnya tidak sebanding dengan total korban kekerasan yang mencapai 1.088 orang pada data per 9 Januari 2024. Korban kekerasan, termasuk perempuan dewasa dan anak-anak, dipicu oleh berbagai faktor, salah satunya adalah kekerasan fisik.

Nikolaus menjelaskan bahwa dalam aplikasi simponi terdapat tujuh jenis kekerasan yang dicatat, yaitu kekerasan

Nur Dafiq, Reneldis Y. Geo, Mektildis Lindi, Maria F. Denger, Aprilia J. Lestari, Leliana N. Ngiul, Maria E. A. Jaya, Frisilia G, Joma: Peran Dan Tanggung Jawab Bidan Dalam Memberikan Dukungan Kesehatan Mental Perempuan

fisik, psikis, seksual, eksploitasi, perdagangan manusia, penelantaran, dan jenis yang ketujuh belum teridentifikasi dari enam jenis sebelumnya.

Menurut data yang disampaikan oleh Kepala Seksi Pengaduan UPTD PPA NTT, Jefry Handre Aryandra, terjadi peningkatan pengaduan setiap tahunnya terkait kasus kekerasan terhadap perempuan, dengan yang paling dominan adalah kasus kekerasan psikis.

Jefry Aryandra menjelaskan bahwa pada tahun 2021 terdapat 108 pengaduan, kemudian meningkat menjadi 152 pada tahun 2022, dan sedikit menurun menjadi 150 pada tahun 2023. Kasus pengaduan kekerasan psikis menjadi yang paling banyak dengan jumlah 128 kasus, diikuti oleh kekerasan fisik sebanyak 9 kasus, penelantaran 8 kasus, pemerkosaan 2 kasus, dan trafficking 3 kasus terhadap perempuan.

Dalam kesempatan tersebut, Jefry Aryandra menyebutkan bahwa UPTD PPA NTT bekerja sama dengan Rumah Perempuan, Dinas Sosial, dan layanan konseling psikologi klinis untuk memberikan perawatan dan pemulihan psikis korban kekerasan.

Kesehatan mental perempuan merupakan bagian yang krusial dalam pelayanan kesehatan reproduksi. Selama siklus hidupnya, perempuan mengalami variasi fisik dan emosional, terutama saat mengandung, melahirkan, dan dalam masa nifas. Perubahan-perubahan ini dapat berpengaruh pada kesejahteraan mental perempuan dan berpotensi memengaruhi kualitas hidup mereka.

Meningkatkan kesehatan mental, terutama bagi perempuan, membutuhkan dukungan dan campur tangan dari berbagai sektor, termasuk pembangunan kebijakan dan peraturan yang tepat, penyediaan intervensi melalui program yang terintegrasi dengan masyarakat, memastikan

ketersediaan layanan dan dukungan yang memadai serta mudah diakses, mendukung inisiatif masyarakat lokal, dan memanfaatkan media untuk meningkatkan kesadaran akan kesehatan mental perempuan secara luas.

Bidan adalah profesional kesehatan yang memberikan layanan kebidanan kepada perempuan sepanjang hidup mereka. Tugas bidan tidak hanya memastikan kesehatan fisik perempuan, tetapi juga kesejahteraan mental mereka. Peran bidan dalam bidang medis sama pentingnya dengan tenaga kesehatan lainnya, karena pentingnya menjaga kesehatan ibu selama masa kehamilan, persalinan, dan menyusui dengan teliti. Selain memberikan dukungan untuk kesehatan fisik, perhatian terhadap dukungan mental juga penting agar ibu tetap tenang dan bahagia selama masa kehamilan dan masa menyusui eksklusif."

Bidan diakui sebagai profesional yang bertanggung jawab dalam perannya sebagai mitra bagi perempuan selama masa kehamilan, persalinan, dan pasca melahirkan. Mereka memberikan dukungan asuhan serta saran yang diperlukan selama periode tersebut. Tanggung jawab bidan mencakup penyelenggaraan pertolongan persalinan sesuai prosedur yang berlaku, menjaga kesehatan mental ibu, serta memberikan perawatan pada bayi baru lahir dan bayi. Asuhan yang diberikan mencakup tindakan pencegahan, promosi persalinan normal, deteksi komplikasi pada ibu dan bayi, memastikan akses terhadap perawatan medis atau pertolongan lainnya, dan memberikan tindakan darurat jika diperlukan.

Bidan juga mampu mengidentifikasi faktor risiko yang dapat meningkatkan kemungkinan gangguan kesehatan mental pada perempuan, seperti riwayat trauma, kekerasan dalam rumah tangga,

Nur Dafi, Reneldis Y. Geo, Mektildis Lindi, Maria F. Denger, Aprilia J. Lestari, Leliana N. Ngiul, Maria E. A. Jaya, Frisilia G, Joma: Peran Dan Tanggung Jawab Bidan Dalam Memberikan Dukungan Kesehatan Mental Perempuan

kurangnya dukungan sosial, atau kondisi medis tertentu. Jika bidan menemukan adanya gejala atau faktor risiko tersebut, mereka dapat merujuk perempuan ke layanan kesehatan mental yang sesuai untuk mendapatkan bantuan lebih lanjut

METODE

Metode yang digunakan dalam penulisan artikel ini adalah menggunakan literature review, yaitu dengan melakukan pencarian beberapa artikel melalui website google scholar. Dari beberapa artikel yang ditelaah ditemukan beberapa peran dan tanggung jawab bidan dalam memberikan dukungan terhadap kesehatan mental perempuan. Setelah itu membandingkan antara satu literatur dengan literatur yang lain untuk mengidentifikasi peran dan tanggung jawab bidan dalam memberikan dukungan terhadap kesehatan mental perempuan, dan bagaimana bentuk dukungan bidan terhadap kesehatan mental perempuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Peran dan tanggung jawab Bidan dalam memberikan dukungan terhadap kesehatan mental perempuan

Pelayanan kebidanan merupakan bentuk pelayanan profesional yang berfokus pada proses pengambilan keputusan dan tindakan yang dilakukan oleh seorang bidan sesuai dengan kewenangan dan praktik yang ditetapkan, didasarkan pada pengetahuan dan ketrampilan kebidanan (Yulifah, 2014).

Menurut WHO, ICM, dan FIGO, seorang bidan diakui secara resmi melalui program pendidikan yang sesuai, diakui secara hukum, ditempatkan, dan memiliki kualifikasi serta terdaftar di sektor yang relevan, memperoleh izin untuk praktik kebidanan. Menurut IBI, seorang bidan adalah seorang

perempuan yang telah menyelesaikan pendidikan bidan yang diakui dan lulus ujian sesuai dengan persyaratan yang berlaku. Ikatan Bidan Indonesia (IBI) menetapkan bahwa seorang bidan di Indonesia adalah perempuan yang telah lulus dari pendidikan bidan yang diakui oleh pemerintah dan organisasi profesi di wilayah Negara Republik Indonesia.

Bidan merupakan salah satu dari tenaga kesehatan yang sangat dekat dengan masyarakat Indonesia karena kemampuannya untuk memberikan layanan langsung melalui praktiknya. Mereka menyediakan pelayanan kebidanan kepada perempuan sepanjang rentang kehidupan, mulai dari sebelum hamil hingga masa-masa kehamilan, persalinan, pascapersalinan, dan masa nifas. Selain itu, bidan juga bertanggung jawab dalam memberikan panduan tentang perawatan bayi baru lahir, bayi, balita, dan anak prasekolah. Ini juga termasuk dalam memberikan informasi dan layanan terkait dengan kesehatan reproduksi perempuan serta program keluarga berencana.

Bidan melaksanakan tugas dan wewenangnya sesuai dengan perannya yang meliputi tidak hanya aspek fisik tetapi juga kesehatan mental. Peran bidan juga termasuk dalam upaya menjaga kesehatan mental dan memberdayakan perempuan. Kesehatan mental ibu menjadi fokus penting karena dalam rentang waktu mulai dari kehamilan, persalinan, hingga masa nifas, terjadi banyak perubahan yang bisa memengaruhi kondisi psikologis ibu. Bidan memperhatikan hal ini karena adanya potensi bagi ibu untuk mengalami kecemasan dan gangguan mental. Bidan diakui sebagai profesional yang memiliki tanggung jawab besar sebagai mitra bagi perempuan selama masa kehamilan, persalinan, dan pasca melahirkan. Mereka memberikan dukungan, nasihat, dan asuhan yang diperlukan selama periode tersebut. Tanggung jawab bidan meliputi pemberian pertolongan persalinan sesuai dengan kewenangnya,

Nur Dafiq, Reneldis Y. Geo, Mektildis Lindi, Maria F. Denger, Aprilia J. Lestari, Leliana N. Ngiul, Maria E. A. Jaya, Frisilia G, Joma: Peran Dan Tanggung Jawab Bidan Dalam Memberikan Dukungan Kesehatan Mental Perempuan

memperhatikan kesehatan mental ibu, serta memberikan perawatan kepada bayi baru lahir dan bayi. Asuhan yang diberikan mencakup tindakan pencegahan, promosi persalinan normal, deteksi komplikasi pada ibu dan bayi, memastikan akses terhadap perawatan medis atau bantuan lainnya, dan memberikan tindakan darurat sesuai kebutuhan.

Dalam sebuah wawancara dengan Nakita pada Minggu, 22 Mei 2022, Ketua Pengurus Daerah Ikatan Bidan Indonesia Provinsi DKI Jakarta (PD IBI DKI Jakarta), Hj. Sri Indiah, SST., MM, menyatakan bahwa selama menjadi seorang ibu, wanita akan mengalami kecemasan dan rasa takut akan kemampuannya dalam memberikan perawatan yang memadai bagi anak dan keluarga.

Kekhawatiran semacam ini muncul ketika seorang ibu merasa kurang percaya diri dalam merawat bayi. Oleh karena itu, peran bidan menjadi sangat penting sebagai garda terdepan dalam memberikan pengetahuan dan dukungan kepada masyarakat. Mengenai aspek kesehatan mental, saat hamil, perubahan hormonal akan mempengaruhi kondisi psikologis, dan kita perlu mempertimbangkan dampaknya. Misalnya, jika seorang ibu mengalami stres, bidan memberikan dukungan sosial dan psikologis untuk membantu mengatasi kecemasan dan ketidaknyamanan tersebut. Dalam memberikan konseling atau arahan, penting bagi bidan untuk menggunakan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami. Arahan dan konseling tersebut harus memberikan dukungan tanpa membuat ibu merasa diucilkan, terutama bagi ibu yang baru pertama kali merawat anak.

Karena takut atau khawatir bisa atau tidak ya melahirkan, bisa tidak ya menyusui rasa rasa kurang percaya diri harus kita bangkitkan, jangan ada kata kata negatif harus kita yakinkan, mindsetnya harus diberikan afermasi yang positif. Apalagi bagi ibu yang baru pertama kali melahirkan," ucap Sri Indiah. Sebagai tenaga kesehatan yang terampil, bidan memberikan pelayanan kebidanan kepada perempuan sepanjang rentang hidup mereka. Selain memperhatikan kesehatan fisik, bidan juga memiliki tanggung jawab untuk menjaga kesehatan mental perempuan. Peran bidan dalam memberikan dukungan terhadap kesehatan mental perempuan melibatkan beberapa langkah berikut ini:

Bentuk Dukungan Bidan dalam mendukung kesehatan mental perempuan

a. Memberikan Dukungan Emosional dan Psikologis

Bidan memiliki peran penting dalam memberikan dukungan emosional dan psikologis kepada perempuan selama masa kehamilan, persalinan, dan masa nifas. Dukungan ini mencakup berbagai bentuk, seperti konseling, jaminan, motivasi, dan empati. Melalui perannya, bidan membantu perempuan mengatasi berbagai emosi negatif yang mungkin mereka alami, seperti kecemasan, ketakutan, stres, kemarahan, kesedihan, atau depresi selama periode perinatal. Berdasarkan penelitian, dukungan emosional yang diberikan oleh bidan dapat memiliki dampak positif, seperti meningkatkan kepercayaan diri, mengurangi rasa sakit saat persalinan, mempercepat pemulihan pasca melahirkan, serta mencegah depresi pasca persalinan. Selain itu, dukungan emosional dari bidan juga dapat memperkuat ikatan antara ibu dan bayi,

Nur Dafiq, Reneldis Y. Geo, Mektildis Lindi, Maria F. Denger, Aprilia J. Lestari, Leliana N. Ngiul, Maria E. A. Jaya, Frisilia G, Joma: Peran Dan Tanggung Jawab Bidan Dalam Memberikan Dukungan Kesehatan Mental Perempuan

serta mempererat hubungan antara ibu dengan pasangannya.

b. Memantau Kesehatan Mental

Bidan juga memiliki peran dalam memantau kesehatan mental perempuan selama kehamilan, persalinan, dan masa nifas. Mereka dapat menggunakan alat penilaian seperti Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) atau Kessler Psychological Distress Scale (K10) untuk mengidentifikasi gejala gangguan kesehatan mental seperti depresi atau kecemasan. Bidan juga terlatih untuk mengenali faktor-faktor risiko yang dapat meningkatkan kemungkinan gangguan kesehatan mental pada perempuan, seperti riwayat trauma, kekerasan dalam rumah tangga, kurangnya dukungan sosial, atau kondisi medis tertentu. Jika bidan menemukan adanya gejala atau faktor risiko ini, mereka dapat merujuk perempuan tersebut ke layanan kesehatan mental yang sesuai untuk mendapatkan bantuan lebih lanjut.

c.

d.

1. Memberikan Pendidikan dan Sumber Daya

Bidan juga memiliki peran dalam memberikan pendidikan dan sumber daya kepada perempuan dan keluarga mereka untuk mendukung kesehatan mental. Mereka dapat memberikan informasi tentang perubahan yang terjadi pada tubuh dan pikiran perempuan selama kehamilan, persalinan, dan masa nifas. Selain itu, bidan juga memberikan tips tentang perawatan diri dan perawatan bayi baru lahir.

Bidan juga dapat mengajarkan teknik-teknik relaksasi, mindfulness, atau meditasi yang dapat membantu perempuan mengelola stres dan kecemasan. Mereka juga memberikan saran tentang pola tidur, pola makan, dan aktivitas fisik yang sehat. Selain itu, bidan juga dapat memberikan informasi tentang kontak atau situs web yang

dapat memberikan dukungan lebih lanjut terkait kesehatan mental.

2. Mengatasi Stigma dan Kesalahpahaman

Bidan juga memiliki peran penting dalam mengurangi stigma dan memperbaiki pemahaman seputar kesehatan mental. Stigma merujuk pada sikap negatif atau prasangka terhadap individu yang mengalami gangguan kesehatan mental. Sementara itu, kesalahpahaman mengacu pada pemahaman yang salah atau tidak akurat tentang gangguan kesehatan mental.

Dampak stigma dan kesalahpahaman dapat membuat perempuan merasa malu, bersalah, atau takut untuk mencari bantuan atau berbicara tentang masalah kesehatan mental mereka. Selain itu, stigma dan kesalahpahaman juga dapat mengakibatkan diskriminasi, pengucilan, atau perlakuan tidak adil terhadap perempuan yang mengalami gangguan kesehatan mental.

KESIMPULAN

Kesehatan mental perempuan adalah salah satu aspek penting yang harus diperhatikan dalam pelayanan kesehatan reproduksi. Perempuan mengalami berbagai perubahan fisik dan emosional sepanjang siklus hidupnya, terutama saat hamil, melahirkan, dan masa nifas. Perubahan-perubahan ini dapat mempengaruhi kesejahteraan mental perempuan dan berdampak pada kualitas hidupnya

Bidan [adalah tenaga kesehatan profesional yang](#) memberikan pelayanan kebidanan kepada perempuan selama masa hidupnya. Bidan tidak hanya bertanggung jawab [untuk menjaga kesehatan fisik](#) perempuan, tetapi juga kesehatan mentalnya peran bidan dibutuhkan sebagai garda terdepan untuk membekali masyarakat.

Dukungan sosial dan dukungan psikologis diberikan oleh bidan sehingga diharapkan kecemasan dan kekecewaan

Nur Dafiq, Reneldis Y. Geo, Mektildis Lindi, Maria F. Denger, Aprilia J. Lestari, Leliana N. Ngiul, Maria E. A. Jaya, Frisilia G, Joma: Peran Dan Tanggung Jawab Bidan Dalam Memberikan Dukungan Kesehatan Mental Perempuan

ini menghilang. Dalam memberikan konseling atau arahan bidan harus menggunakan kata-kata yang mudah dipahami. Arahan dan konseling memberikan kesan yang mendukung tanpa mengucilkan, terutama kepada ibu yang baru pertama kali memiliki anak.

DAFTAR PUSTAKA

Aziza, Nurul. 2023. *Buku Pendidikan Profesi Bidan*. Jawa Timur: Umisida. Diakses pada 6, Mei 2024. dari <file:///C:/Users/PLATINUM/Downloads/1389-Article%20Text-6568-1-10-20240104>.

WHO. 2017. *Buku Psikologi Pendidikan Profesi Bidan: Penanganan Gangguan Kesehatan Mental Pada Perempuan*. Jawa Timur: Umisida. Diakses pada 6, Mei 2024. dari <file:///C:/Users/PLATINUM/Downloads/1389-Article%20Text-6568-1-10-20240104>

Ayuningtyas.2018. *Buku Psikologi Pendidikan Profesi Bidan: Penanganan Gangguan Kesehatan Mental Pada Perempuan*. Jawa Timur: Umisida. Diakses pada 6, Mei 2024. dari <file:///C:/Users/PLATINUM/Downloads/1389-Article%20Text-6568-1-10-20240104>

Jarman,2016. *Buku Psikologi Pendidikan Profesi Bidan: Kebijakan Asuhan Gangguan Kesehatan Mental pada Perempuan di Indonesia dan Dunia*. . Jawa Timur: Umisida. Diakses pada 6,

Mei 2024. dari <file:///C:/Users/PLATINUM/Downloads/1389-Article%20Text-6568-1-10-20240104>

Kementrian Kesehatan RI, 2019. *Buku Psikologi Pendidikan Profesi Bidan: Kebijakan Asuhan Gangguan Kesehatan Mental pada Perempuan di Indonesia dan Dunia*. Jawa Timur: Umisida. Diakses pada 6, Mei 2024. dari <file:///C:/Users/PLATINUM/Downloads/1389-Article%20Text-6568-1-10-20240104>

Pratiwi, K & Rusinani, D. 2020. *Buku Ajar Psikologi Perkembangan Dalam Silkus Hidup Wanita*. Yogyakarta: Deepublish Diakses pada 6, Mei 2024. dari <https://www.masa.biz.id/bagaimana-peran-bidan-dalam-memberikan-dukungan-terhadap-mental-perempuan>.

Yulifah, 2014. *Peran Bidan* Diakses pada 6, Mei 2024. dari <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/4573/3/3%5B1%5D>.

Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing), Vol 8, No 1, Tahun 2022

Rany V.S,2024 Diakses pada 21 Mei 2024 dari <https://www.rri.co.id/daerah/512377/kasus-kekerasan-psikis-terhadap-perempuan-meningkat-di-nttg>.

Tedros Adhanom Ghebreyesus; WHO, (2020).