

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Momen persalinan bukan hanya penyambutan kelahiran sosok bayi kecil ke dunia, namun juga terlahirnya seorang perempuan yang menjadi ibu dengan ragam peran dan tanggung jawab baru (Lothian, 2008). Proses menjadi seorang ibu umumnya ditandai dengan sebuah perjalanan indah, yang mencakup penemuan, pembelajaran, dan pengalaman berharga yang positif; Walaupun beberapa perempuan juga mengalami masa transisi menjadi ibu yang didefinisikan dengan rasa kelelahan, frustrasi, dan gejolak emosional. Perasaan kehilangan kendali dan tekanan emosional tidak hanya mempengaruhi ibu, tetapi juga telah diketahui efek buruk bagi bayi (Stapleton et al., 2012). Menjadi ibu adalah sebuah peran dan tanggung jawab baru yang menggiring perempuan pada situasi krisis yang penuh tekanan (Javadifar et al., 2016). Situasi stres dalam periode *postpartum* adalah sebuah reaksi kognitif, hormonal, dan emosional karena adanya tuntutan pengasuhan anak, seperti menyusui (Lazarus, S & Folkman, 1984; Lothian, 2008). Seperti pemaparan Dr. Sacks yang tertera di laman New York Times, *“For most women, pregnancy and new motherhood is a joy — at least some of the time. But most mothers also experience worry, disappointment, guilt, competition, frustration, and even anger and fear”* (Sacks, 2017).

Walaupun melahirkan seorang anak adalah sebuah kebahagiaan, namun tidak dipungkiri peristiwa ini menempatkan ibu pada situasi yang penuh stress (Javadifar et al., 2016). Hill (1949) Sebuah peristiwa atau tekanan yang membawa perubahan pada sistem keluarga bisa dikonseptualisasikan sebagai stressor. Stres ini mengarah pada titik krisis, dan ketika

orang tidak dapat menangani stres ini dengan baik dengan keterampilan mengatasi internal atau sumber daya eksternal mereka, stres kemudian meluas menjadi tantangan bagi keluarga. Untuk menghindari penularan stres ini, orang tua harus memiliki keterampilan dan sumber daya *internal coping* yang memadai untuk menjaga stres pada tingkat yang dapat dikelola. Stres tidak hanya akan membawa perasaan ketegangan bagi orang tua, tetapi juga akan mengubah hubungan orang tua-anak dan dinamika keluarga (McKenry et al., 2000). Stres pengasuhan adalah konstruksi yang luas, dan mencakup pengalaman pengasuhan negatif mulai dari jengkel dengan perilaku anak dan ketidakbahagiaan dengan interaksi orang tua-anak hingga keinginan untuk tanggung jawab orang tua yang lebih sedikit dan perasaan ketidakmampuan (Deater-Deckard, 1998). Stres atau tekanan mental yang melanda Ibu pasca persalinan biasa disebut *postpartum depression* (PPD), sebuah masalah kesehatan masyarakat, salah satu yang merongrong kesehatan ibu tetapi juga anak dan masa depan orang dewasa (Dawson, 1999).

Depresi pasca persalinan atau *postpartum depression* (PPD) adalah istilah yang diberikan untuk serangan Gangguan Depresi Mayor yang mulai terjadi selama kehamilan atau dalam waktu 4 minggu setelah kelahiran (APA, 2013) meskipun dalam praktiknya digunakan untuk depresi yang terjadi dalam tahun pertama sejak lahir (Stowe et al., 2005; Halbreich & Karkun, 2006; Skalkidou et al., 2012). Depresi pasca persalinan dikaitkan dengan biaya untuk ibu dan anak-anak mereka. Misalnya, menghambat kemampuan ibu untuk merawat dirinya sendiri dan bayinya (Downey & Coyne, 1990; Boath et al., 2007), dan dikaitkan dengan peningkatan risiko berbagai penyakit terkait peradangan (Mykletun et al., 2009; Keicolt-Glaser & Glaser, 2002). Depresi pasca persalinan juga dikaitkan dengan defisit dalam berbagai hasil perkembangan kognitif, sosial, dan fisik anak-anak (Cogill et al., 1986; Gelfand dan Teti, 1990; Murray dan Cooper, 1997; Beck, 1998; Wright et al., 2006). Kesehatan mental ibu semakin menjadi agenda kesehatan masyarakat

karena konsekuensi fisiologis dan psikologis untuk kematian ibu-bayi (Bauer et al., 2014). Dalam ilmu keperawatan kesehatan mental, komunikasi adalah komponen penting dari semua intervensi terapeutik. Pengetahuan dan keterampilan interpersonal yang dimiliki seorang perawat penggunaan untuk berkomunikasi adalah aspek penting dalam membantu orang yang mengalami masalah atau tekanan kesehatan mental (Morrissey & Callaghan, 2011) termasuk dalam untuk kesehatan mental maternal pada periode pasca persalinan (Kavehfarsani et al., 2020). Keterampilan komunikasi bukan hanya harus dimiliki perawat yang sedang merawat Ibu dengan kondisi depresi pasca persalinan, namun juga menjadi kunci perawatan yang harus dikuasai oleh sang ibu dan lingkungan sekitarnya, seperti; berbicara dengan pasangan, keluarga, dan teman dalam membantu pemenuhan bayi dan urusan domestik, Ibu jangan menyembunyikan perasaannya dan harus membicarakannya, luangkan waktu untuk pergi keluar dengan mengunjungi teman, atau menghabiskan waktu berdua dengan pasangan, dan ibu disarankan untuk berbicara dengan ibu lain atau bergabung dengan kelompok pendukung atau komunitas sesama Ibu (Siu et al., 2016; Wang et al., 2015).

Dalam penelitian (Downe et al., 2018; Finlayson et al., 2020) tentang perawatan ibu pasca persalinan ditemukan bahwa untuk mencapai suasana keibuan yang baik antara Ibu dan anak dibutuhkan usaha yang bersinergi dengan berbagi pihak. Suasana keibuan yang positif dalam periode pasca persalinan mencakup dukungan terhadap harga diri, keberdayaan, dan otonomi tubuh, serta menyesuaikan adaptasi hubungan intim dengan pasangan dan anggota keluarga lainnya, tujuannya agar Ibu bisa mendapatkan kesehatan dan kesejahteraan bagi bayi dan diri sendiri (Finlayson et al., 2020). Lingkungan *positive motherhood* atau suasana keibuan yang positif menjadi sebuah harapan dan cita-cita yang diidamkan bagi banyak Ibu (Downe et al., 2018; Finlayson et al., 2020; Gruber et al., 2013). Kehadiran suami yang menemani ibu dalam

menyesuaikan diri dengan peran dan tanggung jawab barunya dapat membantu kesejahteraan mental ibu (Yuliawan & Betty Rahayuningsih, 2014). Namun, sayangnya tidak semua suami siap menjadi rekan yang mendampingi istri pada masa *postpartum*, hal ini didukung oleh data penelitian yang menunjukkan bahwa Indonesia adalah salah satu negara *fatherless country* di dunia yang maksudnya adalahnya betapa minimnya keikutsertaan peran ayah dalam mengurus anak (Ashari, 2018). Absensi kehadiran ayah dalam lingkungan keluarga terasa dan terlihat dari berbagai hal, mulai dari memberikan perhatian, menemani anak belajar ataupun bermain. Ibu menjadi sosok yang diberikan tanggung jawab dan mengurus segala keperluan anak Karunia 2018 (Riyanto, 2019)

Di Indonesia, mengurus anak umumnya dilakukan oleh perempuan, yang mana terjadi pembagian peran jenis kelamin berelasi fisik – biologis dalam sebuah keluarga. Mujahidah dan Jaunedi menyatakan “Peran jenis kelamin adalah peran yang melekat sesuai dengan kodrat yang berelasi dengan fisik-biologi. Ini seperti adanya peran perempuan yang memiliki rahim dan mampu hamil, melahirkan, dan menyusui,” (Mujahidah & Fajar, 2021). Pelanggaran dominasi dari ideologi patriarki yang eksis di banyak sendi kehidupan masyarakat menjadi pemicu utama keadaan bias gender ini, bahkan dalam pembagian peran sebagai orangtua dalam keluarga (Sakina & Hasanah, 2017). Dirunut dari sejarahnya, terminologi patriarki bermula dari pemerintahan autokrasi yang kekuasaan sebuah wilayah hanya dilakukan oleh laki-laki sebagai pemimpin tunggal di masa kerajaan Babilonia (Daradinanti, 2022) lalu berkembang menjadi *patriarchy* yang artinya adalah “*the rule of father*” hingga kemudian di akhir abad ke-20 istilah *patriarchy* atau patriarki banyak dipakai oleh aktivis feminis untuk menggabarkan sebuah gagasan tentang sebuah system sosial yang dikendalikan oleh laki-laki dewasa (Cannell & Green, 1996; Hennessy, 2012; Meagher, 2011)

Dikotomi atau pemisahan peran domestik dan publik bagi laki-laki dan perempuan, menjadi sebab utama terpenjaranya perempuan di rumah dan terdomestikasi sementara laki-laki secara bebas leluasa bergerak di ranah publik (Aisyah, 2014). Ketidakseimbangan pola relasi suami-istri inilah yang oleh Marx dan Engels dilabeli sebagai pola relasi materialist-determinism yang terjadi dalam ranah rumah tangga, suami adalah cerminan kaum borjuis nan superior, sementara kaum proletar yang terinferior adalahnya pasangannya, sang istri (Randall, 1987).

Salah satu indikator kondisi ketimpangan gender di Indonesia bisa dilihat dari Gender Development Index (GII) yang merupakan proyek kerja dari UNDP. PPB telah merilisi data yang mencatat bahwa Indonesia ada di peringkat ke-103 dari 162 negara dalam perilaku kesetaraan gender, melalui peringkat ini dipastikan Indonesia menempati peringkat tiga terendah di ASEAN (UNDP, 2020). Handayani (2018) mengatakan bahwa permasalahan ketimpangan gender ini tidak hanya mempengaruhi perkembangan kondisi sosial, ekonomi, Pendidikan, dan keamanan antara perempuan dengan laki-laki, namun juga bisa memberika dampak negatif ketika isu diskriminasi gender ini hadir dalam ranah keluarga. Sementara itu, untuk mengembalikan semangat ibu di pasca persalinan dan mencegah gangguan mental di masa *postpartum*, dibutuhkan peran dukungan dari suami berupa empati, pelukan, dan aksi membantu pekerjaan domestik (Baghersad et al., 2019), dan ada hubungan yang nyata antara dukungan peran suami dengan kejadian depresi pasca persalinan atau *postpartum blues* (Fitrah et al., 2019). Perempuan biasanya berbagi cerita dengan para tenaga kesehatan pasca persalinan ketika bertemu di klinik ataupun rumah sakit (McLellan & Laidlaw, 2013), dan bahkan di jaman dahulu Ibu yang mengalami depresi pasca persalinan dahulu cenderung diam dengan tidak mengngomunikasikan beragam kesulitannya karena belum banyaknya informasi seputar kesehatan mental maternal (Pratignyo, 2022). Berdasarkan hasil wawancara penulis dengan psikolog keluarga, Mega Tala, dikatakan bahwa; “*Ketika kebutuhan*

akan mencari dukungan suami pada masa *postpartum* tidak tercapai maka, istri akan mencari dari sumber lain demi kenyamanan psikologisnya,” (Tala, 2021). Ketika komponen manusia menjadi sangat penting bagi ibu untuk mendapatkan dukungan sosial selama periode *postpartum*, ternyata teknologi bisa menjadi sekutu besar dalam membantu ibu selama periode ini. Teknologi dapat membantu memberi tahu orang tua dengan andal dan juga dapat memberi mereka alat yang tepat untuk menemukan orang yang mendukungnya (Slomian et al., 2017). Teknologi Internet pun menjadi media yang memberikan informasi dan *support peer* bagi perempuan karena memungkinkan mereka terlibat dalam praktik pencarian dukungan emosional, hiburan dan koneksi dengan orang lain serta belajar tentang kehamilan dan merawat bayi dan anak kecil (Lupton, 2016).

Salah satu cara agar ibu baru dapat menerima dukungan untuk menavigasi tanggung jawab baru mereka, mengelola dan kondisi terkait kesehatan mental adalah melalui dukungan yang ditawarkan melalui Situs Jejaring Sosial (*Social Networking Service - SNS*) seperti Facebook (Morris, M et al., 2011). Pada Juni 2017, Facebook memiliki rata-rata 1,32 miliar pengguna aktif harian dan 2,01 miliar pengguna aktif bulanan di seluruh dunia (Facebook, 2017). Facebook melalui fitur forum yang dimilikinya mampu menyajikan interaksi online yang dapat mendorong keterlibatan offline pada saat yang sama, secara kontra-intuitif, karena mendorong kesejahteraan individu yang membangun interaksi dalam forum tersebut (Pendry & Salvatore, 2015). Gibson dan Hanson (2013) melalui penelitian etnografinya menemukan bahwa Ibu melihat Facebook sebagai platform yang berharga untuk menjaga relasi sosial selama periode *postpartum*, mencari pengetahuan baru yang dibutuhkan untuk memvalidasi pilihan dan tindakan mereka dalam merawat anak yang baru lahir, dan membangun identitas baru.

Tidak terbatas pada negara-negara maju saja, penggunaan Facebook dan pengaruhnya terhadap kehidupan masyarakat cenderung terlihat. Pertumbuhan yang berkelanjutan di negara-

negara berkembang juga (Saha & Das, 2017). Menurut data yang dirilis oleh YouGov penggunaan Facebook di Indonesia tembus lebih dari 140juta (Media Indonesia, 2021). Dari ratusan juta pengguna ini, wacana digital terjadi di platform Facebook pun ramai dan tumbuh dengan beragam topik, termasuk wacana bagi ibu yang dalam masa *postpartum*, merasa inferior karena tidak mendapatkan dukungan suami.

Dalam penelitian ini, peneliti fokus pada ibu yang sedang mengalami gangguan kesehatan mental maternal dengan melakukan pencarian informasi dan dukungan sosial yang dinavigasi melalui wacana di ruang SNS yaitu forum Facebook agar dapat membantu mereka mengatasi depresi pascapersalinan akibat minimnya dukungan suami. Kontribusi utama dari penelitian ini adalah untuk menunjukkan bahwa forum Facebook sebagai media komunikasi basis digital mampu memberikan wadah bagi para ibu di periode pasca persalinannya dalam mendapatkan kesejahteraan mental yang terus-menerus tanpa batas, dibanding hanya dengan melakukan komunikasi offline atau analog. Objek penelitian yang dikaji adalah forum Facebook MotherHope Indonesia.

1.2. Identifikasi Masalah

Beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya telah dirangkum agar menjadi bahan referensi dan pembeda dari penelitian kali ini, sehingga menghasilkan pengetahuan yang penting, baru, dan bermanfaat dalam kajian Ilmu Komunikasi. Sebuah kebaruan dari penelitian ini didapatkan dari hasil perbandingan dengan penelitian-penelitian terdahulu yang telah dikaji oleh peneliti lainnya. Penelitian terdahulu terkait kesehatan mental maternal yang pernah dilakukan adalah sebagai berikut: Penelitian de Choudhury et al. (2017) melihat bagaimana permasalahan

gender dan budaya yang ada di struktur sosial menyebabkan gangguan kesehatan mental, dan mengungkap bahwa perempuan lebih banyak menggunakan sosial media, dan cenderung lebih mau mencari solusi kesehatan mental di jejaring sosial dibanding laki-laki. Penelitian kedua dari Saha & Das (2017) yang memaparkan tentang perkembangan tren *mom blogger* di negara berkembang, Bangladesh terbukti mampu saluran dalam merilis rasa depresi ibu pasca persalinan. Penelitian ketiga dari Ningrum (2017) tentang faktor-faktor yang menyebabkan depresi pasca persalinan. Kemudian, Penelitian Fitrah et al. (2017) untuk mengetahui angka kejadian *postpartum blues*, untuk mengetahui distribusi frekuensi dukungan suami, dan untuk melihat hubungan dukungan suami terhadap kejadian *postpartum blues*, yang menyimpulkan bahwa rata-rata ibu *postpartum* kurang mendapatkan dukungan suami. Setelah itu, ada juga penelitian dari Sitefane et al. (2020) tentang pentingnya komunikasi pasangan dalam kesejahteraan kesehatan mental maternal di negara Mozambik. Strategi untuk mempromosikan komunikasi pasangan dalam intervensi RMNCAH (*Reproductive, Maternal, Neonatal, Child, and Adolescent Health*) harus didorong oleh tenaga kesehatan, kebijakan dan pedoman untuk praktik penyedia kesehatan berbasis fasilitas dan upaya promosi kesehatan berbasis masyarakat. Penelitian dari de Magistris et al. (2013) menyatakan bahwa depresi pasca persalinan adalah patologi wanita yang bisa menjadi agak serius pada kesehatan psikis pria sebagai pasangannya sehingga menempatkan dalam bahaya stabilitas keluarga dan keseimbangan psikologis dan emosional anak. Sementara itu, penelitian Alatas & Sutanto (2019) berfokus pada gerakan *cyberfeminisme* sebagai pemberdayaan perempuan melalui media baru, yang konsepnya digunakan oleh kelompok perempuan dalam rangka pembebasan dan pemberdayaan. Selain itu ada penelitian dari Lestari Pambayun (2018) yang mengungkap keberadaan wacana atau diskusi perempuan tentang problematika pertelevisian, baik dari sisi konten atau program-program, produksi maupun konsumsi yang mereka nilai sangat

merugikan dan tidak mencerdaskan dalam konteks gender tampaknya peran perempuan sebagai anggota komunitas *e-forum* Cerdas Nonton Televisi yang beranggotakan kurang lebih 3000 ini masih kurang "bersuara", artinya realitas dominasi diskusi atau wacana masih digenggam laki-laki.

Berkaitan dengan paparan dari penelitian-penelitian terdahulu, peneliti sudah melakukan kajian dari hasil penelitian terdahulu dengan apa yang ingin peneliti angkat, dan telah menemukan celah atau *gap* penelitian. Kesenjangan atau *gap* yang ditemukan oleh peneliti dalam jurnal-jurnal sebelumnya ialah mengangkat isu depresi pasca persalinan tidak dalam kajian ilmu komunikasi, dan lebih terfokus pada ilmu kebidanan, kesehatan masyarakat, ataupun psikologi. Walaupun ada pembahasan mengenai kegiatan di media digital berupa penulisan blog yang dilakukan para ibu sebagai sarana ekspresi diri dalam menjalankan kehidupannya sebagai ibu, namun belum secara terperinci membahas media komunikasi digital sebagai sebuah medium untuk mengugat ideologi patriarki yang menekan para Ibu.

Peran dan dukungan suami secara nyata dapat memberikan kesejahteraan bagi kesehatan mental maternal. Namun, konteks sosial masyarakat Indonesia yang merupakan *fatherless country* di mana peranan ayah yang sangat minim dalam aktivitas keluarga karena telah terjadi pelanggaran ideologi patriarki di berbagai sendiri kehidupan bermasyarakat termasuk keluarga menjadikan ibu memiliki beban dalam mengurus anak di periode *postpartum* tanpa dukungan suami. Ketika dukungan suami tidak bisa didapatkan karena adanya unsur superior laki-laki yang menyebabkan ketimpangan gender dalam keluarga, para ibu pun mencari dukungan di ranah media digital. Karakteristik media digital yang bisa menyajikan arus ilmu pengetahuan, dan mampu menjadi wadah membangun relasi sosial yang menjadi *community peer support* ibu di masa *postpartum*.

Banyak terjadi wacana di ruang digital yang ada di Facebook forum grup MotherHope Indonesia terkait kesehatan mental maternal yang diperburuk dengan minimnya dukungan suami pada masa pasca persalinan adalah sebuah gejala sosial di mana perempuan menuntut kesetaraan peran suami dalam berumah tangga. Suara perempuan yang dituangkan dalam forum MotherHope Indonesia ini seperti “suami saya tidak ada di samping saya, ingin rasanya bunuh diri karena tidak bisa memberikan ASI (air susu ibu) ke anak saya”. Ketika ruang digital mampu menampung aspirasi para Ibu dalam menyuarakan kegundahannya akan konstruksi keluarga yang tidak responsif gender di masa pasca persalinan dikarenakan dominasi patriarki, apakah ini sebuah indikasi gerakan *cyberfeminisme* yang menuntut kesetaraan dalam menyikapi persoalan *postpartum* melalui wacana digital yang diutarakan?

1.3. Pertanyaan Penelitian

Penulis menyusun wawasan dari studi-studi sebelumnya yang lebih menyajikan isu kesehatan mental maternal selama periode pasca persalinan dalam perspektif medis dan psikologis, bahwa kesehatan mental maternal juga merupakan topik kajian ilmu komunikasi ketika dituangkan dalam wacana di media baru dalam menuntut kesetaraan peran ayah. Penulis melanjutkan penelitian ini agar lebih sistematis dan kritis dengan menyusun dua pertanyaan penelitian:

1. Bagaimana para ibu di periode *postpartum*nya memposisikan diri mereka sebagai makhluk inferior yang sedang berusaha mendobrak dominasi patriarki dalam keluarga melalui wacana-wacana dikemas di sosial media.
2. Bagaimana para Ibu menyuarakan isu kesehatan mental maternal dan ideologi yang menyelubunginya lalu diartikulasikan dalam wacana digital di forum Facebook, MotherHope Indonesia.

1.3. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi wacana digital di di ruang digital terkait isu kesehatan mental maternal di periode *postpartum* dan dominasi patriarki yang adalah dalam struktur keluarga. Peneliti secara kritis mengeksplorasi sejauh mana ibu memanfaatkan new media dalam membangun wacana digital untuk mendobrak ideologi patriarki yang mengganggu kesehatan mental maternal mereka.

1.4. Kegunaan Penelitian

Dalam penelitian-penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya, peneliti merangkum beberapa topik yang pernah dibahas. Pertama, dalam penelitian sebelumnya yang bersifat kuantitatif penelitian melihat sejauh mana Ilmu Kesehatan Jiwa memandang peran suami terhadap kesejahteraan mental maternal selama periode pasca persalinan. Kedua, pembahasan relasi hubungan sosial dan budaya terkait isu *postpartum* pada ibu. Ketiga, kajian sosial media yang berdampak pada kesehatan mental maternal di negara berkembang. Keempat, rangkaian studi kuantitatif yang melihat korelasi kesehatan mental maternal dengan dukungan sosial dan suami. Kelima, studi tentang *cyberfeminisme* terkait pemberdayaan perempuan melalui media baru.

Dari topik-topik penelitian sebelumnya ini, penulis ingin berkontribusi untuk menyajikan penelitian keterkaitan antara dominasi ideologi, kesehatan mental maternal dalam wacana di ruang digital untuk membangun pengetahuan dalam lingkup ilmu komunikasi dan sebuah wujud gerakan *cyberfeminisme* yang memperjuangkan kesehatan mental maternal selama periode *postpartum*.

1.4.1. Kegunaan Akademik

Penelitian ini akan memperkaya kajian baru pada kajian-kajian akademis perkembangan media sosial dan penggunaannya di masyarakat, terutama untuk melihat bagaimana suara kaum ibu di masa pasca persalinan yang tidak terdengar karena adanya budaya patriarki yang mengikat. Penelitian ini dapat memperkaya kajian mengenai ranah media baru, media sosial, kajian gender dan hubungannya dengan kondisi mental manternal pasca persalinan dan budaya patriarki yang dibedah menggunakan perspektif kritis dalam sudut pandang ibu yang tidak berdaya di masa *postpartumnya*.

1.4.2 Kegunaan Sosial

Penelitian ini akan berguna memahami bagaimana media komunikasi mampu menjadi medium kaum ibu yang tidak berdaya di masa pasca persalinannya akibat adanya ketimpangan posisi gender dengan pasangannya. Secara sosial, penelitian ini dapat bermanfaat untuk memberikan gambaran kepada masyarakat luas mengenai suara-suara perempuan yang tidak berdaya di masa pasca persalinan dan mereka suarakan di forum diskusi Facebook.