

## ABSTRAK

Angka kejadian *postpartum blues* di Indonesia diperkirakan mencapai 50 – 70% dari ibu nifas. Berdasarkan hasil studi pendahuluan sebagian besar ibu mengalami tanda dan gejala yang mengarah pada kejadian *postpartum blues* seperti sulit tidur, tidak ada nafsu makan, perasaan tidak berdaya atau kehilangan kontrol, terlalu cemas atau tidak perhatian pada bayi dan perasaan berdebar. Tujuan penelitian ini adalah untuk menggambarkan faktor kejadian *postpartum blues* pada ibu nifas.

Metode penelitian deskriptif dengan desain penelitian *Cross Sectional*. Tempat penelitian di Wilayah Kerja Puskesmas Sumberberas Kabupaten Banyuwangi pada bulan Juli – Agustus 2024. Populasi pada penelitian ini sebanyak 43 ibu nifas yang mengalami *postpartum blues* sedangkan besar sampel sebanyak 30 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling* dan cara pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan perhitungan statistik deskriptif.

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa ibu yang mengalami *postpartum blues* hampir setengah (46,7%) berusia <20 tahun, hampir seluruh (83%) mendapat dukungan keluarga yang cukup dan sebagian besar (70%) tidak siap menjadi seorang ibu.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Sumberberas Kabupaten Banyuwangi yang mengalami *postpartum blues* banyak yang berusia < 20 tahun dan banyak yang tidak siap menjadi ibu meskipun mendapat dukungan keluarga yang cukup. Usia, dukungan keluarga dan kesiapan menjadi seorang ibu merupakan faktor penyebab terjadinya *postpartum blues* pada ibu nifas. Upaya yang dapat dilakukan yaitu dengan memberikan penyuluhan dan pendampingan pada ibu nifas.

**Kata kunci : *Postpartum Blues*, Usia, Dukungan Keluarga, Kesiapan Menjadi Ibu**