

**Program Studi Sarjana Keperawatan Dan Pendidikan Profesi Ners
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan
Agustus, 2023**

ABSTRAK

**Hubungan Antara Welas Diri dengan Tingkat Kesejahteraan Psikologis Ibu
Postpartum di Kabupaten Pekalongan**

Dina Ulya^{1*}, Ratnawati^{2*}

¹Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

Email : dinaulya093@gmail.com^{1*} Ratnawati2704@gmail.com^{2*}

Latar Belakang : Perubahan psikologi ibu *postpartum* sering menunjukkan emosi yang tidak menentu setelah melahirkan, terutama kesedihan dan lekas marah, masalah psikologis tersebut dapat dihadapi oleh ibu *postpartum* dengan menumbuhkan kesejahteraan psikologis. Salah satu cara untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis ibu *postpartum* dengan cara menumbuhkan sikap welas diri untuk dapat mengurangi gejala depresi, kecemasan, kekhawatiran agar mencapai kesejahteraan psikologis ibu *postpartum*. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara welas diri dengan tingkat kesejahteraan psikologis ibu *postpartum* di Kabupaten Pekalongan.

Metode : Penelitian ini menggunakan deskriptif korelasi dengan pendekatan cross sectional. Sampel yang diambil dengan teknik *purposive sampling* sebanyak 79 ibu *postpartum* di Kabupaten Pekalongan. Pengambilan data menggunakan kuesioner Skala Welas Diri (SWD) & kuesioner *Psychological Well-Being*. Analisa data yang digunakan uji *spearman rank*.

Hasil : Penelitian ini menunjukkan terdapat 53 orang mengalami welas diri tinggi (67,1%), dan 46 orang dengan kategori kesejahteraan psikologis kurang (58,2%). Hasil analisa menunjukkan adanya hubungan antara welas diri dengan tingkat kesejahteraan psikologis ibu *postpartum* P value = 0,000 ($p < 0,05$).

Simpulan : Terdapat hubungan antara welas diri dengan tingkat kesejahteraan psikologis ibu *postpartum* di Kabupaten Pekalongan, dari hasil tersebut diharapkan perawat dapat membantu meningkatkan welas diri dan kesejahteraan psikologis ibu *postpartum* dengan cara pendidikan kesehatan.

Kata kunci : Ibu *postpartum*, kesejahteraan psikologis, welas diri

Daftar Pustaka : 44 (1989-2023)