

KOMUNIKASI INTERPERSONAL PASANGAN SUAMI ISTRI DALAM MENGHADAPI KELAHIRAN ANAK PERTAMA (*BABY BLUES SYNDROME*) DI KELURAHAN TANJUNG SARI KOTA MEDAN

Disti Adila Sani ^{1*}, Muhammad Husni Ritonga ²

^{1*2} Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara,
Kabupaten Deli Serdang, Provinsi Sumatera Utara, Indonesia.

Email: disti0105192049@uinsu.ac.id ^{1*}, muhammadhusniritonga@uinsu.ac.id ²

Histori Artikel:

Dikirim 11 Maret 2023; *Diterima dalam bentuk revisi* 21 April 2023; *Diterima* 25 April 2023; *Diterbitkan* 20 Mei 2023. Semua hak dilindungi oleh Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) STMIK Indonesia Banda Aceh.

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana pasangan suami istri berkomunikasi satu sama lain. dalam menghadapi kelahiran anak pertama (baby blues syndrome) di kelurahan Tanjung Sari Kota Medan. Untuk mengidentifikasi informan, digunakan metode multi-stage snowball sampling dalam penelitian kualitatif ini, yang meliputi wawancara dengan empat pasangan suami istri yang bertempat tinggal di Kelurahan Tanjung Sari Kota Medan. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa konflik yang timbul dari perubahan dalam hal komunikasi interpersonal antar pasangan dapat diatasi dengan melakukan pendekatan konstruktif (keterbukaan, komunikasi dan kompromi) guna membantu pasangan menjaga kelangsungan hubungan selama periode kelahiran anak pertama (baby blues syndrome).

Kata Kunci: Komunikasi Interpersonal; Pasangan Suami Istri; Baby blues Syndrome.

Abstract

The purpose of this study is to ascertain how interpersonal of married couples in facing the birth of their first child (baby blues syndrome) in Tanjung Sari sub-district, Medan City. This study used qualitative methods using methods like interviews with four married couples who live in Tanjung Sari Village to collect data, Medan City, the assurance of witnesses was gotten through snowball testing techniques carried out in multistages. The results of the study show that conflicts arising from changes in interpersonal communication between couples can be overcome by taking a constructive approach (openness, communication and compromise) to help couples maintain the continuity of the relationship during the period of birth of the first child (baby blues syndrome).

Keyword: Interpersonal Communication; Married Couple; Baby blues Syndrome.

1. Pendahuluan

Orang tidak bisa dipisahkan dari yang namanya korespondensi, karena dalam menjalankan aktivitas sehari-hari manusia memerlukan komunikasi untuk menjalin hubungan antar satu sama lain. Fungsi mendasar dari komunikasi yaitu sebagai sarana untuk memfasilitasi interaksi sosial. Individu dan kelompok, serta individu dan kelompok, menjadi terhubung melalui interaksi sosial [1]. Komunikasi interpersonal merupakan salah satu jenis komunikasi. Joseph A. Devito mendefinisikan komunikasi interpersonal sebagai percakapan antara dua orang atau lebih yang berdampak satu sama lain dan mempunyai kesepakatan atau perjanjian untuk mencapai tujuan bersama. Suatu bentuk komunikasi yang dikenal sebagai komunikasi interpersonal melibatkan pertukaran pesan antara dua orang atau lebih. Dalam komunikasi interpersonal, sumber, pesan, penerima, dan saluran umpan balik semuanya berperan [2]. Secara umum komunikasi interpersonal diartikan sebagai interaksi dilakukan oleh dua orang atau lebih, terlepas dari yang mana saling mempengaruhi persepsi satu sama lain [3]. Jadi dapat disimpulkan komunikasi intrerpersonal apakah komunikasi tatap muka antara dua orang atau lebih yang berdampak satu sama lain untuk mencapai tujuan bersama, contoh dari komunikasi interpersonal itu seperti komunikasi yang dilakukan oleh pasangan suami dan istri.

Pernikahan adalah kejadian penting yang akan dihadapi oleh setiap orang, karena pernikahan adalah jalan penyatuan dua orang yang tidak bersama, menjadi dalam setiap kasus bersama dalam menjalankan kehidupan mereka [4]. Dalam pernikahan komunikasi interpersonal menjadi faktor penting untuk menentukan hubungan pernikahan yang diharapkan hubungan yang harmonis. Dalam Pasal 1 Undang-Undang Nomor Tahun 1974 dinyatakan bahwa perkawinan adalah ikatan lahir batin antara seorang pria dengan seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan ketuhanan yang maha esa.

Untuk mendapatkan hubungan harmonis dalam pernikahan, pasangan suami istri harus melakukan komunikasi yang efektif. Sebagaimana yang dikatakan Devito (1997) komunikasi yang efektif adalah komunikasi yang menekankan kualitas pada keterbukaan (*openess*), empati (*emphaty*), dukungan (*supportiveness*), sikap positif (*positiveness*), dan kesetaraan (*equality*) [5][6]. Pasangan suami istri harus mampu membangun komunikasi yang sehat seperti menjadi pendengar yang baik, mampu memaafkan ketika ada masalah, saling terbuka dan saling percaya, saling menghormati, tidak saling menyalahkan, serta peduli dan menyayangi satu sama lain. Dengan adanya komunikasi yang sehat dapat memperkuat hubungan antara suami dan istri. Selain itu komunikasi yang sehat juga dapat meningkatkan kepuasan hubungan bersama.

Banyak muncul permasalahan rumah tangga di akibatkan karena suami istri jarang berkomunikasi dan aktif. Banyaknya masalah yang hanya terkubur dalam hati tidak dibicarakan, sehingga menumpuk dan menjadi semakin besar dan sulit untuk diselesaikan [7]. Salah satu permasalahan yang kerap muncul dalam pernikahan yaitu kurangnya komunikasi antar pasangan, terutama pasca kelahiran anak pertama (*baby blues syndrome*). Melahirkan adalah anugerah terbesar dan momen yang paling di tunggu-tunggu pasangan suami istri ataupun keluarga. Namun terdapat fase dimana seorang ibu mengalami depresi pasca persalinan dan hanya sedikit ibu yang menyadarinya. *Baby blues syndrome* merupakan kecenderungan yang tidak menyenangkan yang dialami oleh seorang ibu setelah mengandung anak. Jadi, biasanya ibu akan mengalami perubahan suasana hati seperti merasa tidak berguna, tidak tertarik dengan bayinya, tidak bisa berfikir dengan jernih, dan lain-lain. Biasanya *baby blues syndrome* terjadi 3-4 hari setelah kelahiran sang buah hati. Lalu bisa berlanjut selama 2 minggu, dan jika hal tersebut berlanjut lebih lama maka disebut dengan *postpartum depression* [8].

Kesehatan mental seorang ibu setelah melahirkan sangatlah penting tidak boleh diabaikan, karena dapat berdampak negatif ke anak atau keluarga. Kondisi ini dapat dialami oleh 4 dari 5 orang tua baru atau 80%. *Baby blues syndrome* dapat dialami oleh orang tua baru ataupun orang tua yang sudah beberapa kali melahirkan, dari segala usia, pendapatan, budaya, dan tingkat pendidikan. Jadi siapapun beresiko dapat terkena *baby blues syndrome*. Kasus *baby blues syndrome* atau *postpartum blues* ini cukup umum, berkisar antara 26 hingga 85 persen di Asia, dan antara 50 hingga 70 persen wanita pascapersalinan di Indonesia menderita sindrom *baby blues* [9].

Penelitian ini juga didukung dengan 2 penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Fitriyani (2017) yang menyatakan bahwa dari sampel 35 ibu, 19 (54,3%) ibu nifas tidak mengalami sindrom *baby blues*, dan hanya 45,7 persen ibu yang mengalami kondisi tersebut. Sindrom *baby blues* lebih memengaruhi ibu secara emosional dan membuat mereka merasa takut tanpa alasan yang jelas. Kondisi ini biasanya kembali normal dalam waktu dua minggu setelah kelahiran tanpa perawatan khusus. Jadi yang di butuhkan oleh ibu yang mengalami *baby blues syndrome* yaitu menenangkan dan membantu mereka merawat bayinya terutama membantu dalam pekerjaan rumah [10].

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Sitti (2023) yang menyebutkan perasaan bahagia ibu menjadi minoritas karena hanya 5 dari 9 yang memiliki perasaan bahagia, yang mana perasaan bahagia itu hanya sebagai kalimat pembuka karena sudah terlepas dari beban mengandung bayi dan diikuti dengan ungkapan emosi lainnya. Emosi ibu yang mengalami *baby blues syndrome* dipicu oleh beberapa faktor yaitu kurangnya dukungan dari suami ataupun keluarga. Biasanya ibu cenderung mengungkapkan perasaannya secara langsung atau memendamnya dan mengalihkan pikirannya pada berbagai aktivitas, seperti bercerita ke teman, menonton, jalan-jalan atau memainkan game. Padahal daripada melakukan aktivitas tersebut sang ibu lebih mengharapkan dukungan dari suami, keluarga, ataupun petugas kesehatan [11].

Berdasarkan paparan dari penelitian terdahulu yang sudah dijelaskan di atas, peneliti akan mengkaji tentang (1) Bagaimana komunikasi interpersonal pasangan suami istri dalam menghadapi kelahiran anak pertama (*baby blues syndrome*) di kelurahan Tj. Sari Kota Medan, (2) Bagaimana hambatan komunikasi interpersonal pasangan suami istri menghadapi kelahiran anak pertama (*baby blues syndrome*) di kelurahan Tj. Sari Kota Medan, (3) Bagaimana manajemen komunikasi interpersonal pasangan suami istri dalam menghadapi kelahiran anak pertama (*baby blues syndrome*) di kelurahan Tj. Sari Kota Medan. Novelty atau kebaruan dari Penelitian ini yaitu objek Penelitian yang mana merupakan pasangan suami istri yang terkena *baby blues syndrome* di Kota Medan Kecamatan Tanjung Sari. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana komunikasi interpersonal yang terjalin antara pasangan suami istri pada kelahiran anak pertama (*baby blues syndrome*) karena saat ini masi banyak pasangan yang tidak sadar betapa pentingnya menjaga komunikasi antara pasangan guna mencegah ataupun mengatasi *baby blues syndrome*.

2. Metode Penelitian

Pendekatan kualitatif deskriptif digunakan dalam penelitian ini. Mulyana mendefinisikan penelitian kualitatif sebagai penelitian interpretatif yang menggunakan berbagai metode untuk menyelidiki masalah penelitian [12]. Pendekatan penelitian kualitatif adalah pendekatan penelitian deskriptif yang tidak menggunakan angka dan statistik dalam pengumpulan data. Pendekatan ini menitikberatkan pada penggunaan analisis dan menggunakan teori atau konsep yang ada sebagai bahan pendukung pembentukan teori. Hasil penelitian meliputi penggalan informasi tentang orang atau perilaku yang diamati. Informasi tersebut bersumber dari catatan atau memorandum, naskah wawancara dan dokumen pendukung lainnya [13].

Metode *snowball sampling* yang dilakukan dalam beberapa tahap merupakan metode yang digunakan dalam penelitian ini untuk tujuan pengumpulan data. Untuk memulai, temukan informan yang pengetahuan dan karakteristiknya sesuai dengan konteks penelitian. Dengan demikian akan diperoleh rekomendasi calon responden yang karakteristiknya sesuai dengan tujuan penelitian yang akan diperoleh [14]. Dengan empat pasangan suami istri sebagai informan utama dan satu informan ahli sebagai konfirmasi informasi, data kualitatif dikumpulkan melalui wawancara atau proses pembekalan lisan. Wawancara suami istri dilakukan secara terpisah agar informan dapat berbagi informasi dengan lebih leluasa.

Dalam penelitian ini memanfaatkan prosedur pemeriksaan informasi model cerdas. Reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan serta verifikasi data merupakan tiga tahapan proses analisis, negara bagian Miles dan Huberman [15]. Tahap awal reduksi data yaitu memilih informasi yang relevan dengan penelitian dengan cara mengurangi atau menambahi informasi jika dirasa data masih kurang. Tahap kedua penyajian data yaitu, mengelompokkan data menurut kategori agar

memudahkan peneliti dalam menganalisis data. Tahap akhir yaitu menyimpulkan data yang didukung dengan bukti-bukti yang valid. Selanjutnya peneliti menguji keabsahan data melalui trigulasi sumber dengan mewawancarai berbagai narasumber yaitu informan ahli terkait penelitian yang dilakukan guna menguji kredibilitas data.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Komunikasi Interpersonal Pasangan Suami Istri Pasca Kelahiran Anak Pertama

Berdasarkan wawancara yang dilakukan secara mendalam dengan informan didapatkan hasil yaitu berkurangnya intensitas komunikasi antar pasangan serta kasih sayang dari pasangan. Hal tersebut didukung oleh penelitian sebelumnya mengenai perubahan dalam pernikahan, yang menunjukkan hasil yaitu berkurangnya intensitas komunikasi yang terjalin antara pasangan suami istri akan mempengaruhi kualitas hubungan yang mana komunikasi itu sangatlah penting karena dapat menjaga kesehatan fisik dan emosional pasangan [16].

Tabel 1. Karakteristik informan

Nomor	Informan	Keterangan
1	Pasangan I	Menikah hampir 4 tahun, suami dan istri sama-sama bekerja, anak kedua
2	Pasangan II	Menikah hampir 3 tahun, suami dan istri sama-sama bekerja, anak pertama
3	Pasangan III	Menikah hampir 5 tahun, suami bekerja, istri tidak bekerja, anak kedua
4	Pasangan IV	Menikah hampir 2 tahun, suami bekerja, istri tidak bekerja, anak pertama (kembar)

Sumber : Data diolah Peneliti melalui wawancara.

Berkurangnya komunikasi interpersonal yang terjalin antara pasangan suami dan istri pasca kelahiran anak pertama memberikan dampak terhadap kehidupan rumah tangga mereka. Faktor terbesar terjadinya penurunan intensitas komunikasi tersebut yaitu dikarenakan istri lelah berkerja sekaligus menjaga anak sehingga waktu antara suami dan istri berkurang. Seperti yang dikatakan oleh 3 dari 4 pasangan, istri tidak terlalu merasakan adanya perbedaan sedangkan suami lebih merasakan adanya perbedaan antara sebelum dan sesudah istri mengalami *baby blues syndrome*. Para suami beranggapan pasangan mereka menjadi lebih emosional ketika kelelahan setelah bekerja dan mengurus anak. Selain terjadinya penurunan intensitas komunikasi, peneliti juga menemukan adanya ketidakstabilan emosi yang dialami pasangan pasca kelahiran anak pertama (*baby blues syndrome*) yaitu seperti berteriak histeris, mudah menangis, merasa dirinya tidak berguna, mudah kelelahan, dsb yang menyebabkan hampir seluruh tindakan suami dianggap salah oleh istri.

3.2 Hambatan Komunikasi Interpersonal Suami Istri Pasca Kelahiran Anak Pertama

Berdasarkan penelitian didapatkan hasil bahwa tiga dari empat pasangan yang mengalami *baby blues syndrome* merasa tidak dapat menyesuaikan diri dengan peran barunya yaitu menjadi orang tua. Ketidaksiapan tersebut disebabkan oleh beberapa faktor yaitu kurangnya edukasi atau informasi mengenai *baby blues syndrome* sehingga ibu belum siap menerima adanya perubahan mood yang naik turun pada fase *baby blues syndrome*. Hal tersebut didukung oleh penelitian sebelumnya bahwa banyak pasangan yang menganggap *baby blues syndrome* bukanlah masalah yang besar serta sedikitnya pengetahuan mengenai *baby blues syndrome*, sehingga suami dan istri tidak memiliki kesiapan untuk menghadapi situasi jika terjadinya *baby blues syndrome* [17].

Selanjutnya ada juga faktor yang disebabkan oleh kurangnya keterbukaan istri kepada suami. Istri cenderung memendam daripada mengungkapkan apa yang dirasakan sehingga suami tidak tahu harus melakukan apa yang mengakibatkan istri merasa kelelahan mengurus semuanya sendiri dan merasa

kurangnya perhatian dari sang suami. Temuan psikolog ahli menunjukkan bahwa memang demikian, yang didukung oleh keterbukaan antar pasangan sangatlah penting, karena dengan menyampaikan apa yang dirasakan, akan mempermudah pasangan untuk mengetahui tindakan apa yang harus di ambil guna mengatasi ketidakstabilan emosional pasangan. Menurut psikolog hal tersebut dapat menjaga fungsionalitas peran individu untuk menghindari konflik berkepanjangan lebih lanjut.

Sedangkan hambatan yang dialami oleh pasangan IV yaitu istri merasa kurangnya dukungan dari suami dan juga keluarga yang dikarenakan hubungan *long distance relationship*. Istri merasa kewalahan dalam mengurus anak walaupun adanya bantuan dari *babysitter*, karena istri merasa peran suami tetaplah penting adanya belum lagi mereka memiliki bayi kembar yang mana membutuhkan tenaga yang ekstra. Berkurangnya intensitas komunikasi yang dialami oleh pasangan IV sangatlah berdampak pada peningkatan emosional istri. Menurut teori tribulasi relasi kondisi tersebut merupakan aspek ketidakpastian hubungan yang menggambarkan keterlibatan pasangan dalam hubungan tersebut. Ketidakpastian hubungan merupakan gangguan lain yang kerap terjadi diantara pasangan suami istri yaitu kesulitan individu dalam menjalankan perannya tanpa adanya keterlibatan dari pasangan. Hasil ini menunjukkan kurangnya validasi dari pasangan, kurangnya perhatian, dan juga menurunnya fungsi individu ketika sedang tidak bersama pasangan [18].

3.3 Manajemen Konflik Komunikasi Interpersonal Suami Istri Pasca Kelahiran Anak Pertama

Berdasarkan hasil penelitian konflik yang timbul terkait dengan peran dan tanggung jawab antar pasangan dalam mengurus anak, yang terjadi karena adanya kesenjangan komunikasi atau komunikasi yang tidak efektif antara suami dan istri, sehingga menyebabkan pembagian peran dan tanggung jawab yang tidak seimbang, dimana istri lebih banyak berperan dalam mengurus anak. Menurut Leanne, *et al* (2020) dalam penelitiannya mengatakan bahwa konflik akan timbul jika pembagian tanggung jawab tidak seimbang sehingga terjadi peningkatan tekanan pada salah satu individu, yang dapat menyebabkan salah satu pihak menganggap hubungan mereka tidak adil [19]. Adapun konflik lain yang ditemukan peneliti yaitu menurunnya intensitas komunikasi antar pasangan seperti kurangnya perhatian dari suami yang bekerja. Hal tersebut didukung oleh pendapat para ahli bahwa intensitas komunikasi antar pasangan sangatlah penting karena dapat membantu pasangan dalam menghadapi periode *baby blues syndrome*. Maka dari itu jika terjadinya penurunan intensitas komunikasi sama halnya dengan menghilangkan aspek penting dalam hubungan yang berdampak pada kesulitan dalam menghadapi suatu perubahan dalam hubungan yang dapat menimbulkan konflik-konflik baru.

Selain itu juga ada konflik yang dialami oleh pasangan IV yaitu merasa kurangnya dukungan dari suami dan keluarga dikarenakan *long distance relationship*. Suami merasa karena istri sudah dibantu oleh *babysitter* saja sudah cukup, padahal istri merasa peran suami tetaplah penting apalagi mereka memiliki bayi kembar yang mana membutuhkan kasih sayang yang ekstra. Hal ini sesuai dengan pendapat psikologi ahli bahwa faktor dukungan suami memiliki hubungan yang erat dengan terjadinya *baby blues syndrome* karena ibu masih sulit untuk menyesuaikan diri dengan peran barunya sebagai ibu. Sebagai suami yang menjalankan hubungan jarak jauh, suami dapat untuk selalu menanyakan istri terkait apa saja yang dibutuhkan, mendengarkan keluh kesah istri, dan meyakinkan istri bahwa suami akan selalu ada walau terhalang oleh jarak. Dengan begitu istri tidak akan merasa menurunnya fungsionalitas dari suami dan *baby blues syndrome* dapat teratasi.

Menurut hasil penelitian adapun upaya yang dapat dilakukan pasangan dalam memajemen konflik yang timbul yaitu dengan melakukan keterbukaan antar pasangan, seperti mengutarakan apa yang dirasakan, melakukan kompromi setiap terjadinya konflik, dan saling mendengarkan keluh kesah satu sama lain. Hal ini didukung oleh pendapat para ahli yaitu dari lima aspek keefektifan komunikasi, keterbukaan menjadi salah satu aspek penting yang harus dimiliki pasangan dalam berkomunikasi (DeVito, 2001). Keterbukaan antar pasangan dalam menghadapi *baby blues syndrome* sangatlah penting untuk diperhatikan, dengan memberitahu pasangan tentang apa yang kita rasakan, dapat membantu pasangan untuk mengetahui tindakan apa yang harus diambil untuk mengatasinya. Menurut pendapat psikologi ahli dengan adanya sifat keterbukaan yang dimiliki pasangan dapat membantu memastikan bahwa peran individu dalam hubungan berfungsi dengan baik agar tidak menimbulkan dampak yang

berlangsung lama. Menurut hasil penelitian, peneliti juga menemukan bahwa komunikasi dapat membantu pasangan dalam memajemen konflik yang terjadi pasca kelahiran anak pertama (*baby blues syndrome*). Berdasarkan hasil penelitian, upaya yang efektif untuk manajemen konflik yaitu dengan konstruktif (keterbukaan, komunikasi dan kompromi) guna membantu pasangan menjaga kelangsungan hubungan selama periode kelahiran anak pertama (*baby blues syndrome*).

4. Kesimpulan

Menurut temuan penelitian ini, komunikasi interpersonal yang terjadi pada pasangan suami istri dalam menghadapi kelahiran anak pertama (*baby blues syndrome*) telah mengakibatkan banyak konflik, termasuk pergeseran dalam komunikasi interpersonal pasangan yang mengalami *baby blues syndrome*. Dengan adanya perubahan peran menjadi orangtua baru menimbulkan kelelahan fisik dan peningkatan emosional yang tidak stabil pada istri yang mana lebih banyak mengurus anak. Kesenjangan komunikasi juga dialami oleh pasangan yang disebabkan karena tidak seimbang pembagian kerja dalam mengurus anak. Istri lebih banyak mengurus anak di rumah dan merasa kurangnya perhatian dari suami. Strategi dalam memajemen konflik Strategi yang berguna (keterbukaan, komunikasi, dan kompromi) ditemukan dalam penelitian ini.

Terdapat saran yang dapat diberikan kepada suami istri berdasarkan temuan penelitian. Terdapat saran yang dapat diberikan kepada suami istri berdasarkan temuan yang mengalami *baby blues syndrome* agar lebih meningkatkan intensitas komunikasi dengan pasangannya karena komunikasi adalah kunci keberhasilan dalam masa perubahan peran menjadi orang tua. Sebagai pasangan harus lebih memberikan perhatian, kasih sayang, serta bantuan fisik seperti pembagian pekerjaan yang seimbang agar mengurangi hambatan pasca kelahiran anak pertama (*baby blues syndrome*). Serta, suami ataupun istri diharapkan untuk bertanggungjawab penuh terhadap perannya masing-masing agar tidak menimbulkan konflik baru yang berkepanjangan.

5. Daftar Pustaka

- [1] Ayuningtyas, F., Venus, A., Suryana, A. and Yustikasari, Y., 2020. Pola Komunikasi Insan Berkemampuan Khusus: Studi Etnografi Komunikasi pada Interaksi Sosial Insan Berkemampuan Khusus di Rumah Autis Cabang Depok. *Ekspresi dan Persepsi: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 3(2), pp.98-109. DOI: <https://doi.org/10.33822/jep.v3i2.1785>.
- [2] Agustin, M.R.A., Rahimia, N., Hasyim, M.M. and Kurniawati, M.F., 2023. Pola Komunikasi Interpersonal Keluarga Dalam Pemulihan Kesehatan Mental Penyintas Covid-19 Tahun 2020. *Ekspresi Dan Persepsi: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 6(1), pp.32-40. DOI: <https://doi.org/10.33822/jep.v6i1.4498>.
- [3] Anggraini, C., Ritonga, D.H., Kristina, L., Syam, M. and Kustiawan, W., 2022. Komunikasi Interpersonal. *Jurnal Multidisiplin Debasen (MUDE)*, 1(3), pp.337-342. DOI: <https://doi.org/10.37676/mude.v1i3.2611>.
- [4] Assegaf, S.R.F.H., 2022. *Kematangan emosi dan komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri: Studi korelasi pada pasangan suami istri alumni Pondok Pesantren Assalafi Al Fitrah Surabaya* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- [5] DeVito, J.A., 2001. *The interpersonal communication book*. Longman Publishing Group.

- [6] Nurislamiah, M., 2021. Komunikasi Interpersonal Pasangan Suami Istri Dalam Upaya Menjaga Keharmonisan Rumah Tangga. *Communicative: Jurnal Komunikasi dan Penyiaran Islam*, 2(1), pp.15-29.
- [7] Najooan, H.J.I., 2015. Pola komunikasi suami istri dalam menjaga keharmonisan keluarga di Desa Tondegan II Kecamatan Kawangkoan Kabupaten Minahasa. *Acta Diurna Komunikasi*, 4(4).
- [8] Wulansari, P.S., 2017. Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Tentang *Baby blues*, Proses Persalinan, Dan Paritas Dengan *Baby blues* Di Rsia Srikandi Ibi Kabupaten Jember. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 13(1). DOI: <https://doi.org/10.19184/ikesma.v13i1.7024>.
- [9] Susanti, L.W. and Sulistiyanti, A., 2017. Analisis Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya *Baby blues* Syndrom Pada Ibu Nifas. *Infokes: Jurnal Ilmiah Rekam Medis dan Informatika Kesehatan*, 7(2). DOI: <https://doi.org/10.47701/infokes.v7i2.178>.
- [10] Pulungan, F., 2017. Hubungan Pengetahuan Ibu Postpartum Dengan Sindrom *Baby blues* Pada hari 1-7 Postpartum di Klinik Romauli Kec. Medan Marelan Tahun 2015. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist)*, 11(3), pp.121-125. DOI: <https://doi.org/10.36911/pannmed.v11i3.84>.
- [11] Laitupa, S.A.K., Purwanti, E. and Hidayati, L.N., 2023. Pengalaman *Baby blues* Syndrome Pada Ibu Postpartum di Kabupaten Merauke. *Journal of Pharmaceutical and Health Research*, 4(1), pp.117-121. DOI: <https://doi.org/10.47065/jharma.v4i1.2786>.
- [12] Mulyana, D., 2018. Metodologi Penelitian Kualitatif: Paradigma Baru Ilmu Komunikasi dan Ilmu Sosial Lainnya (Revised Edition). *PT Remaja Rosdakarya, Bandung*.
- [13] Waluyo, L.S., Wahyuningratna, R.N. and Falih, N., 2022. STRATEGI KOMUNIKASI PEMASARAN DIGITAL UPN VETERAN JAKARTA. *EKSPRESI DAN PERSEPSI: JURNAL ILMU KOMUNIKASI*, 5(2), pp.163-169.
- [14] Nurdiani, N., 2014. Teknik sampling snowball dalam penelitian lapangan. *ComTech: Computer, Mathematics and Engineering Applications*, 5(2), pp.1110-1118. DOI: <https://doi.org/10.21512/comtech.v5i2.2427>.
- [15] Herta, A.P. and Rina, N., 2022. POLA KOMUNIKASI INTERPERSONAL ORANG TUA ASUH DAN ANAK PUTUS SEKOLAH DI PANTI REHABILITASI SOSIAL ANAK NAKAL UPT. PSMP TENGGU YUK PEKANBARU. *Jurnal Darma Agung*, 30(3), pp.1012-1024. DOI: <http://dx.doi.org/10.46930/ojsuda.v30i3.2368>.
- [16] Brisini, K.S.C., Solomon, D.H. and Nussbaum, J., 2018. Transitions in marriage: Types, turbulence, and transition processing activities. *Journal of Social and Personal Relationships*, 35(6), pp.831-853. DOI: <https://doi.org/10.1177/026540751769928>.
- [17] Ariesyia, T.M. and Wahab, T., 2018. Perancangan Media Informasi Bagi Calon Ibu Dan Ayah Tentang Pentingnya *Baby blues* Syndrome. *eProceedings of Art & Design*, 5(2).
- [18] Solomon, D.H., Weber, K.M. and Steuber, K.R., 2010. Turbulence in relational transitions. *New directions in interpersonal communication research*, pp.115-134.



- [19] Knobloch, L.K., Nichols, L.O. and Martindale-Adams, J., 2020. Applying relational turbulence theory to adult caregiving relationships. *The Gerontologist*, 60(4), pp.598-606. DOI: <https://doi.org/10.1093/geront/gnz090>.