

PENGALAMAN TRANSISI LAKI-LAKI MENJADI AYAH : SCOPING REVIEW

(Transition Experience ff Male to Fatherhood : A Scoping Review)

Poppy Siska Putri^{*}, Herlin Fitriani K^{*}

^{*}Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

E-mail : poppysiskaputri@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Transisi menjadi ayah dimulai sejak kehamilan hingga satu tahun kelahiran dan memunculkan perubahan sosial baik secara fisik maupun psikologis. Perubahan tersebut sering kali tidak disertai dengan pengetahuan dan keterampilan serta sumber informasi yang memadai. Hal ini berdampak pada proses adaptasi menjadi ayah dan meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental saat menghadapi proses transisi menjadi ayah. Tinjauan ini bertujuan untuk memetakan literatur mengenai adaptasi menjadi orang tua berdasarkan sudut pandang pengalaman menjadi seorang ayah. **Metode:** Scoping review ini menggunakan framework Arksey dan O'Malley dan aplikasi berbasis web untuk memilih artikel yang relevan hingga menjadi 8 artikel yang ditinjau. **Hasil:** Hasil review memetakan 3 tema yaitu proses adaptasi transisi, dampak psikologis dan faktor yang mempengaruhi proses transisi. **Diskusi:** proses transisi menjadi ayah memerlukan adaptasi dengan memperhatikan faktor yang mempengaruhinya.

Kata kunci : *Pengalaman, Transisi menjadi ayah, adaptasi paternal*

ABSTRACT

Introduction: *The transition to fatherhood starts from pregnancy to one year of birth and emerges the social changes both physically and psychologically. These changes are often not accompanied by adequate knowledge and skills and sources of information. It has an impact on the adaptation process to fatherhood and it also increases the risk of mental health problems when facing the transition process to become a father. This review aims to map the literature on adaptation to parenthood from the point of view of the experience of being a father. Method:* *This scoping review used the Arksey and O'Malley framework and a web-based application to select relevant articles till 8 articles that reviewed. Result:* *The results of the review map several themes such as the adaptation process, psychological impacts to the factors affecting the transition process. The literature gap found was the difference between the disare of fatherhood to be involved with the role of health professional services. In addition, in mixed methods designs, the use of larger samples was rarely undertaken to explore further information regarding the adaptation of fatherhood during the transition period. Discussion:* *the transition process to become a father requires adaptation by attention to the factors that influence it.*

Keywords : *Experience, Tansition to fatherhood, paternal adaptation*

PENDAHULUAN

Menjadi orang tua adalah peristiwa besar dalam kehidupan (Thomas, Bonér and Hildingsson, 2011). Transisi menuju orang tua dimulai dari konsepsi hingga bayi berumur satu tahun dan merupakan perubahan paling penting dalam hidup seseorang, salah satunya adalah ayah sebagai orangtua. Pada kenyataannya, sebagian besar ayah yang tidak siap untuk perubahan peran tersebut (Mckellar, Pincombe and Henderson, 2009). Peran ayah dalam mengasuh anak baru-baru ini menarik perhatian dalam kesehatan dan perkembangan anak-anak dengan menunjukkan harapan dan tuntutan yang lebih besar daripada sebelumnya (Chin, Daiches and Hall, 2011). Adaptasi transisi dikaitkan pada proses penyesuaian laki-laki dan tanggung jawab serta tantangan. Menjadi ayah berarti siap berpartisipasi dalam tanggung jawab rumah tangga, menyeimbangkan komitmen pekerjaan, perubahan gaya hidup, perubahan hubungan dengan pasangan (Genesoni and Tallandini, 2009).

Ayah yang dilibatkan mulai dari proses kehamilan dapat meningkatkan hubungan yang baik dengan pasangan (Gere *et al.*, 2013) serta mengurangi risiko gangguan mental selama masa transisi (Bergström, 2013). Proses transisi sering kali dilaporkan sebagai kondisi kelelahan, depresi, kecemasan, konflik dengan pasangan, emosi yang labil, stigma sosial budaya dan perasaan bersalah sehingga dapat berpotensi mengganggu kesehatan mental ayah (Vismara *et al.*, 2016).

Kesehatan mental ayah yang terganggu dikaitkan dengan munculnya efek negatif perkembangan perilaku, kognitif dan emosional anak-anak (Ramchandani *et al.*, 2005) sedangkan ayah yang sehat lebih mungkin memiliki pengalaman positif selama masa transisi (Agache *et al.*, 2014). Hubungan ayah dan anak yang positif dapat membantu dalam perkembangan sosial, emosional, perilaku dan kognitif anak di masa depan (Cabrera, Hofferth and Chae, 2011; Lindsey, 2014).

Studi meta analisis menyebutkan secara keseluruhan terdapat 10,4% ayah

baru mengalami depresi antara trimester pertama hingga 1 tahun postpartum saat masa transisi. Secara nasional, tingkat depresi laki-laki dalam waktu 1 tahun terdapat 4,8% dari populasi pria pada umumnya (Paulson *et al.*, 2010). Namun, hanya sedikit laki-laki yang menerima dukungan atau perawatan profesional selama periode tersebut (Madsen and A, 2010).

Banyak faktor yang mempengaruhi masa transisi laki-laki menjadi ayah termasuk akses informasi, kondisi ekonomi dan budaya serta pelayanan kesehatan ayah yang belum banyak diperhatikan seperti kebutuhan kesehatan ibu (Ayinde and Lasebikan, 2019). Meskipun hal ini telah menjadi topik global, sebagian besar laki-laki belum teridentifikasi kesehatannya dalam pelayanan kesehatan. Maka dalam tinjauan *scoping review*, penulis berusaha untuk mengulas topik ini berdasarkan sudut pandang pengalaman transisi menjadi ayah.

BAHAN DAN METODE

Studi penelitian ini merupakan studi pustaka. Peneliti menggunakan metodologi peninjauan yang disarankan oleh Arksey dan O'Malley untuk memetakan *literature*, menggali informasi mengenai aktivitas penelitian terkait topik yang akan diteliti (Arksey and O'Malley, 2005). Adapun tahapan yang dilakukan dalam tinjauan *scoping* ini yaitu : (1) mengidentifikasi pertanyaan dan masalah, (2) mengidentifikasi studi yang relevan dengan cara mencari artikel dengan menggunakan kata kunci yang relevan pada *database* yaitu Pubmed, Scienccedirect dan EBSCO serta menggunakan mesin pencari google scholar (3) Menyeleksi Artikel, (4) Memetakan Data *Charting*, (5) menyusun, meringkas dan melaporkan hasilnya. Peneliti menyaring 8 artikel untuk studi literatur dari database.

HASIL

Terdapat 3 artikel dari negara berkembang (Yordania (n=1) dan Iran (n=1)), dan 5 dari negara maju United Kingdom (n=3), Norwegia (n=1), Singapura (n=1). Ke-8 artikel merupakan penelitian kualitatif . Lokasi

penelitian yang heterogen menghasilkan data utama terkait pengalaman transisi laki-laki menjadi seorang ayah yaitu proses adaptasi masa transisi, dampak psikologis masa transisi, faktor terkait masa transisi.

PEMBAHASAN

Proses Adaptasi Transisi Menjadi Ayah

1. Merawat bayi dan pasangan

Masa transisi dianggap sebagai masa pengembangan peran dan periode kritis. Ayah merasa “tidak berguna” seperti saat tidak mampu menghentikan tangisan bayi. Perasaan tersebut muncul sebagai reaksi ketidaktahuan dan kebingungan akan peran dirinya. Transisi menjadi ayah merupakan pengalaman emosi baru bagi mayoritas laki-laki. Pengalaman emosi tersebut dapat berupa perasaan campur aduk, perasaan tidak nyata, termasuk keheranan, ketidakpercayaan, kecemasan, ketakutan, kebingungan, ketidakberdayaan dan ketidakamanan (Al Tarawneh, Noordeen and Almalik, 2019; Baldwin *et al.*, 2019). Hal ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Omar Kowlessar, John R. Fox and Anja Wittkowski (2015) dengan judul *First-time fathers' experiences of parenting during the first year* yang menyatakan bahwa proses kehamilan menjadi awal mula perubahan peran dan status dari seorang laki-laki menjadi seorang ayah sehingga perasaan kecemasan dapat muncul. Kehamilan tidak hanya mempengaruhi pola pikir dan perasaan, tetapi juga mempengaruhi lingkungan sosial. Perubahan yang dialami menjadi kecemasan sendiri saat menjalankan peran baru menjadi seorang ayah (Kowlessar, Fox and Wittkowski, 2015).

Adapun penelitian artikel Mbekenga, C. K., Lugina, H. I., Christensson, K., & Olsson, P. (2011) yang berjudul *Postpartum experiences of first-time fathers in a Tanzanian suburb: A qualitative interview study* menunjukkan bahwa kurangnya pengetahuan tentang kondisi bayi dan pasangan menjadi masalah bagi ayah.

Selama kehamilan hingga periode nifas ayah sering merasa “jauh” dari pasangan karena saat menemani pasangan ke kunjungan antenatal care (ANC), ayah umumnya berada di luar. Ketika mendekati persalinan, beberapa ibu pindah dan tinggal dengan kerabat yang dirasa dapat membantu dan mendukung selama proses persalinan (Mbekenga *et al.*, 2011).

Pada artikel lain disebutkan, beberapa ayah mendapatkan bantuan dari keluarga saat merawat istri dan anak. Orang yang mendukung biasanya wanita atau kerabat yang lebih tua, bisa ibu, ibu mertua, atau saudara perempuan yang memiliki pengalaman. Ayah diyakini tidak memiliki pengetahuan dan mendapatkan informasi mengenai “*Do and Don't*” tentang hal yang dapat dilakukan ayah. Hal tersebut dapat menjadi sumber stres tambahan karena bertentangan dengan keinginannya untuk mengambil keputusan terkait peran yang ingin dilakukannya (Shorey, Ang and Goh, 2018).

2. Perubahan Hubungan dengan Pasangan

Studi berjudul *A qualitative exploratory study of UK first-time fathers' experiences, mental health and wellbeing needs during their transition to fatherhood* oleh Sharin Baldwin, Mary Malone, Jane Sandall, Debra Bick Tahun 2019 di Inggris menyebutkan adanya perubahan hubungan dengan pasangan seperti kesulitan menemukan waktu pribadi dengan pasangan, termasuk tidak memiliki waktu untuk dihabiskan bersama, sering berdebat dan menjadi kurang intim secara seksual dengan pasangan mereka (Baldwin *et al.*, 2019). Hal ini beresonansi dengan penelitian Akiko Nishimura, Yuichi Fujita, Mayumi Katsuta, Aya Ishihara dan Kazutomo Ohashi (2015) dengan judul *Paternal postnatal depression in Japan: an investigation of correlated factors including relationship with a partner* yang menyatakan bahwa perubahan perkawinan, termasuk penurunan kualitas hubungan pasangan secara signifikan dapat mengganggu proses adaptasi. Ayah

yang mengalami hal tersebut merasa hubungan dengan pasangan tidak berjalan lancar dan kurang menunjukkan kasih sayang serta sering memberikan tingkat kritik yang tinggi di antara mereka (Nishimura *et al.*, 2015).

Ayah juga menunjukkan kekhawatiran tentang ketidakstabilan emosional pasangan selama periode postpartum seperti kebingungan cara mendukung pasangan yang sedang mengalami masalah menyusui atau bingung menanggapi saat istri mengalami depresi. Mereka merasa tidak memiliki kemampuan dalam memberikan dukungan yang tepat sehingga komunikasi menjadi tidak efektif dan berakhir menjadi ketegangan dengan pasangan atau menimbulkan konflik di lingkungan rumah (Kowlessar, Fox and Wittkowski, 2015; Eskandari *et al.*, 2016).

Meskipun ada perubahan yang spontanitas, perubahan positif juga bisa terjadi seperti merasa hubungan dengan pasangan lebih kuat dan utuh (Darwin *et al.*, 2017). Namun, dengan minimnya informasi perubahan fisiologis dan emosional menjadi salah satu penyebab perubahan hubungan tersebut. Meskipun ayah tertarik untuk mengambil peran, namun dengan kurangnya dan keterampilan serta minimnya dukungan untuk ayah, peran ini menjadi tidak dapat diaktifkan sepenuhnya (Baldwin and Bick, 2017; Al Tarawneh, Noordeen and Almalik, 2019).

3. Menyesuaikan Pekerjaan dan Peran

Komitmen mengenai pekerjaan merupakan hal yang penting saat laki-laki menjalani masa transisi saat menyesuaikan pekerjaan dan urusan rumah tangga. Sebagian besar ayah mengaku cuti paternitas yang diberikan hanya 2 minggu dan tidak memiliki waktu yang cukup untuk membentuk ikatan antara peran ayah dengan bayi mereka (Shorey *et al.*, 2019).

Ayah baru sering kali mengalami kesulitan untuk menyeimbangkan pekerjaan dan kehidupan di rumah sehingga dapat memicu stress yang

disebabkan oleh keinginan untuk merawat keluarga atau bekerja di luar rumah. Kesulitan menyeimbangkan peran dan prioritas antara tempat kerja dan kondisi rumah (keluarga) serta tuntutan dan harapan terhadap peran ayah secara spesifik menimbulkan kelelahan dan tekanan emosional pada ayah yang ditunjukkan dengan gejala fisik seperti kurang konsentrasi hingga sakit kepala (Darwin *et al.*, 2017; Baldwin *et al.*, 2019)

4. Coping Adaptasi

Proses kehamilan hingga pasca persalinan diasumsikan sebagai “fase” yang harus dilalui dengan sebaik mungkin. Membaca buku, melakukan olahraga, mengobrol dengan teman sebaya/ ayah lain, tidak menghiraukan standarisasi masyarakat dan bekerja dianggap sebagai upaya untuk mengelola stress meskipun sebagian ayah lain menyebutkan bahwa pekerjaan sebagai salah satu sumber stress yang membatasi kemampuan untuk membantu di rumah (Darwin *et al.*, 2017).

Dampak Psikologis Saat Transisi Menjadi Ayah

1. Tekanan Emosional dan Mental

Kelahiran bayi dianggap sebagai peristiwa besar yang luar biasa dan “sangat menakutkan” yang dapat mengubah hidup seseorang. Kelelahan, keletihan dan stress pada masa awal menjadi ayah disebabkan karena tangisan bayi yang tak henti hingga kekurangan waktu tidur serta harus menyeimbangkan pekerjaan sering dilaporkan sebagai pemicu stress hingga depresi. Tekanan emosional semakin bertambah saat mengalami perubahan hubungan dengan pasangan yang didukung dengan minimnya pengetahuan dalam menghadapi perubahan (Baldwin *et al.*, 2019).

Mayoritas ayah menggambarkan tekanan tersebut berupa hilangnya konsentrasi saat bekerja, menderita sakit kepala dan stres. Ayah cenderung mengatasi sendiri hal tersebut karena tidak ingin membebani pasangan. Selain itu, secara lingkungan sosial,

membicarakan tekanan emosional dianggap tabu oleh masyarakat sehingga ayah mencari sumber informasi melalui media online, namun tindakan tersebut semakin membuat frustrasi karena tidak tahu informasi yang relevan dengan kondisinya saat ini. Meski terlihat aktif, kurangnya pengetahuan membuat perasaan ketidakberdayaan muncul dan memicu tekanan emosional negatif (Kowlessar, Fox and Wittkowski, 2015; Darwin *et al.*, 2017; Baldwin *et al.*, 2019).

2. Peningkatan Beban Tanggung Jawab

Bertambahnya anggota keluarga berarti meningkatkan beban tanggung jawab, peningkatan pengeluaran keuangan, dan meningkatkan pekerjaan rumah tangga. Ayah dianggap sebagai pencari nafkah utama yang bertanggung jawab memenuhi kebutuhan keluarga sehingga diharuskan lebih fleksibel dalam membagi waktu antara pekerjaan dan urusan rumah tangga (Mbekenga *et al.*, 2011). Kondisi pengeluaran yang bertambah juga mempengaruhi psikologis ayah. Belum siapnya finansial ditambah dengan kurangnya dukungan dan pengetahuan sering kali membuat ayah merasa gagal menyediakan kebutuhan, kesehatan dan kesejahteraan pasangan dan bayi (Baldwin *et al.*, 2019).

3. Depresi Pasca Postpartum

Masa transisi digambarkan sebagai periode kurangnya rasa percaya diri, kekurangan waktu istirahat serta memiliki tekanan emosional. Ayah merasa sangat sulit untuk membicarakan kesehatan mentalnya bahkan dengan pasangannya sendiri, terutama jika pasangannya juga mengalami gangguan kesehatan mental (Solberg and Glavin, 2018).

Ayah beranggapan bahwa depresi pasca persalinan adalah fenomena wanita, hanya beberapa ayah yang memahami bahwa depresi pasca persalinan juga dapat mempengaruhi ayah. Adanya depresi pada pasangan, penting untuk dipertimbangkan adanya kemungkinan bahwa ayah tidak mampu menyediakan dukungan sepenuhnya serta kemungkinan

perluanya bantuan untuk menghindari depresi pada ayah (Nishimura *et al.*, 2015).

Faktor-Faktor Yang Terkait Transisi Menjadi Ayah

1. Faktor Pengetahuan

Tingkat pengetahuan yang rendah adalah faktor yang dapat mempengaruhi proses pengembangan peran saat transisi menjadi ayah (Kowlessar, Fox and Wittkowski, 2015; Al Tarawneh, Noordeen and Almalik, 2019; Baldwin *et al.*, 2019). Kekurangan informasi, pengetahuan dan layanan yang diberikan khusus untuk para ayah dapat menyebabkan masalah seperti perubahan hubungan dengan mitra, masalah kesehatan mental pasangan termasuk ketidakberdayaan dan kecemasan (Chin, Hall and Daiches, 2011; Mbekenga *et al.*, 2011).

Kurangnya pengetahuan dan kekurangan informasi pendidikan kesehatan saat transisi berkontribusi terhadap emosi negatif (Kowlessar, Fox and Wittkowski, 2015; Darwin *et al.*, 2017). Saat masa kehamilan dan persalinan, laki-laki menilai perlunya persiapan untuk menjadi seorang ayah dengan mendapatkan pengetahuan tentang peran menjadi orangtua sehingga siap menghadapi kondisi baru dan mengatasi beban tanggung jawab (Eskandari *et al.*, 2019). Namun, karena tidak adanya informasi dan sumber daya yang ditargetkan ke arah kebutuhan mereka, maka mayoritas ayah mengalami kesulitan beradaptasi (Darwin *et al.*, 2017).

2. Faktor Ekonomi

Faktor ekonomi menyebabkan ayah bekerja lebih lama dan menyebabkan masalah psikologis karena keinginan untuk memastikan ketersediaan dan keamanan keuangan keluarga (Solberg and Glavin, 2018). Memiliki bayi berarti mengubah gaya hidup dan memiliki pengeluaran tambahan (Baldwin *et al.*, 2019). Meningkatnya pengeluaran keuangan dan tanggung jawab dapat membuat ayah khawatir tentang keadaan ekonomi yang dirasa

tidak mencukupi (Mbekenga *et al.*, 2011).

Ayah yang bekerja dalam waktu lama, ayah yang memiliki shift bekerja, atau pekerjaan yang tidak fleksibel sering kali menimbulkan konflik antara pekerjaan dan keluarga yang lebih tinggi (Cooklin *et al.*, 2015). Masalah keuangan menyebabkan ayah bekerja lebih lama dari biasanya sehingga tidak dapat menghabiskan waktu dengan anak (Thomas, Bonér and Hildingsson, 2011; Wong *et al.*, 2016). Didukung oleh penelitian E. Schytt and M. Bergström (2014) keuangan yang tidak stabil berkaitan dengan kehidupan transisi ayah. Singkatnya, tekanan keuangan dianggap multifaktor yang saling berkaitan antara tanggung jawab pekerjaan dan keluarga yang dapat memicu depresi ayah selama masa transisi (Schytt and Bergström, 2014).

3. Faktor Budaya

Kebanyakan ayah bersedia untuk melibatkan dirinya dalam perawatan bayi baru lahir dan perawatan pasca nifas hingga pasangannya pulih. Namun, para ayah menyatakan kekhawatiran karena secara budaya hal tersebut dianggap yang tabu. Sehingga muncul anggapan bahwa ayah yang tidak terlibat dengan urusan keluarga merupakan ciri kekuasaan laki-laki (Al Tarawneh, Noordeen and Almalik, 2019).

Selain itu, terdapat stereotip bahwa merawat dan mengasuh anak adalah tugas feminin seorang ibu. Peran ayah baru akan dimulai jika anak beranjak dewasa. Maka, saat periode awal transisi, ayah hanya berfokus pada pekerjaan sebagai prioritas dan bukan untuk dilibatkan dalam pengasuhan anak. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat budaya dan gender yang mempengaruhi proses adaptasi menjadi ayah (Darwin *et al.*, 2017; Al Tarawneh, Noordeen and Almalik, 2019).

4. Peristiwa yang tidak direncanakan

Peristiwa yang tidak direncanakan seperti penyakit anak dapat

mempengaruhi adaptasi laki-laki menjadi seorang ayah. Hal itu meningkatkan kekhawatiran ayah dan mencegah ayah untuk terlibat mengasuh dengan bayi (Eskandari *et al.*, 2016). Saat peristiwa tersebut muncul menjadi waktu yang melelahkan dan menjadi hal yang menakutkan karena ayah merasa tidak memiliki keterampilan dan kepercayaan diri untuk merawat bayinya (Shorey, Ang and Goh, 2018).

5. Pelayanan Kesehatan Saat Transisi Ayah

Peran ayah dianggap sebagai pendukung dan ibu menjadi fokus penerimaan perawatan kesehatan. Hasil review menunjukkan minimnya dukungan dan layanan kesehatan untuk ayah selama masa adaptasi transisi. Laki-laki membutuhkan waktu, kesempatan dan dukungan untuk mengembangkan dan peningkatan peran “kebapakan”. Dukungan tersedia saat berada di bangsal persalinan, namun tidak ada tindak lanjut saat keluar dari rumah sakit. Ayah merasa kehadiran tenaga kesehatan dihadirkan untuk mendukung ibu dan tidak diatur untuk sesuai dengan keadaan ayah (Shorey, Ang and Goh, 2018).

Meskipun beberapa ayah menerima saat dikecualikan tetapi ayah juga menginginkan tingkat dukungan yang setara dengan yang dimiliki ibu dari tenaga profesional. Ayah menginginkan akses informasi yang relevan dan layanan dukungan yang disediakan khusus untuk ayah. Ayah juga bersedia berbicara dengan profesional dan merasa akan lebih baik jika diberikan kesempatan untuk mencari bantuan, daripada menghadapi proses adaptasi sendirian, namun pendidikan kesehatan hanya didapatkan saat kelas antenatal yang berfokus pada ibu. (Darwin *et al.*, 2017; Baldwin *et al.*, 2019).

Kebanyakan profesional menganggap ayah sebagai pengasuh yang tidak efisien atau pengasuh “sekunder” (Cosson and Graham, 2012). Meskipun ayah menghadiri program dan menunjukkan minatnya dalam periode antenatal atau postnatal, kebanyakan ayah melaporkan bahwa mereka dikecualikan

tanpa mendapatkan pelajaran yang sesuai dengan kebutuhan belajar mereka (Kowlessar, Fox and Wittkowski, 2015). Ayah merasa bahwa kelas antenatal tidak praktis dan terlalu teoritis sehingga ayah tidak bisa benar-benar menerapkan ilmu yang didapatkan saat kelas berlangsung (Poh *et al.*, 2014).

Sesi kelas antenatal fokus pada hal-hal yang “normal” seperti membahas kesehatan ibu dan persalinan, sementara itu tidak ada pembahasan mengenai aspek penting menjadi orangtua baru seperti masalah sosial, kesehatan mental dan persiapan menjadi orang tua (Baldwin *et al.*, 2019). Tidak semua ayah mendapatkan pengalaman positif saat kelas antenatal. Beberapa ayah yang datang umumnya menunggu di luar klinik dan tidak terlibat dengan sesi kelas tersebut (Mbekenga *et al.*, 2011) meskipun sebenarnya ayah membutuhkan dukungan yang sama dengan pendidikan kesehatan yang diberikan pada ibu (Darwin *et al.*, 2017). Ayah akan sangat terbantu dengan adanya kelas yang berfokus pada kondisi ayah sehingga dapat mengakses informasi dan dukungan menjadi lebih mudah, benar dan relevan (Shorey, Ang and Goh, 2018; Baldwin *et al.*, 2019).

SIMPULAN DAN SARAN

Periode kritis dalam kehidupan laki-laki adalah saat mereka menjalani proses menjadi seorang ayah. Kesulitan melewati proses pada masa transisi seperti kurangnya pengetahuan, perubahan hubungan dengan pasangan, ketidakpercayaan akan peran hingga akses informasi dan dukungan yang minim dapat menimbulkan dampak psikologis saat masa transisi. Dampak tersebut disebabkan oleh berbagai faktor yang terkait. Faktor pengetahuan, faktor ekonomi, faktor budaya, peristiwa yang tidak direncanakan hingga pendidikan dan pelayanan kesehatan saat masa transisi berupa dukungan layanan kesehatan atau perawatan kesehatan pada ayah tidak memadai mulai dari masa kehamilan hingga pasca persalinan. Tidak adanya program

layanan kesehatan khusus yang disesuaikan untuk ayah sehingga ayah kebingungan saat mencari informasi, pengetahuan dan dukungan yang relevan dengan situasi yang sedang dialaminya.

SARAN

Dibutuhkan penguatan peran tenaga kesehatan saat masa transisi laki-laki menjadi ayah. Pelayanan kesehatan yang diberikan kepada ibu hendaknya juga disesuaikan dengan pelayanan kesehatan yang dapat diberikan juga kepada ayah atau dengan menambahkan sesi ayah untuk mendukung laki-laki dalam mempersiapkan diri menjadi seorang ayah. Pada artikel yang di *include*-kan tidak ada partisipasi dengan usia < 20 tahun atau ayah muda serta adaptasi transisi ayah dengan kehamilan tidak diinginkan sehingga tidak mewakili kalangan tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Agache, A. *et al.* (2014) ‘Paternal involvement elevates trajectories of life satisfaction during transition to parenthood’, *European Journal of Developmental Psychology*, 11(2), pp. 259–277. doi: 10.1080/17405629.2013.851025.
- Arksey, H. and O’Malley, L. (2005) ‘Scoping studies: Towards a methodological framework’, *International Journal of Social Research Methodology: Theory and Practice*, 8(1), pp. 19–32. doi: 10.1080/1364557032000119616.
- Ayinde, O. and Lasebikan, V. O. (2019) ‘Factors associated with paternal perinatal depression in fathers of newborns in Nigeria’, *Journal of Psychosomatic Obstetrics and Gynecology*. Informa UK Ltd., 40(1), pp. 57–65. doi: 10.1080/0167482X.2017.1398726.
- Baldwin, S. *et al.* (2019) ‘A qualitative exploratory study of UK first-time fathers’ experiences, mental health and wellbeing needs during their transition to fatherhood’, *BMJ Open*. BMJ Publishing Group, 9(9), p. e030792. doi: 10.1136/bmjopen-

- 2019-030792.
- Baldwin, S. and Bick, D. (2017) 'First-time fathers' needs and experiences of transition to fatherhood in relation to their mental health and wellbeing: A qualitative systematic review protocol', *JBIS Database of Systematic Reviews and Implementation Reports*, 15(3), pp. 647–656. doi: 10.11124/JBISRIR-2016-003031.
- Bergström, M. (2013) 'Depressive Symptoms in New First-Time Fathers: Associations with Age, Sociodemographic Characteristics, and Antenatal Psychological Well-Being', *Birth*, 40(1), pp. 32–38. doi: 10.1111/birt.12026.
- Cabrera, N. J., Hofferth, S. L. and Chae, S. (2011) 'Patterns and predictors of father-infant engagement across race/ethnic groups', *Early Childhood Research Quarterly*, 26(3), pp. 365–375. doi: 10.1016/j.ecresq.2011.01.001.
- Chin, R., Daiches, A. and Hall, P. (2011) 'A qualitative exploration of first-time fathers' experiences of becoming a father.', *Community practitioner: the journal of the Community Practitioners' & Health Visitors' Association*, 84(7), pp. 19–23. Available at: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21941706> (Accessed: 10 December 2019).
- Chin, R., Hall, P. and Daiches, A. (2011) 'Fathers' experiences of their transition to fatherhood: A metasynthesis', *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 29(1), pp. 4–18. doi: 10.1080/02646838.2010.513044.
- Cooklin, A. R. *et al.* (2015) 'What matters for working fathers? Job characteristics, work-family conflict and enrichment, and fathers' postpartum mental health in an Australian cohort', *Social Science and Medicine*. Elsevier Ltd, 146, pp. 214–222. doi: 10.1016/j.socscimed.2015.09.028.
- Cosson, B. and Graham, E. (2012) "'I felt like a third wheel': Fathers' stories of exclusion from the 'parenting team'", *Journal of Family Studies*, 18(2–3), pp. 121–129. doi: 10.5172/jfs.2012.18.2-3.121.
- Darwin, Z. *et al.* (2017) 'Fathers' views and experiences of their own mental health during pregnancy and the first postnatal year: a qualitative interview study of men participating in the UK Born and Bred in Yorkshire (BaBY) cohort', *BMC Pregnancy and Childbirth*, 17(1), p. 45. doi: 10.1186/s12884-017-1229-4.
- Eskandari, N. *et al.* (2016) 'Exploring the Lived Experience, Meaning and Imperatives of Fatherhood: An Interpretative Phenomenological Analysis', *Global Journal of Health Science*, 8(9), p. 139. doi: 10.5539/gjhs.v8n9p139.
- Eskandari, N. *et al.* (2019) 'Related factors to paternal adaptation: A cross-sectional study for first-time fathers', *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 24(1), p. 18. doi: 10.4103/ijnmr.IJNMR_144_17.
- Genesoni, L. and Tallandini, M. A. (2009) 'Men's psychological transition to fatherhood: An analysis of the literature, 1989-2008', *Birth*, 36(4), pp. 305–317. doi: 10.1111/j.1523-536X.2009.00358.x.
- Gere, M. K. *et al.* (2013) 'Fathers' mental health as a protective factor in the relationship between maternal and child depressive symptoms', *Depression and Anxiety*, 30(1), pp. 31–38. doi: 10.1002/da.22010.
- Kowlessar, O., Fox, J. R. and Wittkowski, A. (2015) 'First-time fathers' experiences of parenting during the first year', *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 33(1), pp. 4–14. doi: 10.1080/02646838.2014.971404.
- Lindsey, E. W. (2014) 'Physical Activity Play and Preschool Children's Peer Acceptance: Distinctions Between Rough-and-Tumble and Exercise Play', *Early Education and*

- Development*, 25(3), pp. 277–294. doi: 10.1080/10409289.2014.890854.
- Madsen, S. and A, B. (2010) ‘Fatherhood and mental health difficulties in the postnatal period.’, in Conrad, D. and White, A. (eds) *Promoting Men’s Mental Health*. Abington, UK: Radcliffe Publishing, pp. 74–82.
- Mbekenga, C. K. *et al.* (2011) ‘Postpartum experiences of first-time fathers in a Tanzanian suburb: A qualitative interview study’, *Midwifery*, 27(2), pp. 174–180. doi: 10.1016/j.midw.2009.03.002.
- Mckellar, B. L., Pincombe, J. and Henderson, A. (2009) “‘Coming ready or not!’ Preparing parents for parenthood’. doi: <https://doi.org/10.12968/bjom.2009.17.3.40078>.
- Nishimura, A. *et al.* (2015) ‘Paternal postnatal depression in Japan: An investigation of correlated factors including relationship with a partner’, *BMC Pregnancy and Childbirth*. ???, 15(1), pp. 1–8. doi: 10.1186/s12884-015-0552-x.
- Paulson, J. F. *et al.* (2010) ‘CLINICIAN ’ S CORNER Prenatal and Postpartum Depression in Fathers’, *Methods*, 303(19), pp. 1961–1969.
- Poh, H. L. *et al.* (2014) ‘First-time fathers’ experiences and needs during pregnancy and childbirth: A descriptive qualitative study’, *Midwifery*. Elsevier, 30(6), pp. 779–787. doi: 10.1016/j.midw.2013.10.002.
- Ramchandani, P. *et al.* (2005) ‘Paternal depression in the postnatal period and child development: A prospective population study’, *Lancet*, 365(9478), pp. 2201–2205. doi: 10.1016/S0140-6736(05)66778-5.
- Schytt, E. and Bergström, M. (2014) ‘First-time fathers’ expectations and experiences of childbirth in relation to age’, *Midwifery*, 30(1), pp. 82–88. doi: 10.1016/j.midw.2013.01.015.
- Shorey, S. *et al.* (2019) ‘Paternal involvement of Singaporean fathers within six months postpartum: A follow-up qualitative study’, *Midwifery*. Churchill Livingstone, 70, pp. 7–14. doi: 10.1016/j.midw.2018.12.003.
- Shorey, S., Ang, L. and Goh, E. C. L. (2018) ‘Lived experiences of Asian fathers during the early postpartum period: Insights from qualitative inquiry’, *Midwifery*, 60, pp. 30–35. doi: 10.1016/j.midw.2018.02.009.
- Solberg, B. and Glavin, K. (2018) ‘From Man to Father: Norwegian First-Time Fathers’ Experience of the Transition to Fatherhood’, *Health Science Journal*, 12(03), pp. 1–7. doi: 10.21767/1791-809x.1000569.
- Al Tarawneh, T., Noordeen, S. and Almalik, M. (2019) “‘Being relieved and puzzled’: A qualitative study of first time fathers’ experiences postpartum in Jordan’, *Women and Birth*. doi: 10.1016/j.wombi.2019.07.006.
- Thomas, J., Bonér, A.-K. and Hildingsson, I. (2011) ‘Fathering in the first few months’, *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 25(3), pp. 499–509. doi: 10.1111/j.1471-6712.2010.00856.x.
- Vismara, L. *et al.* (2016) ‘Perinatal Parenting Stress, Anxiety, and Depression Outcomes in First-Time Mothers and Fathers: A 3- to 6-Months Postpartum Follow-Up Study’, *Frontiers in Psychology*, 7. doi: 10.3389/fpsyg.2016.007
- Wong, O. *et al.* (2016) ‘Perinatal health: Fathers - the (mostly) forgotten parent’, *Asia-Pacific Psychiatry*, 8(4), pp. 247–255. doi: 10.1111/appy.12204.