

HUBUNGAN SIKAP DAN DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP TINGKAT DEPRESI PADA IBU PASCA POSTPARTUM DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GERUNGANG PANGKALPINANG TAHUN 2024

Ade Bagus Prawira^{1*}, Agustin², Rezka Nurvinanda³

Prodi S1 Ilmu Keperawatan, Institut Citra Internasional^{1,2,3}

*Corresponding Author : ade835307@gmail.com

ABSTRAK

Kehamilan adalah lahirnya bayi, kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 9 bulan menurut kalender internasional. Kehamilan merupakan bertemunya sel telur dan sperma di dalam atau diluar rahim dan berakhir dengankeluarnya bayi dan plasenta melalui jalan lahir. Depresi pasca postpartum merupakan suatu kondisi yang mempengaruhi banyak Ibu setelah meahirkan, dengan dampak yang signifikan terhadap kesejahteraan Ibu dan perkembangan bayi. Faktor-faktor seperti sikap Ibu dan dukungan keluarga berperan penting dalam mempengaruhi tingkat keparahan depresi ini. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan sikap dan dukungan keluarga terhadap Tingkat Depresi pada ibu pasca postpartum di wilayah kerja Puskesmas Gerunggang tahun 2024. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan rancangan kuantitatif. Populasi pada penelitian ini adalah ibu postpartum yang berada di sekitar wilayah kerja puskesmas gerunggang, kecamatan tua tunu kepulauan bangka belitung tahun 2024 yang berjumlah 578 orang. Besaran sampel dalam penelitian ini sebanyak 30 responden dengan menggunakan teknik total sampling. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 23 Desember sampai dengan 3 Januari 2025 di Poliklinik KIA Puskesmas Gerunggang. Penelitian ini menggunakan uji *Chi-Square* dengan derajat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$), didapatkan nilai *p-value* sikap (0,001) dan dukungan keluarga (0,000). Hal ini dapat disimpulkan jika terdapat hubungan antara sikap dan dukungan keluarga terhadap Tingkat Depresi pasca postpartum di wilayah kerja Puskesmas Gerunggang tahun 2024. Kesimpulan penulis ini ialah diharapkan dapat menunjukkan sikap positif Ibu terhadap peran barunya serta dukungan keluarga yang kuat dalam mengurangi risiko depresi pasca persalinan.

Kata kunci : depresi, dukungan keluarga, kehamilan, postpartum, sikap

ABSTRACT

*Pregnancy is the process of childbirth, with a normal pregnancy lasting about 40 weeks or 9 months according to the international calendar. Pregnancy occurs when the egg and sperm meet either inside or outside the womb, and ends with the birth of the baby and placenta through the birth canal (Yulaikhah & Sari, 2019). Postpartum depression is a condition that affects many mothers after childbirth, with significant impacts on the well-being of the mother and the development of the baby. Factors such as the mother's attitude and family support play a crucial role in influencing the severity of this depression. The purpose of this study is to examine the relationship between the attitude and family support and the level of depression in postpartum mothers in the working area of the Gerunggang Health Center in 2024. This research uses a descriptive design with a quantitative approach. The population of this study includes postpartum mothers in the working area of Gerunggang Health Center, Tua Tunu sub-district, Bangka Belitung Islands, in 2024, with a total of 578 individuals. The sample size in this study was 30 respondents, selected using a total sampling technique. The research was conducted from 23 December-03 January, 2025, at the KIA Polyclinic of Gerunggang Health Center. The study used the Chi-Square test with a confidence level of 95% ($\alpha=0.05$), and the *p-values* for attitude (0.001) and family support (0.000) were obtained. It can be concluded that there is a relationship between attitude and family support and the level of postpartum depression in the working area of Gerunggang Health Center in 2024. The Author's Conclusion this study is to encourage mothers to adopt a positive attitude towards their new role and for strong family support to help reduce the risk of postpartum depression.*

Keywords : deprresion, family support, pregnancy, postpartum, family support, attitude

PENDAHULUAN

Berdasarkan data WHO, prevalensi sindrom *Baby blues* di dunia adalah sekitar 3% hingga 8%. Di Asia, kasus sindrom *baby blues* masih Sangat tinggi, yaitu sekitar 26% - 85%. (Handayani et al., 2021). Kasus tentang depresi pasca postpartum\setelah melahirkan di Indonesia mencapai 50% hingga 70%, sehingga dapat menyebabkan depresi pasca melahirkan, dengan angka yang beragam mulai dari 5% sampai 25% setelah ibu melahirkan. (Handayani et al., 2021). Jumlah kasus postpartum Depresi ini cukup signifikan dan tidak boleh disepelekan sebab meskipun Depresi Setelah Melahirkan dengan gejala ringan dan berlangsung singkat, kejadiannya sekitar 10% - 15% ibu mengalami Keadaan yang berat yakni depresi postpartum (Retnosari & Fatimah, 2022). Menurut kemenkes RI, tingkat Angka Kematian Ibu (AKI) masih berada pada tingkat yang relatif tinggi. Pada tahun 2016, jumlah AKI mencapai 305 untuk setiap 100.000 kelahiran yang terjadi (Kemenkes RI, 2016, jumlah AKI mencapai 305 untuk setiap 100.000 kelahiran yang terjadi (Kemenkes RI, 2017). Setiap tahun, angka kejadian kematian ibu yang tercatat dalam Inisiatif kesejahteraan keluarga yang dijalankan oleh Kementerian Kesehatan mengalami kenaikan. Ditahun 2021, terdapat 7.389 kematian ibu di Indonesia. Angka ini menggambarkan pertambahan dibandingkan dengan tahun 2020, di mana tercatat 4.627 kematian. (Kemenkes RI, 2021).

Berdasarkan profil Dinas Kesehatan Kepulauan Bangka Belitung di tahun 2019, jumlah ibu hamil di tahun itu ada sebanyak 18.694 orang (Dinas Kesehatan prov Babel 2019). Berdasarkan ibu hamil di provinsi kepulauan Bangka Belitung di tahun 2021 yaitu sebanyak 4.769, sebanyak 4.285 di tahun 2022, dan di 2023 jumlah ibu hamil berjumlah 3.931 (Dinas Kesehatan Bangka Belitung, 2024). Menurut data dari Puskesmas Gerunggang pada tahun 2022 ada sebanyak 967 ibu hamil yang berkunjung melakukan cek kehamilan nya, ada sebanyak 992 di tahun 2023, dan ada sebanyak 578 di bulan januari – juli di tahun 2024 (Puskesmas Grunggang, 2024). Gejala depresi postpartum\setelah melahirkan antara lain merasa tidak bahagia, tiba-tiba menangis, Menjadi penakut, kehilangan nafsu makan, suasana hati yang sering berubah ubah, mudah tersinggung, dan terlihat tidak bersemangat. Semua perubahan ini membuat ibu Merasa tidak nyaman. (Namirah et al., 2023). Seringkali BBS berlanjut hingga depresi, sehingga berdampak buruk kepada Ibu yang mengalami permasalahan dalam hubungan dan pertumbuhan sang anak. Dampak bisa terjadi pada ibu dan anak yakni adanya penurunan Aktivitas, gangguan interaksi dengan orang lain. Dampak yang dialami oleh bayi diantaranya Bayi tidak terawat dengan baik yang dapat memberikan dampak negative pada pertumbuhan (Putri et al, 2022).

Kehamilan adalah pembuahan ovum oleh spermatozoa, sehingga mengalami nidasi pada uterus dan berkembang sampai kelahiran janin. Jika secara umum kehamilan itu ialah kondisi dimana terdapat pembuahan dan perkembangan janin yang ada di dalam rahim dan berlangsung selama 37 minggu hingga 40 minggu yang di hitung dari hari pertama menstruasi terakhir (Pratiwi dan Fatimah, 2019). Pada kenyataannya masih banyak ibu yang butuh dukungan keluarga. Dukungan keluarga seperti bantuan orang tua dalam merawat bayi memberikan dampak positif kepada pencapaian peran ibu primipara yang baik. Ibu dengan usia dewasa muda dan tingkat pendidikan yang baik akan mempengaruhi pemahaman, tingkat pengetahuan, dan emosional yang baik untuk merawat bayinya. Dukungan peran orang tua yang baik pada umumnya berkaitan erat dengan adanya berbagai permasalahan kesehatan yang mereka hadapi di sebabkan karena faktor ketidak siapan dalam mengatasi berbagai masalah yang mereka hadapi (Hidayah et,al 2021).

Menurut penelitian *First time mothers' perceptions of social support: Recommendations for best practice*, dukungan sosial (social support) sangat penting untuk kesejahteraan pasca melahirkan. Pada masa pasca melahirkan, beberapa wanita merasa tidak mendapatkan dukungan yang memadai dan menghadapi berbagai hambatan untuk mencari dukungan.

Dukungan emosional dan penilaian sangat diperlukan untuk validasi pengalaman pasca melahirkan dan mendengarkan secara empati. Ketika keluarga, teman, dan orang penting lainnya tidak ada, dan terkadang bahkan saat mereka ada, beberapa wanita mencari dukungan individual dan informal dari teman sebayanya yang dapat memberikan kemiripan dan pemahaman tentang apa yang mungkin mereka alami juga, sehingga mereka mulai merasakannya sebagai hal yang normal di tengah proses adaptasinya sebagai seorang ibu (Machadoet.al.,2020).

Dengan adanya Fenomena masalah tentang depresi postpartum Pada Ibu Hamil yang sangat membutuhkan Peran Keluarga/orang sekitar Dalam Dukungan Psikis, Moral, yang dapat mencegah terjadinya depresi pasca postpartum. Maka tujuan dari penelitian ini ingin mengetahui hubungan sikap dan dukungan keluarga terhadap tingkat depresi pada ibu pasca postpartum di wilayah kerja Puskesmas Gerunggang tahun 2024.

METODE

Jenis penelitian ini memakai desain deskriptif dengan rancangan kuantitatif yaitu dengan sebuah metode penelitian dan dilaksanakan bertujuan guna Menciptakan gambaran tentang suatu keadaan secara objektif. Teknik pengambilan sampel pada peneltian ini adalah mengguakan total sampling. Populasi pada penelitian ini responden nya adalah ibu postpartum yang berada di sekitar wilayah kerja puskesmas grunggang, kecamatan tua tunu kepulauan bangka belitung tahun 2024, yang berjumlahkan 578 orang. Sampel penelitian ini yakni ibu postpartum yang berjumlahkan 30 orang, yang bersedia dan telah melakukan wawancara kecil dengan adanya persetujuan untuk menjadi responden peneliti. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 23 Desember sampai dengan 3 Januari 2025. Tempat penelitian di wilayah kerja puskesmas Gerunggang Bangka Belitung. Pengumpulan data menggunakan data primer dan sekunder.

HASIL

Analisis univariat berdasarkan tabel 1-3, sedangkan analisis bivariat tabel 4-6.

Tabel 1. Distribusi Responden Sikap

Sikap	Frekuensi	%
Baik	12	40,0
Sedang	0	0
Kurang	18	60,0
Jumlah	30	100

Distribusi frekuensi variabel sikap didapatkan hasil bahwa yang sikap kurang sebanyak 18 responden (60,0%) lebih banyak dibandingkan yang sikap baik dan sedang.

Tabel 2. Distribusi Responden Dukungan Keluarga

Dukungan Keluarga	Frekuensi	%
Baik	15	50,0
Sedang	0	0
Kurang	15	50,0
Jumlah	30	100

Berdasarkan distribusi frekuensi variabel dukungan keluarga didapatkan hasil bahwa yang dukungan keluarga baik sebanyak 15 responden (50,0%) sama dengan yang dukungan keluarga

kurang sebanyak 15 responden (50,0%) lebih banyak dibandingkan dengan yang dukungan keluarga sedang.

Tabel 3. Distribusi Responden Depresi

Depresi	Frekuensi	%
Ringan	14	46,7
Sedang	0	0
Parah	16	53,3
Jumlah	30	100

Berdasarkan distribusi frekuensi variabel depresi diketahui bahwa responden masuk kategori depresi parah sebanyak 16 responden (53,3%) lebih banyak dibandingkan kategori depresi ringan dan sedang.

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas Data

Variabel	Statistik	Standar Error	Nilai Skewness	Keterangan
Dukungan Keluarga	0,000	0,427	0	Data Berdistribusi Normal
Sikap	-0,430	0,427	-1,007	Data Berdistribusi Normal
Depresi	-0,141	0,427	-0,330	Data Berdistribusi Normal

Berdasarkan tabel 4 apabila Nilai Skewness berada dalam rentang -2 sampai 2 maka data berdistribusi Normal. Hasil uji normalitas didapatkan data pada variabel dukungan keluarga, sikap dan depresi data berdistribusi normal sehingga uji statistik menggunakan *Chi Square Test*.

Tabel 5. Hubungan Sikap terhadap Tingkat Depresi Pasca Post Partum

Sikap	Depresi				Total		P-Value	OR (CI 95%)
	Ringan		Parah		N	%		
	n	%	N	%				
Baik	10	83,3	2	16,7	12	100	0,004	17,500 (2,667-114,846)
Kurang	4	22,2	14	77,8	18	100		
Total	14	46.7	16	53.3	30	100		

Berdasarkan tabel 5, didapatkan hasil bahwa responden dengan depresi ringan lebih banyak ditemukan pada sikap yang baik yaitu 10 orang (83,3%), dibandingkan dengan sikap yang kurang. Sedangkan responden dengan depresi parah lebih banyak ditemukan pada sikap yang kurang yaitu 14 orang (77,8%) dibandingkan dengan sikap yang baik. Hasil uji statistik menggunakan Uji Chi Square didapatkan hasil P-Value 0,004 atau \leq dari 0,05 yang memiliki arti terdapat Hubungan Sikap Terhadap Tingkat Depresi Pasca Post Partum. Analisis lebih lanjut diperoleh hasil OR = 17,500 (2,667-114,846) yang berarti sikap yang kurang dengan depresi memiliki kecenderungan untuk terjadi depresi parah sebesar 17,500 kali lebih besar dibandingkan yang depresi ringan.

Tabel 6. Hubungan Dukungan Keluarga terhadap Tingkat Depresi Pasca Post Partum

Dukungan Keluarga	Depresi				Total		P-Value	OR (CI 95%)	
	Ringan		Parah		N				
	n	%	n	%					
Baik	13	86,7	2	13,3	15	100	0,000	91,000	(7,349-1126,895)
Kurang	1	6,7	14	93,3	15	100			
Total	14	46,7	16	53,3	30	100			

Berdasarkan tabel 6, didapatkan hasil bahwa responden dengan depresi ringan lebih banyak ditemukan pada dukungan keluarga yang baik yaitu 13 orang (86,7%), dibandingkan dengan dukungan keluarga yang kurang. Sedangkan responden dengan depresi parah lebih banyak ditemukan pada dukungan keluarga yang kurang yaitu 14 orang (93,3%) dibandingkan dengan dukungan keluarga yang baik. Hasil uji statistik menggunakan Uji Chi Square didapatkan hasil $P\text{-Value}$ 0,000 atau \leq dari 0,05 yang memiliki arti terdapat Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Depresi Pasca Post Partum. Analisis lebih lanjut diperoleh hasil $OR = 91,000$ (7,349-1126,895) yang berarti dukungan keluarga yang kurang dengan depresi memiliki kecenderungan untuk terjadi depresi parah sebesar 91,000 kali lebih besar dibandingkan yang depresi ringan.

PEMBAHASAN

Hubungan Sikap terhadap Tingkat Depresi Pasca Post Partum

Sedangkan depresi post partum merupakan istilah yang digunakan pada pasien yang mengalami berbagai gangguan emosional yang timbul setelah melahirkan, khususnya pada gangguan depresi spesifik terjadi pada 10-15% wanita pada tahun pertama setelah melahirkan. Bagi kebanyakan wanita, proses kehamilan dan persalinan adalah proses yang dilalui dengan kegembiraan dan kecemasan serta suka cita. 10- 15% wanita dari kehamilan dan persalinan menunjukkan kecemasan yang dialami wanita hamil lebih banyak terdapat pada mereka yang tidak mendapat dukungan social baik dari suami maupun keluarga , dari aspek tersebut maka mereka harus mempersiapkan diri dengan lebih memperhatikan perawatan kesehatannya dalam menghadapi kehamilan dan persalinan. (Purwanto, 2020). Hasil penelitian didapatkan hasil $P\text{-Value}$ 0,004 atau \leq dari 0,05 yang memiliki arti terdapat Hubungan Sikap Terhadap Pencegahan Depresi Pasca Post Partum. Analisis lebih lanjut diperoleh hasil $OR = 17,500$ (2,667-114,846) yang berarti sikap yang kurang dengan depresi memiliki kecenderungan untuk terjadi depresi parah sebesar 17,500 kali lebih besar dibandingkan yang depresi ringan.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mulyani et al (2020) dengan hasil $p\text{ value}$ $0,000 < 0,05$ hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara sikap ibu terhadap pencegahan depresi pasca persalinan dengan kejadian depresi pada ibu di beberapa puskesmas di Jakarta. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ibu yang memiliki sikap positif terhadap pencegahan depresi pasca persalinan, seperti kesediaan untuk berbicara tentang perasaan mereka dan mencari dukungan dari keluarga atau profesional kesehatan, memiliki kemungkinan lebih kecil untuk mengalami depresi pasca persalinan. Dalam penelitian ini, sekitar 18% ibu dengan sikap positif terhadap pencegahan depresi mengalami gejala depresi pasca persalinan, dibandingkan dengan 40% pada ibu yang memiliki sikap negatif atau kurang peduli terhadap kesehatan mental mereka setelah melahirkan. Temuan ini menekankan pentingnya peran edukasi dan pemberdayaan ibu dalam meningkatkan sikap positif terhadap pencegahan depresi pasca persalinan sebagai upaya untuk mengurangi prevalensi depresi pasca persalinan di masyarakat.

Menurut asumsi peneliti terdapat hubungan antara sikap terhadap Tingkat Depresi Pasca Persalinan dengan kejadian depresi pasca persalinan dapat dijelaskan melalui peran sikap ibu dalam mempengaruhi cara mereka mengelola stres dan kesehatan mental setelah melahirkan. Ibu yang memiliki sikap positif terhadap pencegahan depresi, seperti kesediaan untuk mencari dukungan emosional, berbicara tentang perasaan mereka, atau mengikuti program edukasi kesehatan mental, cenderung lebih mampu mengidentifikasi gejala depresi sejak dini dan mengambil langkah-langkah untuk mencegahnya. Sebaliknya, ibu yang memiliki sikap negatif atau apatis terhadap kesehatan mental mereka mungkin lebih enggan untuk mencari bantuan atau mengabaikan tanda-tanda depresi, yang meningkatkan risiko mereka mengalami depresi pasca persalinan. Sikap yang proaktif dan terbuka dalam mengelola stres dan kesehatan mental

dapat memperkuat ketahanan psikologis ibu, yang pada gilirannya membantu mencegah atau mengurangi kejadian depresi pasca persalinan.

Hubungan Dukungan Keluarga terhadap Tingkat Depresi Pasca Post Partum

Sedangkan depresi pospartum merupakan istilah yang digunakan pada pasien yang mengalami berbagai gangguan emosional yang timbul setelah melahirkan, khususnya pada gangguan depresi spesifik terjadi pada 10-15% wanita pada tahun pertama setelah melahirkan. Bagi kebanyakan wanita, proses kehamilan dan persalinan adalah proses yang dilalui dengan kegembiraan dan kecemasan serta suka cita. 10- 15% wanita dari kehamilan dan persalinan menunjukkan kecemasan yang dialami wanita hamil lebih banyak terdapat pada mereka yang tidak mendapat dukungan social baik dari suami maupun keluarga , dari aspek tersebut maka mereka harus mempersiapkan diri dengan lebih memperhatikan perawatan kesehatannya dalam menghadapi kehamilan dan persalinan. (Purwanto, 2020). Hasil penelitian didapatkan hasil *P-Value* 0,000 atau \leq dari 0,05 yang memiliki arti terdapat Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Depresi Pasca Post Partum. Analisis lebih lanjut diperoleh hasil OR = 91,000 (7,349-1126,895) yang berarti dukungan keluarga yang kurang dengan depresi memiliki kecenderungan untuk terjadi depresi parah sebesar 91,000 kali lebih besar dibandingkan yang depresi ringan.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sulastri et al (2021) dengan hasil p value $0,000 < 0,05$ hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dan Tingkat Depresi Pasca Persalinan pada ibu di wilayah Yogyakarta. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga yang baik, baik secara emosional maupun praktis, memiliki dampak yang signifikan dalam mendukung Tingkat Depresi pasca persalinan. Ibu yang mendapat dukungan kuat dari pasangan, orang tua, dan keluarga dekat menunjukkan penurunan gejala depresi hingga 40%, dibandingkan dengan ibu yang kurang mendapat dukungan keluarga yang memiliki prevalensi depresi lebih tinggi. Penelitian ini juga mengidentifikasi bahwa ibu yang didukung dalam hal berbagi peran dalam merawat bayi, mendapatkan perhatian terhadap kesehatan mentalnya, serta diberi ruang untuk berbicara mengenai perasaannya, cenderung lebih mampu mengelola stres dan beban emosional pasca persalinan. Temuan ini menekankan pentingnya dukungan keluarga dalam mencegah depresi pasca persalinan dan memperkuat peran keluarga dalam menjaga kesejahteraan ibu setelah melahirkan.

Menurut asumsi peneliti terdapat hubungan dukungan keluarga terhadap Tingkat Depresi pasca persalinan dapat dijelaskan melalui peran penting keluarga dalam memberikan dukungan emosional, sosial, dan praktis kepada ibu setelah melahirkan. Dukungan keluarga, terutama dari pasangan, orang tua, atau anggota keluarga lainnya, dapat membantu ibu mengatasi tantangan yang datang setelah kelahiran, seperti kelelahan, kecemasan, dan perubahan besar dalam peran sosial dan fisik. Ketika ibu merasa didukung, mereka lebih cenderung merasa dihargai dan tidak sendirian dalam menghadapi beban emosional dan fisik. Dukungan emosional yang positif, seperti mendengarkan perasaan ibu dan memberikan rasa aman, dapat mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan psikologis ibu. Selain itu, dukungan praktis, seperti membantu merawat bayi, dapat mengurangi beban ibu dalam tugas-tugas sehari-hari, memberi mereka waktu untuk beristirahat dan mengurangi risiko kelelahan yang berlebihan. Dengan demikian, keluarga yang terlibat aktif dalam proses pemulihan pasca persalinan dapat menjadi faktor protektif yang signifikan terhadap munculnya depresi pasca persalinan.

KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan ini. Terdapat Gambaran Depresi Pasca Post Partum di Wilayah kerja Puskesmas Gerunggang Pangkalpinang Bangka Belitung tahun

2024. Terdapat Hubungan Sikap Terhadap Tingkat Depresi Pasca Post Partum di Wilayah kerja Puskesmas Gerunggang Pangkalpinang Bangka Belitung tahun 2024. vTerdapat Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Depresi Pasca Post Partum di Wilayah kerja Puskesmas Gerunggang Pangkalpinang Bangka Belitung tahun 2024.

UCAPAN TERIMA KASIH

Saya ucapkan terimakasih kepada semua pihak yang membantu dan mendukung dalam menyelesaikan pembuatan penelitian ini. Terimakasih kepada kedua orang tua atas dukungan dan semangat yang diberikan selama proses penulisan penelitian ini. Tanpa adanya dukungan dan semangat yang diberikan saya tidak dapat mencapai pada proses ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Anton Sujarwo, Dewi Gunung, & Arcopodo. (2020). Pertumbuhan dan Perkembangan Janin. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan*, 7(2), 45-54.
- Baby Blues Syndrome. (n.d.). Dalam *Encyclopedia of Mental Health* (hal. 203-207). New York: Academic Press.
- Cahya, F., & Nuryaningsih, R. (2021). Proses Konsepsi dan Perkembangan Kehamilan. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 10(2), 45-56.
- Dagun, S., & Mahmudah. (2016). *Dukungan Keluarga pada Masa Post Partum*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Dinas Kesehatan Bangka Belitung. (2024). Statistik Ibu Hamil di Provinsi Bangka Belitung. Bangka Belitung: Dinas Kesehatan.
- Dinas Kesehatan Provinsi Bangka Belitung. (2019). Profil Kesehatan Provinsi Bangka Belitung Tahun 2019. Bangka Belitung: Dinas Kesehatan.
- Eppang, L. (2020). Tanda Bahaya Kehamilan dan Penanganannya. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi*, 9(2), 123-135.
- Fatimah, S., & Nuryaningsih, R. (2017). Adaptasi Wanita Hamil Terhadap Perubahan Fisiologis dan Psikologis. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 23-32.
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 25*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Handayani, A., & Fatimah, S. (2021). Prevalensi dan Penanganan Sindrom Baby Blues di Asia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(2), 120-130.
- Haran, C., et al. (2014). *Maternal Postpartum Adjustment and Support*. *Journal of Obstetrics and Gynaecology*, 124(3), 459-466.
- Haryani, S., & Setyobroto, A. (2022). *Etika Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Henderson, J., et al. (2019). *Postpartum Depression and Maternal Health*. *Journal of Maternal Health and Medicine*, 33(5), 789-798.
- Hidayah, N., & Fatimah, S. (2021). Dukungan Keluarga dalam Peran Ibu Primipara. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 16(1), 55-65.
- Irwan. (2019). Bayi Ditemukan Dikubur Hidup-hidup Ibu Kandung di Purwakarta. Diakses dari <https://jabar.inews.id/berita/bayi-4-bulan-dikubur-hidup-hidup/24/03/2019>.
- Kartika, N. (2017). *Definisi Operasional dalam Penelitian Kesehatan*. Bandung: Refika Aditama.
- Kartika, N. (2017). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Bandung: Refika Aditama.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). Laporan Angka Kematian Ibu (AKI). Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2017). Statistik Kesehatan Indonesia 2016. Jakarta: Kemenkes RI.

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Laporan Kematian Ibu Tahun 2021. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kurniawan, D., & Agustini, E. (2021). *Judul Buku atau Artikel*. Penerbit.
- Landon, M. B., et al. (2021). Perinatal Care: A Focus on Medical, Psychosocial, and Educational Aspects. *Journal of Perinatal Medicine*, 49(5), 123-135.
- Lindsay, A. (2020). Emotional Changes After Birth: Understanding the Transition to Motherhood. *Journal of Maternal Health*, 5(3), 112-120.
- London, M. L., Ladewig, P. W., Ball, J. W., & Bindler, R. C. (2017). *Maternal and Child Nursing Care*. New York: Prentice Hall.
- Machado, L., Hansen, M., & Due, K. (2020). First-Time Mothers' Perceptions of Social Support: Recommendations for Best Practice. *Journal of Maternal and Child Health*, 24(6), 785-794.
- Machali, I. (2018). *Panduan Penulisan Kuesioner dan Pengolahan Data untuk Penelitian Sosial dan Pendidikan*. Yogyakarta: Diva Press.
- Murbiah, S. (2016). *Perawatan Ibu Postpartum dan Involusi Uterus*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Namirah, F., & Santosa, R. (2023). Gejala Depresi Postpartum dan Dampaknya pada Ibu dan Bayi. *Jurnal Psikologi dan Kesehatan*, 9(2), 99-110.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2013). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Patabendige, M., Athulathmudali, M., & Chandrasinghe, P. (2020). Mental Health Problems During Pregnancy and the Postpartum Period: A Multicenter Knowledge Assessment Survey Among Healthcare Providers. *International Journal of Mental Health Systems*, 14(1), 30-40.
- Pratiwi, D., & Fatimah, S. (2019). Proses Kehamilan: Pembuahan hingga Kelahiran. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 12(3), 34-45.
- Puskesmas Gerungang. (2024). Laporan Kunjungan Ibu Hamil Tahun 2022-2024. Gerungang: Puskesmas Gerungang.
- Putri, A., & Rahmawati, N. (2022). Dampak Depresi Postpartum pada Ibu dan Bayi. *Jurnal Kesehatan Anak*, 5(4), 201-210.
- Rahmaningtyas, I., & Sari, A. (2019). Kecemasan Postpartum dan Perubahannya dalam Kesehatan Ibu. *Jurnal Psikiatri dan Kesehatan Mental*, 10(2), 75-85.
- Retnosari, E., & Fatimah, S. (2022). Depresi Pasca Melahirkan: Sebuah Tinjauan Sistematis. *Jurnal Psikologi Klinis*, 8(1), 45-58.
- Rika, R. (2019). *Perubahan Fisiologis pada Masa Post Partum*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Riwidikdo, H. (2010). *Teknik Pengumpulan dan Analisis Data Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Setiana, A., & Nuraeni, T. (2018). *Pedoman Etika Penelitian Kesehatan*. Bandung: Pustaka Ilmu.
- Siyoto, S., & Sodik, M. (2018). *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Susanto, A., & Fitriana, R. (2019). Tanda dan Gejala Kehamilan: Klasifikasi dan Penjelasan. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 11(2), 90-105.
- Sutanto, A. (2019). *Psikologi Ibu dalam Masa Post Partum*. Yogyakarta: Andi.

- Ulfah, N. (2021). Proses Terjadinya Kehamilan dan Pseudocyesis. *Jurnal Kesehatan Wanita*, 13(4), 201-210.
- Umar, H. (2019). *Metode Penelitian untuk Skripsi dan Tesis Bisnis*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- World Health Organization (WHO). (2015). *Postpartum Care of the Mother and Newborn*. Geneva: World Health Organization.
- Wulandari, T. (2020). Tahapan Masa Nifas dan Adaptasi Ibu. Bandung: Pustaka Media.
- Yulaikhah, A. (2019). Pengertian Kehamilan: Proses dan Perkembangannya. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 8(1), 23-30.
- Yulaikhah, A., & Sari, D. (2019). Kehamilan: Definisi dan Proses. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 12(3), 67-75.