

SCOPING REVIEW : PENGARUH ANEMIA KEHAMILAN TERHADAP DEPRESI PASCAPERSALINAN

**Husnul Khotimah^{1*}, Yosi Yusrotul Khasanah², Nur Arofah³, Ray Wagiu Basrowi⁴,
Ikrimah Nafilata⁵**

Program Doktoral Ilmu Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia, Jawa Barat, Indonesia¹, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Faletahan, Banten, Indonesia¹, Sekolah Tinggi Kesehatan Cirebon, Jawa Barat, Indonesia^{2,3}, Pusat Pengembangan Kesehatan Indonesia, Jakarta, Indonesia⁴, Varians Statistik Kesehatan, Banten, Indonesia⁵

*Corresponding Author : husnul.khotimah31@ui.ac.id

ABSTRAK

Depresi pascapersalinan adalah gangguan suasana hati yang umum terjadi setelah melahirkan, ditandai dengan gejala seperti kecemasan, insomnia, dan perubahan berat badan, yang mempengaruhi sekitar 10–15% ibu di dunia dan berkontribusi signifikan terhadap beban penyakit global. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh anemia kehamilan terhadap depresi pascapersalinan. Tinjauan cakupan ini dilakukan dengan mengikuti pedoman PRISMA dan menggunakan kerangka kerja PICOS untuk mengidentifikasi studi yang relevan mengenai anemia pada ibu hamil dan depresi pascapersalinan. Artikel diperoleh dari basis data PubMed dan Scopus, kemudian disaring secara ketat menggunakan perangkat lunak referensi untuk menghindari duplikasi dan memastikan kesesuaian dengan kriteria inklusi. Dari 112 artikel yang ditemukan, 14 studi akhir dipilih setelah proses penyaringan yang ketat berdasarkan relevansi, desain studi, dan populasi yang sesuai. Hasil telaah terhadap 14 artikel menunjukkan bahwa anemia kehamilan berkontribusi terhadap depresi pascapersalinan. Anemia selama kehamilan dan pascapersalinan dapat meningkatkan risiko depresi pascapersalinan melalui mekanisme perubahan neurotransmitter, stres oksidatif, hormon tiroid, serta sitokin inflamasi. Selain itu, kelelahan akibat anemia juga berkontribusi terhadap penurunan energi dan aktivitas, yang dapat memperburuk gejala depresi. Meskipun beberapa studi juga menemukan faktor lain seperti gizi, usia ibu, paritas, dan dukungan sosial sebagai penyebab tambahan. Pencegahan anemia selama kehamilan sangat penting untuk mengurangi risiko depresi pascapersalinan. Dapat disimpulkan bahwa anemia selama kehamilan berkontribusi terhadap depresi pascapersalinan, sehingga pencegahannya dengan suplementasi zat besi dan asam folat sangat penting untuk meningkatkan kesejahteraan ibu dan anak.

Kata kunci : anemia, asam folat, depresi postpartum, zat besi

ABSTRACT

Postpartum depression is a common mood disorder after childbirth, characterized by symptoms such as anxiety, insomnia, and weight changes, affecting approximately 10–15% of mothers worldwide and contributing significantly to the global burden of disease. This study aimed to analyze the effect of pregnancy anemia on postpartum depression. Articles were obtained from PubMed and Scopus databases, then screened strictly using reference software to avoid duplication and ensure compliance with the inclusion criteria. Of the 112 articles found, 14 final studies were selected after a rigorous screening process based on relevance, study design, and appropriate population. The review of 14 articles showed that pregnancy anemia contributes to postpartum depression. Anemia during pregnancy and postpartum can increase the risk of postpartum depression through the mechanism of changes in neurotransmitters, oxidative stress, thyroid hormones, and inflammatory cytokines. In addition, fatigue due to anemia also contributes to decreased energy and activity, which can worsen depressive symptoms. Although some studies also found other factors such as nutrition, maternal age, parity, and social support as additional causes. Prevention of anemia during pregnancy is very important to reduce the risk of postpartum depression. Anemia during pregnancy contributes to postpartum depression, so prevention with iron and folic acid supplementation is very important to improve maternal and child well-being.

Keywords : anemia, folic acid, postpartum depression, iron

PENDAHULUAN

Depresi pascapersalinan adalah gangguan suasana hati yang terjadi setelah melahirkan. Depresi ini merupakan tanda gejala depresi berat karena melibatkan masalah pada cara kerja pikiran. Penyakit suasana hati ini, yang ditandai dengan gejala-gejala termasuk depresi, kecemasan berlebihan, insomnia, dan perubahan berat badan, biasanya muncul 2–6 minggu setelah melahirkan anak (Ardiyanti & Dinni, 2018; Sari, 2020). Depresi pascapersalinan merupakan salah satu gangguan mental yang paling umum terjadi pada periode pascapersalinan, yang diperkirakan mempengaruhi 10–15% ibu di seluruh dunia (Anokye et al., 2018). Menurut Organisasi Kesehatan Dunia, gangguan depresi mayor diidentifikasi sebagai salah satu penyebab utama beban penyakit global, dengan bobot tahun kehidupan yang disesuaikan dengan disabilitas sebesar 0,66, yang berarti bahwa satu tahun kehidupan dengan depresi memiliki nilai yang sama dengan 0,34 tahun kehidupan dalam kesehatan penuh (WHO, 2018).

Gangguan emosional yang muncul setelah melahirkan disebut depresi pascapersalinan. Gejala depresi mayor ditandai dengan disregulasi psikologis yang tercermin dalam gangguan ini. Ibu biasanya mengalami depresi pascapersalinan empat minggu setelah melahirkan. Kesedihan, suasana hati yang buruk, kehilangan minat dalam aktivitas sehari-hari, berat badan bertambah atau berkurang, rasa bersalah atau tidak berharga, kelelahan, gangguan fokus, dan bahkan pikiran untuk bunuh diri adalah beberapa gejala yang menyertainya. Dalam situasi ekstrem, depresi dapat berubah menjadi psikosis, disertai dengan delusi, halusinasi, dan pikiran untuk bunuh diri. Diperkirakan antara 20 dan 40 persen wanita mengalami gangguan kognitif atau gangguan emosional selama fase pascapersalinan (Kusuma, 2017).

Depresi pascapersalinan dapat berdampak buruk pada anak dan keluarganya, selain juga pada ibu. Depresi dapat menyebabkan minat dan daya tarik ibu terhadap anaknya menurun. Saat bayi menangis, melihat bayi, atau menggerakkan tubuhnya, ibu menjadi kurang reseptif terhadap rangsangan positif. Terakhir, ibu yang mengalami depresi pascapersalinan tidak dapat memberikan perawatan terbaik kepada bayinya, termasuk terlalu lesu untuk memberikan ASI secara langsung (Wahyuni et al., 2014). Meskipun etiologi pasti depresi pascapersalinan masih belum diketahui, banyak penelitian menunjukkan bahwa faktor biologis atau psikologis mungkin menjadi penyebabnya. Suasana hati ibu mungkin terpengaruh jika kadar progesteron menurun secara signifikan. Perubahan ini terjadi ketika gejala depresi seperti kelelahan dan kelesuan muncul. Telah diteliti bahwa berbagai variabel fisiologis dan psikologis berkontribusi terhadap depresi pascapersalinan (Brummelte & Galea, 2016).

Salah satu penyebab dari aspek fisiologis adalah riwayat anemia selama kehamilan. Di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah, anemia selama kehamilan adalah masalah kesehatan masyarakat yang signifikan. Anemia dalam kehamilan terjadi jika ibu hamil memiliki kadar hemoglobin kurang dari 11 gr/dl. Sebenarnya, anemia adalah penyakit yang relatif ringan di seluruh dunia. Bobot disabilitasnya adalah 0,004, 0,052, dan 0,149 untuk anemia ringan, sedang, dan berat, dan diet yang diubah, terutama dengan meningkatkan asupan zat besi (WHO, 2018). Anemia lebih umum terjadi di negara-negara berpendapatan rendah, yang dapat membantu menjelaskan mengapa tingkat depresi pascapersalinan lebih tinggi di sana dibandingkan di negara-negara berpendapatan tinggi (Safiri et al., 2021; Wang et al., 2021). Di antara gejala-gejala yang sering diamati pada wanita yang mengalami depresi pascapersalinan, anemia merupakan masalah penting karena kedua kondisi tersebut memiliki ciri-ciri yang sama, mulai dari kelelahan dan pusing hingga mudah tersinggung (Cheng et al., 2023).

Studi sebelumnya telah menyelidiki hubungan potensial antara anemia dan depresi pascapersalinan dan telah menemukan berbagai hasil. Menurut sebuah meta-analisis, anemia selama dan setelah kehamilan secara signifikan meningkatkan kemungkinan depresi

pascapersalinan (Azami et al., 2019; Sahebi et al., 2016; Wassef et al., 2019). Selain itu, ada korelasi antara anemia dan depresi pascapersalinan dalam penelitian yang dilakukan di Jepang, India dan Indonesia (Maeda et al., 2020; Rahmaningtyas et al., 2019; Sparling et al., 2020). Studi di Swedia menemukan hubungan yang nihil atau terbalik (Eckerdal et al., 2016).

Termotivasi oleh temuan dan kesenjangan yang ada dalam studi sebelumnya, penelitian ini bertujuan untuk melakukan tinjauan cakupan (*scoping review*) tentang pengaruh anemia kehamilan terhadap depresi pascapersalinan.

METODE

Tinjauan cakupan ini dilakukan menggunakan penelusuran tinjauan pustaka yang mencakup dengan mematuhi pedoman Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) (Page et al., 2021), yang menyediakan kerangka kerja terstruktur untuk melakukan dan melaporkan tinjauan. Untuk mengidentifikasi studi yang relevan, kerangka kerja PICOS digunakan. Kerangka kerja ini terdiri dari populasi, intervensi, pembanding, hasil, dan desain studi. Setelah mengidentifikasi studi yang berpotensi relevan, semua artikel yang dipilih diimpor ke perangkat lunak pengelola referensi untuk mengidentifikasi dan menghapus catatan duplikat, memastikan kumpulan data yang bersih untuk analisis lebih lanjut. Penelusuran komprehensif dilakukan terhadap artikel yang diterbitkan di basis data PubMed dan Scopus dengan kata kunci yaitu: “anemia” AND “pregnant” OR “pregnancy” AND “postpartum” AND “depression” OR “BLUES” OR “ANCIETY”. Kriteria inklusi berikut ditetapkan untuk pemilihan artikel: pertama, artikel harus membahas anemia pada ibu hamil; kedua, artikel harus menganalisis tentang depresi postpartum; dan ketiga, artikel harus dalam bentuk jurnal, prosiding, teks lengkap, dan akses terbuka. Artikel yang berkaitan dengan depresi postpartum selain disebabkan karena anemia pada ibu hamil, artikel pendek, laporan kasus, surat kepada editor, dan laporan lainnya tidak disertakan dalam penelitian.

Untuk mengurangi bias, prosedur pemilihan artikel ketat dan multifase. Semua judul dan abstrak artikel yang diakui diperiksa terlebih dahulu relevansinya, dan yang tidak sesuai dengan persyaratan inklusi dieliminasi menggunakan Mendeley Reference Manager. Artikel yang lolos penyaringan awal ini akan menjalani pemeriksaan teks lengkap untuk memverifikasi kelayakannya. Setiap ketidaksepakatan atau ambiguitas ditangani selama proses ini oleh para peninjau sendiri, dan peninjau ketiga dikonsultasikan jika diperlukan untuk mencapai konsensus. Membuat ringkasan menyeluruh tentang fitur-fitur studi dan melakukan analisis tematik dari hasil yang disajikan dalam Microsoft Office Excel 2016. Proses pemilihan artikel terdiri dari 4 tahap yaitu: 1) Identifikasi, menelusuri database menggunakan kata kunci yang ditentukan, ditemukan sebanyak 112 artikel ditemukan selama prosedur pencarian dan pemilihan tinjauan cakupan terdiri dari PubMed (n=15) dan Scopus (n=95); 2) Skrining: yaitu proses penyaringan dan pengecekan apakah ada naskah duplikat atau tidak, setelah penyaringan terdapat 94 artikel terpilih; 3) Penilaian kelayakan: pengecekan artikel berdasarkan kriteria studi yang ditentukan, pada tahap ini terdapat 80 artikel yang dikecualikan karena berbagai alasan, termasuk populasi tidak sesuai (n=40), desain studi tidak sesuai (n=10), dan kurangnya relevansi dengan tujuan studi (n=30); 4) Pemilihan artikel : setelah melakukan penilaian kelayakan artikel, maka jumlah akhir studi yang diambil adalah 14 artikel.

Data dikumpulkan melalui formulir yang berlaku. Ada lima bagian utama pada formulir yang berlaku: 1) Judul artikel dan rincian bibliografinya, nama jurnal, nama penulis, tahun publikasi artikel, lokasi penelitian; 2) tujuan penelitian dan variabel yang diteliti; 3) metode penelitian; 4) data atau sampel yang digunakan; dan 5) hasil penelitian. Setelah pengumpulan data, teknik analisis isi digunakan untuk menganalisis, meringkas, dan melaporkan data secara sistematis sesuai dengan tujuan penelitian.

HASIL**Tabel 1. Hasil Ekstraksi Data**

Nama/ Tahun/Negara	Populasi	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Kesimpulan
Diah AF, 2015, Indonesia (Diah Ayu, 2015)	80 ibu postpartum	Faktor risiko yang mempengaruhi postpartum blues	<i>Cross-sectional</i>	Faktor risiko usia ibu, paritas dan dukungan sosial suami memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kejadian postpartum blues. Usia ibu merupakan faktor risiko yang paling kuat pengaruhnya terhadap kejadian postpartum blues.
Rahmaningtyas et al, 2019, Indonesia (Rahmaningtyas et al., 2019)	162 ibu nifas dengan sampel 114 ibu nifas	<i>menganalisis faktor yang berhubungan dengan kecemasan ibu nifas</i>	<i>Cross-sectional</i>	Ada hubungan antara anemia, paritas dan jenis persalinan. Riwayat anemia saat hamil merupakan faktor paling dominan terhadap gangguan cemas ibu nifas
Marangell, L.B. 2008, USA (Marangell, 2008)	Wanita dengan gangguan bipolar	Gangguan bipolar pada Wanita saat hamil, bersalin dan nifas	<i>Narrative review</i>	Risiko terjadinya depresi pascapersalinan pada Wanita bipolar 40-60%, Keputusan menyusui harus dipertimbangkan menilai risiko dan manfaat bagi ibu dan keluarga
Yang et al, 2011, Taiwan (Yang et al., 2011)	Basis Penelitian Asuransi Kesehatan Nasional (NHIRD) Taiwan 2003-2006: 2.107 ibu dengan depresi postpartum dan 8.428 sebagai kontrol	Data hubungan antara cara persalinan dan/atau musim persalinan dengan depresi postpartum	<i>Cross-sectional</i>	Risiko Depresi postpartum lebih rendah pada ibu yang melahirkan secara normal per vaginam atau dengan alat bantu per vaginam dibandingkan dengan ibu yang menjalani operasi caesar darurat. Namun, wanita yang memilih untuk menjalani operasi caesar memiliki risiko lebih tinggi dibandingkan dengan operasi caesar darurat. Selain itu, risiko Depresi postpartum pada persalinan di musim dingin lebih tinggi dibandingkan dengan musim lainnya.
Parhizkar A, 2013, India (Parhizkar, 2013)	400 ibu postpartum	hubungan antara anemia dan depresi pascapersalinan	<i>Cross-sectional</i>	terdapat hubungan yang signifikan antara anemia ibu hamil dengan depresi pascapersalinan
Sahebi S et al, 2016, Iran (Sahebi et al., 2016)	ibu postpartum	pengaruh terhadap anemia depresi pascapersalinan	<i>Literatur review</i>	Ada hubungan yang signifikan antara hemoglobin, saturasi transferin dan volume sel rata-rata dan variabel kognisi pada periode pascapersalinan yang dapat menyebabkan depresi pascapersalinan.

					Kesimpulan: Anemia dapat menimbulkan depresi setelah melahirkan dan menyebabkan tidak adanya perhatian terhadap peran keibuananya.
Yilmaz E et al, 2017, Turki (Yilmaz et al., 2017)	450 ibu hamil	hubungan antara tingkat keparahan anemia dan suasana hati depresif pada trimester terakhir kehamilan	<i>Cross-sectional</i>		kadar Hb serum merupakan faktor independen untuk suasana hati depresi antenatal. Sehingga anemia dikaitkan dengan tingkat gejala depresi yang lebih tinggi, maka hal ini harus dipertimbangkan secara cermat selama kehamilan.
Azami M et al, 2019, Iran (Azami et al., 2019)	Ibu pascasalin	memberikan penilaian komprehensif terhadap anemia dan depresi postpartum	<i>systematic review and meta-analysis</i>		anemia selama kehamilan dan setelah kehamilan secara signifikan meningkatkan risiko depresi pascapersalinan. Oleh karena itu, pencegahan, identifikasi, dan penanganan anemia pada ibu hamil tampaknya diperlukan
Wassef A et al, 2019, Inggris (Wassef et al., 2019)	Ibu postpartum	meninjau bukti yang menghubungkan anemia dan/atau kekurangan zat besi dengan depresi pascapersalinan	<i>Literatur review</i>		Anemia dan/atau defisiensi zat besi dapat menyebabkan PPD pada wanita berisiko. Suplementasi zat besi pada periode pascapersalinan menurunkan risiko depresi pascasalin, sedangkan suplementasi zat besi tidak melindungi dari depresi pascasalin jika diberikan selama kehamilan
Blais L et al, 2019, Canada (Blais et al., 2019)	35.520 ibu hamil dengan asma dan 197.057 ibu hamil tanpa asma diambil dari Basis Data Asma dan Kehamilan Quebec	hubungan antara asma ibu dan depresi pascapersalinan	Studi kohort		wanita dengan asma lebih mungkin mengalami depresi pascapersalinan daripada wanita tanpa. Pemantauan ketat terhadap tanda-tanda depresi pada wanita hamil dengan asma diindikasikan, yang memungkinkan intervensi yang cepat dan efisien.
Maeda Y et al, 2020, Jepang (Maeda et al., 2020)	1128 ibu postpartum	mengklarifikasi hubungan antara depresi pascapersalinan dan anemia pada setiap tahap kehamilan serta pada periode pascapersalinan	Kohort prospektif		Anemia pascapersalinan dikaitkan secara signifikan dengan peningkatan risiko depresi pascasalin sedangkan anemia pada trimester kedua dan ketiga tidak. hubungan terbalik yang signifikan diamati antara kuartil kadar hemoglobin ibu pada masa nifas dan risiko depresi pascasalin. Kesimpulan: Anemia pascapersalinan

				dikaitkan dengan peningkatan risiko depresi pascasalin
Sparling TM et al, 2020, India (Sparling et al., 2020)	2599 wanita usia subur		Mengukur hubungan antara skrining positif untuk depresi dan beberapa indikator lingkungan pangan dan gizi di Bangladesh	<i>Cross-sectional</i> Depresi di kalangan wanita di Bangladesh dikaitkan dengan banyak aspek keamanan pangan dan gizi, juga setelah mengendalikan faktor sosial ekonomi.
Cheng Z et al, 2023, USA (Cheng et al., 2023)	829 ibu postpartum		hubungan antara anemia dan depresi pascapersalinan	<i>Cross-sectional</i> Adanya hubungan potensial antara anemia dan depresi pascapersalinan
Chandrasekaran N et al, 2018, Canada (Chandrasekaran et al., 2018)	103 wanita postpartum		menilai apakah anemia pascapersalinan merupakan faktor risiko untuk depresi pascapersalinan pada wanita yang menjalani operasi caesar elektif	<i>Cross-sectional</i> Baik anemia maupun simpanan zat besi rendah tidak ditemukan sebagai faktor risiko independen untuk depresi pascapersalinan atau penurunan kapasitas fungsional pascapersalinan pada wanita yang menjalani operasi caesar elektif.

Berdasarkan hasil telaah 14 artikel yang relevan dengan tujuan penelitian yaitu pengaruh anemia kehamilan terhadap depresi postpartum, terdapat beberapa metode penelitian yang digunakan yaitu sebagian besar artikel memiliki desain penelitian *cross-sectional* sebanyak 8 artikel, kohort sebanyak 2 artikel dan 4 artikel merupakan literatur review. Penelitian-penelitian tersebut tersebar pada berbagai negara seperti USA (Amerika) sebanyak 2 artikel, Canada 2 artikel, Inggris 1 artikel, India 2 artikel, Iran 2 artikel, Turki 1 artikel, Taiwan 1 artikel, Jepang 1 artikel, dan Indonesia sebanyak 2 artikel. Hasil penelitian yang ditemukan cukup variatif, sebagian besar menyimpulkan bahwa anemia kehamilan berpengaruh terhadap depresi postpartum sebanyak 8 artikel namun ada juga yang menemukan hasil bahwa anemia kehamilan tidak berpengaruh terhadap depresi postpartum sebanyak 1 artikel. Selain itu ada juga faktor lain selain anemia yang mempengaruhi terjadinya depresi post partum yaitu gizi (1 artikel), usia ibu, paritas dan dukungan sosial (1 artikel), persalinan sesar (1 artikel), anemia saat nifas (1 artikel) dan riwayat penyakit psikologis bipolar (1 artikel).

PEMBAHASAN

Jika kadar hemoglobin wanita hamil kurang dari 11 g/L, maka bisa dikatakan ibu hamil menderita anemia yang terjadi akibat kekurangan atau penurunan zat besi terjadi pada wanita hamil, defisit ini berdampak pada penurunan kadar serotonin dan dopamin di otak, yang menyebabkan gejala depresi. Zat besi sangat penting untuk mielinisasi, metabolisme dan fungsi neurotransmitter, serta proses seluler dan oksidatif neuronal yang memadai dan melalui proses ini, dapat berkontribusi pada perkembangan depresi klinis (Chandrasekaran et al., 2018). Kadar hb rendah selama kehamilan dapat menyebabkan kelelahan, pingsan, dan kesemutan. Mereka juga dapat mengalami kesulitan saat merawat bayinya setelah melahirkan (Rahmaningtyas et al., 2019). Pemeriksaan risiko depresi pascapersalinan sangat penting karena mengingat dampak yang cukup serius, diantaranya tekanan perkawinan, terganggunya interaksi dan keterikatan ibu dengan bayi, masalah fisik dan mental lainnya pada ibu, serta dampak pada perilaku dan perkembangan kognitif anak (Ghaedrahmati et al., 2017). Anemia dalam

kehamilan dapat diatasi dengan cukup mudah, dengan mengubah atau melengkapi pola makan ibu, sebagian besar jenis anemia ibu, termasuk anemia defisiensi besi, anemia defisiensi folat, dan anemia defisiensi vitamin B12, dapat dicegah dan diobati dengan relatif mudah (Aoki et al., 2022). Organisasi Kesehatan Dunia merekomendasikan agar asam folat (400 μ g) dan suplemen zat besi oral (30–60 mg) dikonsumsi setiap hari selama kehamilan untuk secara efektif menurunkan risiko kekurangan zat besi dan anemia ibu (Tefera et al., 2023).

Risiko depresi pascapersalinan meningkat secara signifikan akibat anemia selama kehamilan dan pascapersalinan. Penurunan hemoglobin dapat mengubah cara kerja neurotransmitter, yang dapat mengubah cara sel, stresor oksidatif, dan hormon tiroid dimetabolisme. Selain itu, depresi dapat dipengaruhi oleh penurunan kadar sitokin inflamasi, seperti interleukin 2, yang merupakan penyebab anemia. Oleh karena itu, dengan mengubah sitokin inflamasi, anemia selama dan setelah kehamilan dapat menjadi salah satu penyebab depresi. Gejala depresi berkisar antara 48 jam setelah kehamilan hingga 32 minggu setelah kehamilan (Azami et al., 2019). Ibu yang mengalami anemia akan memiliki gejala diantaranya adalah kelelahan. Salah satu penyebab depresi telah diidentifikasi yaitu kelelahan, yang merupakan tanda penurunan kadar energi tubuh. Untuk mencapai keseimbangan dan mengurangi konsumsi energi, tingkat aktivitas pun menurun. Kelelahan yang berhubungan dengan kehamilan dan pascapersalinan dapat dijelaskan oleh meningkatnya kebutuhan metabolisme; dalam hal ini, semakin lelah sang ibu, semakin besar kemungkinan ia mengalami depresi (Azami et al., 2019).

Penyebab lain terhadap depresi postpartum yang ditemukan adalah paritas. Paritas adalah jumlah bayi yang dilahirkan oleh seorang wanita dalam kondisi hidup. Ibu primipara cenderung lebih cemas daripada ibu multipara. Ibu primipara yang baru saja melahirkan anak pertama lebih mungkin mengalami kecemasan, hal ini dikarenakan ibu yang telah melahirkan lebih dari satu kali (multipara) akan memiliki lebih banyak keahlian dalam merawat anak dibandingkan ibu yang primipara (Diah Ayu, 2015; Rahmaningtyas et al., 2019). Penyebab lainnya adalah ibu dengan riwayat asma, gangguan psikologis bipolar, gizi, persalinan sesar dapat menyebabkan terjadinya depresi pascapersalinan (Blais et al., 2019; Chandrasekaran et al., 2018; Sparling et al., 2020). Oleh karena itu, sangat penting bagi ibu hamil untuk mencegah terjadinya anemia, karena jika anemia pada ibu hamil tidak diatasi maka akan menyebabkan terjadinya anemia pada saat pascapersalinan yang dapat meningkatkan risiko terjadinya depresi pascapersalinan yang lebih tinggi bila dibandingkan dengan ibu postpartum yang tidak mengalami anemia. Namun, selain anemia, harus diperhatikan pula faktor-faktor lain diantaranya faktor usia ibu, paritas, dukungan sosial-ekonomi, Riwayat penyakit ibu lainnya seperti asma dan riwayat gangguan psikologis seperti bipolar, hal tersebut juga tidak menutup kemungkinan dapat menyebabkan depresi pascapersalinan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil telaah, dapat disimpulkan bahwa anemia dalam kehamilan berpengaruh terhadap depresi pascapersalinan. Anemia selama kehamilan, terutama akibat defisiensi zat besi, dapat berdampak serius terhadap kesehatan ibu dan bayi. Penurunan kadar hemoglobin tidak hanya menyebabkan kelelahan dan gangguan fisik, tetapi juga berkontribusi pada perubahan fungsi neurotransmitter yang meningkatkan risiko depresi pascapersalinan. Risiko ini semakin tinggi karena anemia dapat mempengaruhi metabolisme stres oksidatif, hormon tiroid, dan sitokin inflamasi.

Selain anemia, faktor lain yang berkontribusi terhadap depresi pascapersalinan meliputi paritas, riwayat gangguan psikologis, kondisi medis seperti asma, serta dukungan sosial dan ekonomi. Oleh karena itu, pencegahan anemia selama kehamilan sangat penting, salah satunya dengan suplementasi zat besi dan asam folat sebagaimana direkomendasikan oleh WHO.

Dengan mengatasi anemia dan mempertimbangkan faktor risiko lainnya, kejadian depresi pascapersalinan dapat dikurangi, sehingga meningkatkan kesejahteraan ibu dan perkembangan anak.

UCAPAN TERIMAKASIH

Kami mengucapkan terimakasih kepada Varians Statistik Kesehatan dan Kaukus Masyarakat Peduli Kesehatan Jiwa yang telah menyelenggarakan bootcamp dan memberikan pendampingan untuk meningkatkan penulisan manuskrip kami.

DAFTAR PUSTAKA

- Anokye, R., Acheampong, E., Budu-Ainooson, A., Obeng, E. I., & Akwasi, A. G. (2018). *Prevalence of postpartum depression and interventions utilized for its management. Annals of General Psychiatry*, 17, 1–8.
- Aoki, C., Imai, K., Owaki, T., Kobayashi-Nakano, T., Ushida, T., Iitani, Y., Nakamura, N., Kajiyama, H., & Kotani, T. (2022). *The possible effects of zinc supplementation on postpartum depression and anemia. Medicina*, 58(6), 731.
- Ardiyanti, D., & Dinni, S. M. (2018). Aplikasi model rasch dalam pengembangan instrumen deteksi dini *postpartum depression. Jurnal Psikologi*, 45(2), 81–97.
- Azami, M., Badfar, G., Khalighi, Z., Qasemi, P., Shohani, M., Soleymani, A., & Abbasalizadeh, S. (2019). *The association between anemia and postpartum depression: A systematic review and meta-analysis. Caspian Journal of Internal Medicine*, 10(2), 115–124. <https://doi.org/10.22088/cjim.10.2.115>
- Blais, L., Salah Ahmed, S. I., Beauchesne, M.-F., Forget, A., Kettani, F.-Z., & Lavoie, K. L. (2019). *Risk of Postpartum Depression Among Women with Asthma. Journal of Allergy and Clinical Immunology: In Practice*, 7(3), 925-933.e2. <https://doi.org/10.1016/j.jaip.2018.09.026>
- Brummelte, S., & Galea, L. A. M. (2016). *Postpartum depression: Etiology, treatment and consequences for maternal care. Hormones and Behavior*, 77, 153–166.
- Chandrasekaran, N., De Souza, L. R., Urquia, M. L., Young, B., McLeod, A., Windrim, R., & Berger, H. (2018). *Is anemia an independent risk factor for postpartum depression in women who have a cesarean section? - A prospective observational study. BMC Pregnancy and Childbirth*, 18(1). <https://doi.org/10.1186/s12884-018-2032-6>
- Cheng, Z., Karra, M., Guo, M., Patel, V., & Canning, D. (2023). *Exploring the Relationship between Anemia and Postpartum Depression: Evidence from Malawi. International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4). <https://doi.org/10.3390/ijerph20043178>
- Diah Ayu, F. (2015). Faktor Risiko Yang Berpengaruh Terhadap Kejadian Postpartum Blues. *Jurnal EduHealth*, 5(2), 82–93.
- Eckerdal, P., Kollia, N., Löfblad, J., Hellgren, C., Karlsson, L., Höglberg, U., Wikström, A.-K., & Skalkidou, A. (2016). *Delineating the association between heavy postpartum haemorrhage and postpartum depression. PloS One*, 11(1), e0144274.
- Ghaedrahati, M., Kazemi, A., Kheirabadi, G., Ebrahimi, A., & Bahrami, M. (2017). *Postpartum depression risk factors: A narrative review. Journal of Education and Health Promotion*, 6(1), 60.
- Kusuma, P. D. (2017). Karakteristik penyebab terjadinya depresi postpartum pada primipara dan multipara. *Jurnal Keperawatan Notokusumo*, 5(1), 36–45.
- Maeda, Y., Ogawa, K., Morisaki, N., Tachibana, Y., Horikawa, R., & Sago, H. (2020). *Association between perinatal anemia and postpartum depression: A prospective cohort*

- study of Japanese women. *International Journal of Gynecology and Obstetrics*, 148(1), 48–52. <https://doi.org/10.1002/ijgo.12982>
- Marangell, L. B. (2008). *Current issues: Women and bipolar disorder. Dialogues in Clinical Neuroscience*, 10(2), 229–238. <https://doi.org/10.31887/dcns.2008.10.2/lbmarangell>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., & Brennan, S. E. (2021). *The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews*. *Bmj*, 372.
- Parhizkar, A. (2013). *The relation between anemia and postpartum depression in pregnant women who referred to health and medical centers of Sanandaj in 2011-2012*. *Life Science Journal*, 10(SUPPL. 7), 308–312.
- Rahmaningtyas, Winarni, S., Mawarni, A., & Dharminto, D. (2019). *The Association Some Factors With Anxiety Postpartum in Semarang City*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(4), 303–309. <https://doi.org/10.14710/jkm.v7i4.24483>
- Safiri, S., Kolahi, A.-A., Noori, M., Nejadghaderi, S. A., Karamzad, N., Bragazzi, N. L., Sullman, M. J. M., Abdollahi, M., Collins, G. S., & Kaufman, J. S. (2021). *Burden of anemia and its underlying causes in 204 countries and territories, 1990–2019: results from the Global Burden of Disease Study 2019*. *Journal of Hematology & Oncology*, 14, 1–16.
- Sahebi, S., Najafi, T. F., & Bahri, N. (2016). *Effect of iron deficiency anemia in pregnancy on post partum depression: A review article*. *Iranian Journal of Obstetrics, Gynecology and Infertility*, 19(32), 12–19. <https://doi.org/10.22038/ijogi.2016.7994>
- Sari, R. A. (2020). *Literature review: Depresi postpartum*. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 167–174.
- Sparling, T. M., Waid, J. L., Wendt, A. S., & Gabrysch, S. (2020). *Depression among women of reproductive age in rural Bangladesh is linked to food security, diets and nutrition*. *Public Health Nutrition*, 23(4), 660–673. <https://doi.org/10.1017/S1368980019003495>
- Tefera, A. A., Ibrahim, N. A., & Umer, A. A. (2023). *Adherence to iron and folate supplementation and associated factors among women attending antenatal care in public health facilities at Covid-19 pandemic in Ethiopia*. *PLOS Global Public Health*, 3(1), e0000825. <https://doi.org/10.1371/journal.pgph.0000825>
- Wahyuni, S., Murwati, M., & Supiati, S. (2014). Faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi depresi postpartum. *Interest: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(2).
- Wang, Z., Liu, J., Shuai, H., Cai, Z., Fu, X., Liu, Y., Xiao, X., Zhang, W., Krabbendam, E., & Liu, S. (2021). *Mapping global prevalence of depression among postpartum women*. *Translational Psychiatry*, 11(1), 543.
- Wassem, A., Nguyen, Q. D., & St-André, M. (2019). *Anaemia and depletion of iron stores as risk factors for postpartum depression: a literature review*. *Journal of Psychosomatic Obstetrics and Gynecology*, 40(1), 19–28. <https://doi.org/10.1080/0167482X.2018.1427725>
- WHO, G. (2018). *WHO methods and data sources for life tables 1990-2016*. *Global Health Estimates Technical Paper*.
- Yang, S.-N., Shen, L.-J., Ping, T., Wang, Y.-C., & Chien, C.-W. (2011). *The delivery mode and seasonal variation are associated with the development of postpartum depression*. *Journal of Affective Disorders*, 132(1–2), 158–164. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2011.02.009>
- Yılmaz, E., Yılmaz, Z., Çakmak, B., Gültekin, İ. B., Çekmez, Y., Mahmutoğlu, S., & Küçüközkan, T. (2017). *Relationship between anemia and depressive mood in the last trimester of pregnancy*. *Journal of Maternal-Fetal and Neonatal Medicine*, 30(8), 977–982. <https://doi.org/10.1080/14767058.2016.1194389>