**HUBUNGAN PARITAS DAN JARAK KELAHIRAN ANAK DENGAN POST PARTUM BLUES** **DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN UMMI HANIEK,S.Si.T., Bdn., M.K.M JEPARA**

**ARTIKEL KARYA TULIS ILMIAH**

Diajukan untuk memenuhi persyaratan

Ujian Akhir Program Pendidikan Sarjana Kebidanan

****

**Oleh :**

**EKA PURWANINGSIH\_**

**NIM : AB202020**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA**

**SURAKARTA**

**2022**

**HUBUNGAN PARITAS DAN JARAK KELAHIRAN ANAK DENGAN POST PARTUM BLUES DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN UMMI HANIEK,S.Si.T., Bdn., M.K.M JEPARA**

 ***(Relationship Of Parity And Children Birth Distance With Post Partum Blues In Independent Practice Midwife Ummi Haniek, S.Si.T., Bdn., M.K.M Jepara)***

**ABSTRAK**

**Latar Belakang** : Post partum blues merupakan kesedihan atau kemurungan setelah melahirkan, biasanya hanya muncul sementara waktu yakni sekitar dua hari hingga dua minggu sejak kelahiran bayi (Marmi,2014). Menurut WHO (World Health Organization, 2018), Prevalensi post partum blues secara umum dalam populasi dunia adalah 3-8% dengan 50% kasus terjadi pada usia produktif yaitu 20-50 tahun. Di Asia angka kejadian post partum blues cukup tinggi dan bervariasi antara 26-85% wanita pasca persalinan (Yunitasari & Suryani, 2020).

**Tujuan Penelitian** : Untuk Mengetahui Hubungan Paritas dan Jarak Kelahiran Anak dengan Post Partum Blues di Praktik Mandiri Bidan Ummi Haniek,S.Si.T., Bdn.,M.K.M Jepara

**Metode Penelitian** : Penelitian ini merupakan penelitian *analitik korelatif* dengan metode *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah 146 orang ibu nifas di Praktik Mandiri Bidan Ummi Haniek,S.Si.T., Bdn.,M.K.M Jepara. Sampel pada penelitian ini adalah 63 ibu nifas hari ke 1-14 dengan paritas multipara dan grande multipara di Praktik Mandiri Bidan Ummi Haniek,S.Si.T., Bdn.,M.K.M Jepara periode bulan Agustus - september tahun 2022. Teknik sampling dalam penelitian ini adalah *probability sampling* dengan tipe *cluster sampling*. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan data primer melalui jawaban kuesioner dan wawancara dan data sekunder ibu nifas hari ke 1- 14 dari buku laporan bulanan di Praktik Mandiri Bidan Ummi Haniek,S.Si.T., Bdn.,M.K.M Jepara. Analisa data univariat menggunakan Presentase Frekuensi dan analisa data bivariat menggunakan *Chi Square* dan Kruskall Wallis.

**Hasil Penelitian** : Hasil uji Kruskal Wallis menunjukkan hasil dengan PValue Paritas= 0.310 (PValue >0.05). Kemudian PValue Jarak Kelahiran Anak= 0.715 (PValue >0.05), sehingga dari hasil tersebut disimpulkan bahwa “Tidak ada hubungan paritas dan jarak kelahiran anak dengan post partum blues”. Ibu nifas multipara 3.35 kali lebih besar mengalami post partum blues dibandingkan dengan ibu nifas grandemulti. Kemudian, ibu nifas dengan jarak kelahiran anak <24 bulan 1.3 kali lebih besar mengalami post partum blues dibandingkan ibu nifas dengan jarak kelahiran anak 24-59 bulan maupun ibu nifas dengan jarak kelahiran anak >59 bulan.

**Simpulan dan saran** : Tidak ada hubungan antara paritas dan jarak kelahiran anak dengan post partum blues. Dan diharapkan ibu dengan post partum blues dapat penanganan lebih lanjut dari pelayanan kesehatan terdekat.

Kata kunci : Paritas, Jarak Kelahiran Anak, Post Partum Blues

Daftar pustaka : 29 Pustaka (2010 s/d 2020)

***ABSTRACT***

***Background****: Post partum blues is sadness or moodiness after giving birth, usually only appears temporarily, which is about two days to two weeks since the birth of the baby (Marmi, 2014). According to WHO (World Health Organization, 2018), the prevalence of postpartum blues in general in the world population is 3-8% with 50% of cases occurring in productive ages, namely 20-50 years. In Asia, the incidence of post partum blues is quite high and varies between 26-85% of post-partum women (Yunitasari & Suryani, 2020).*

***Research Objectives****: To determine the relationship between parity and birth spacing of children with post partum blues in Independent Practice Midwife Ummi Haniek, S.Si.T., Bdn., M.K.M Jepara.*

***Research Methods****: This research is a correlative analytic study with cross sectional method. The population in this study were 146 postpartum mothers in Independent Practice Midwife Ummi Haniek, S.Si.T., Bdn., M.K.M Jepara.. The sample in this study was 63 postpartum mothers on days 1-14 with multipara and grandemultipara parity in Independent Practice Midwife Ummi Haniek, S.Si.T., Bdn., M.K.M Jepara for the period August – September 2022. The sampling technique in this study was probability sampling with cluster sampling type. Data collection in this study used primary data through questionnaire answers and interviews and secondary data for postpartum mothers on days 1-14 from the monthly report book of the village midwife in Independent Practice Midwife Ummi Haniek, S.Si.T., Bdn., M.K.M Jepara. Univariate data analysis using Frequency Percentage and bivariate data analysis using Chi Square and Kruskall Wallis.*

***Research Results****: The results of the Kruskal Wallis test showed results with PValue Parity = 0.310 (PValue> 0.05). Then the PValue of Child Birth Distance = 0.715 (PValue> 0.05), so from these results it is concluded that "There is no relationship between parity and birth spacing of children with post partum blues". Multiparous postpartum mothers are 3.35 times more likely to experience post partum blues than grandemulti postpartum mothers. Then, postpartum mothers with birth spacing <24 months are 1.3 times more likely to experience post partum blues than postpartum mothers with child birth intervals of 24-59 months and postpartum mothers with child birth spacing >59 months.*

***Conclusions and suggestions****: There is no relationship between parity and birth spacing of children with post partum blues. And it is hoped that mothers with post partum blues can receive further treatment from the nearest health service.*

*Keywords: Parity, Birth Distance, Post Partum Blues*

*Bibliography : 29 Bibliography (2010 to 2020)*

**PENDAHULUAN**

Periode masa nifas merupakan periode yang sangat penting, karena diperiode ini peran seorang wanita berubah menjadi ibu, dimana banyak sekali perubahan dari segala aspek baik fisiologis maupun psikologis, peristiwa itu dapat pula menimbulkan stress, sehingga respon yang terjadi dapat berupa kebahagiaan, maupun sebaliknya, seperti krisis lain dalam kehidupan, dapat menyebabkan kekecewaan (Maritalia, 2017).

Post partum blues merupakan kesedihan atau kemurungan setelah melahirkan, biasanya hanya muncul sementara waktu yakni sekitar dua hari hingga dua minggu sejak kelahiran bayi (Marmi,2014). Menurut WHO (World Health Organization, 2018), Prevalensi postpartum blues secara umum dalam populasi dunia adalah 3-8% dengan 50% kasus terjadi pada usia produktif yaitu 20-50 tahun. Di Asia angka kejadian post partum blues cukup tinggi dan bervariasi antara 26-85% wanita pasca persalinan (Yunitasari & Suryani, 2020).

Post partum blues juga dapat dipengaruhi paritas, didapatkan bahwa 37 ibu primipara (14%) mengalami post partum blues tingkat ringan, sedangkan dari 65 ibu multipara (12%) mengalami post partum blues tingkat berat. Di Indonesia dengan menggunakan EPDS (*Edinburgh Postnatal Depression Scale*) tahun 1993 menunjukkan 73% wanita mengalami post partum blues. Pravalensi kejadian post partum blues dari berbagai Negara, berkisar antara 10-34% dari seluruh persalinan (Reni, 2015). Menurut penelitian Edward (2017) angka kejadian postpartum blues di Indonesia mencapai 23%, sedangkan dengan menggunakan EPDS *(Edinburgh Postnatal Depression Scale)* didapatkan bahwa 14-17% wanita post partum beresiko mengalami postpartum blues. Tingginya angka kejadian post partum blues pada ibu pasca melahirkan dapat menimbulkan dampak yang signifikan terhadap keadaan psikologis ibu.

Faktor-faktor yang mempengaruhi post partum blues adalah faktor hormonal, ketidaknyamanan fisik yang dialami ibu nifas dapat menyebabkan gangguan emosional, usia, paritas, pengalaman dalam proses persalinan, latar belakang psikososial, sosial ekonomi, stress dalam keluarga, kelelahan pasca persalinan, perubahan peran yang dialami ibu, rasa memiliki bayi yang terlalu mendalam sehingga timbul rasa takut yang berlebihan akan kehilangan bayinya, dan problem anak karena setelah kelahiran bayi kemungkinan timbul rasa cemburu dari anak sehingga keadaan tersebut dapat mengganggu emosional ibu (Vivian,2011).

 Berdasarkan hasil Studi Pendahuluan di PMB.Ummi Haniek, S.Si.T., Bdn., M.K.M Jepara pada tanggal 2 dan 3 Juli 2022, terdapat 4 ibu nifas dengan post partum blues, 3 orang ibu nifas multipara dengan jarak anak normal, 2 orang diantaranya saat melakukan kunjungan nifas mengatakan merasa sedih karena persalinan ini terasa lebih sakit dan ibu merasa trauma, 1 orang tampak menangis saat dilakukan anamnesa oleh bidan, ibu mengatakan sebenarnya belum siap melahirkan kembali karena dirasa anak pertama belum mandiri dan 1 orang ibu nifas grandemultipara dengan jarak anak normal, mengatakan saat melakukan kunjungan nifas ibu merasakan sedih karena anak yang dilahirkan saat ini merupakan kehamilan yang tidak direncanakan.

Dari latar belakang diatas, penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Paritas dan Jarak Kelahiran Anak dengan Post Partum Blues di Praktik Mandiri Bidan Ummi Haniek,S.Si.T., Bdn., M.K.M Jepara”.

**METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian *analitik korelatif* dengan metode *cross sectional.* Penelitian ini dilakukan di di Praktik Mandiri Bidan Ummi Haniek,S.Si.T., Bdn., M.K.M Jepara”.. Pengambilan data menggunakan teknik *probability sampling* dengan tipe *cluster sampling* dengan jumlah populasi 146 orang ibu nifas dan sampel diambil 6 desa di Praktik Mandiri Bidan Ummi Haniek,S.Si.T., Bdn., M.K.M Jepara”. dengan hasil 37 ibu nifas hari ke 7-14 dengan paritas multipara dan grandemultipara. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer dari responden melalui jawaban kuesioner dan wawancara, dan data sekunder dari buku laporan bulanan di Praktik Mandiri Bidan Ummi Haniek,S.Si.T., Bdn., M.K.M Jepara”..

Analisis data pada penelitian ini adalah univariat dan bivariat. Analisis univariat dilakukan untuk melihat distribusi frekuensi ibu nifas sedangkan analisa bivariat menggunakan uji *Chi Square* untuk menganalisis hubungan paritas dengan post partum blues, hubungan jarak kelahiran anak dengan post partum blues dan Uji Kruskall Wallis untuk menganalisis hubungan paritas dan jarak kelahiran anak dengan post partum blues.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan paritas dan jarak kelahiran anak dengan post partum blues di Praktik Mandiri Bidan Ummi Haniek,S.Si.T., Bdn., M.K.M Jepara”., maka diperoleh hasil olah data univariat dan bivariat sebagai berikut:

1. Analisa Univariat
	1. Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Paritas pada Ibu Nifas di Praktik Mandiri Bidan Ummi Haniek,S.Si.T., Bdn., M.K.M Jepara”.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Paritas | Frekuensi | Persentase( % ) |
|  | Multipara | 31 | 83.8 |
| Grandemultipara | 6 | 16.2 |
| Total | 37 | 100.0 |

Sumber: Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 4.1. Mayoritas ibu nifas di Praktik Mandiri Bidan Ummi Haniek,S.Si.T., Bdn., M.K.M Jepara adalah multipara dengan jumlah 31 orang ( 83.8% ).

* 1. Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Jarak Kelahiran Anak pada Ibu Nifas di Praktik Mandiri Bidan Ummi Haniek,S.Si.T., Bdn., M.K.M Jepara

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Jarak Kelahiran Anak | Frekuensi | Persentase ( % ) |
|  | <24 bulan | 8 | 21.6 |
| 24-59 bulan | 23 | 62.2 |
| > 59 bulan | 6 | 16.2 |
| Total | 37 | 100.0 |

Berdasarkan tabel 4.2. Mayoritas ibu nifas di Praktik Mandiri Bidan Ummi Haniek,S.Si.T., Bdn., M.K.M Jepara adalah ibu nifas dengan jarak anak 24-59 bulan dengan jumlah 23 orang (62.2%). Dan sebagian kecil ibu nifas dengan jarak anak >59 bulan adalah 6 orang (16.2%).

* 1. Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Post Partum Blues pada Ibu Nifas di Praktik Mandiri Bidan Ummi Haniek,S.Si.T., Bdn., M.K.M Jepara

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Post Partum Blues | Frekuensi | Persentase(%) |
|  | mengalami postpartum blues | 18 | 48.6 |
| tidak mengalamipost partum blues | 19 | 51.4 |
| Total | 37 | 100.0 |

Sumber: Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 4.3. Ibu nifas di Praktik Mandiri Bidan Ummi Haniek,S.Si.T., Bdn., M.K.M Jepara yang mengalami post partum adalah 18 orang (48.6%)

1. Analisa Bivariat
2. Hubungan Paritas dengan Post Partum Blues di Praktik Mandiri Bidan Ummi Haniek,S.Si.T., Bdn., M.K.M Jepara Tabel 4.4. Tabulasi silang antara Paritas dengan Post Partum Blues



Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa sebagian besar ibu nifas yang mengalami post partum blues adalah ibu nifas dengan paritas multipara yaitu sebanyak 15 orang (48.4%), sedangkan sebagian kecil ibu nifas yang tidak mengalami post partum blues adalah ibu nifas dengan paritas grandemultipara yaitu sebanyak 3 orang (50%).

Hasil Uji statistik dengan *Chi Square* (X2) tidak memenuhi syarat karena nilai *expected count* <5 pada 2 *cells* (50%). Sehingga, dilakukan uji pengganti yaitu uji *Exact Fisher.* Hasil Uji *Exact Fisher* didapatkan nilai *P*value = 0.1000 (*Pvalue* > 0.05) hal ini menunjukkan Ha ditolak dan Ho diterima, yang berarti tidak ada hubungan antara paritas dengan post partum blues di Praktik Mandiri Bidan Ummi Haniek,S.Si.T., Bdn., M.K.M Jepara.

1. Hubungan Jarak Kelahiran Anak dengan Post Partum Blues di Praktik Mandiri Bidan Ummi Haniek,S.Si.T., Bdn., M.K.M Jepara

Tabel 4.5. Tabulasi silang antara Jarak Kelahiran Anak dengan Post Partum Blues



Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan sebagin banyak Ibu nifas yang mengalami post partum blues adalah ibu nifas dengan jarak kelahiran anak 24-59 bulan yaitu sebanyak 11 orang (47.8%), sedangkan sebagian kecil ibu nifas yang tidak mengalami post partum blues adalah ibu nifas dengan jarak kelahiran anak >59 bulan yaitu sebanyak 3 orang (50%).

Hasil Uji statistik dengan uji *Chi-Square* (X2) tidak memenuhi syarat karena nilai *expected count* <5 pada 4 *cells* (66.7%). Sehingga dilakukan uji pengganti yaitu Uji Kendall Tau-b. Hasil uji Kendall Tau-b didapatkan nilai *P*value = 0.158 (*Pvalue* > 0.05) hal ini menunjukkan Ha ditolak dan Ho diterima, yang berarti tidak ada hubungan antara jarak kelahiran anak dengan post partum blues di Praktik Mandiri Bidan Ummi Haniek,S.Si.T., Bdn., M.K.M Jepara.

1. Hubungan Paritas dan Jarak Kelahiran Anak dengan Pot Partum Blues

Tabel 4.6 Tabulasi Silang Kruskall Wallis antara Paritas dan Jarak Kelahiran Anak dengan Post Partum Blues



Berdasarkan Tabel 4.6. Dengan menggunakan uji statistik Kruskall Wallis dalam program S*PSS 20.0 for Windows.* didapatkan hasil paritas dengan PValue = 0.310 (PValue >0.05). Kemudian jarak kelahiran anak didapatkan hasil PValue = 0.715 (PValue >0.05). sehingga Ha ditolak dan Ho diterima, dari hasil tersebut disimpulkan bahwa “Tidak ada hubungan paritas dan jarak kelahiran anak dengan post partum blues”.

**PEMBAHASAN**

 Hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan antara paritas dan jarak kelahiran anak dengan post partum blues di Praktik Mandiri Bidan Ummi Haniek,S.Si.T., Bdn., M.K.M Jepara dengan hasil PValue Paritas= 0.310 (PValue >0.05), hasil PValue  Jarak kelahiran anak= 0.715 (PValue >0.05). Hal ini menunjukkan bahwa ibu nifas multipara 3.35 kali lebih besar mengalami post partum blues dibandingkan dengan ibu nifas grandemultipara. Kemudian, ibu nifas dengan jarak kelahiran anak <24 bulan 1.3 kali lebih besar mengalami post partum blues dibandingkan ibu nifas dengan jarak kelahiran anak 24-59 bulan maupun ibu nifas dengan jarak kelahiran anak >59 bulan.

Menurut Vivian (2011) faktor-faktor yang dapat menyebabkan post partum blues adalah perubahan hormonal, ketidaknyamanan fisik, usia, paritas, pengalaman proses persalinan, latar belakang psikososial, sosial ekonomi, stress, kelelahan fisik, perubahan peran ibu, rasa memiliki bayi, problem jarak anak. Gejala yang ditunjukkan dapat berupa cemas tanpa sebab, menangis tanpa sebab, sensitive, mudah tersinggung, tidak percaya diri, tidak sabar, merasa kurang menyayangi bayinya, dan apabila keadaan ini berlanjut maka akan menyebabkan post partum syndrome (Marmi, 2014)

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rizky Y.N (2019) bahwa tidak ada hubungan paritas dengan kejadian post partum blues. Akan tetapi, hal ini bertolak belakang dengan penelitian Yulistianingsih (2020) yang menyatakan terdapat hubungan antara paritas dengan post partum blues.

Dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara paritas dan jarak kelahiran anak dengan post partum blues. Hal ini dikarenakan tidak hanya paritas dan jarak kelahiran anak yang mempengaruhi post partum blues, tetapi ada faktor lain yaitu perubahan hormonal, ketidaknyamanan fisik, usia, pengalaman proses persalinan, latar belakang psikososial, sosial ekonomi, stress, kelelahan fisik, perubahan peran ibu, rasa memiliki bayi. Selain itu, kesiapan dan kematangan mental ibu dalam menghadapi perubahan fisik dan peran barunya sebagai ibu yang baru pertama kali mengasuh anak (Primipara) atau bertambahnya anggota baru sehingga tanggung jawab tambahan (Multipara) (Marliandiani,Y & Ningrum,N.P, 2015)

**KESIMPULAN**

 Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan judul “Hubungan Paritas dan Jarak Kelahiran Anak dengan Post Partum Blues di Praktik Mandiri Bidan Ummi Haniek,S.Si.T., Bdn., M.K.M Jepara”, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Ibu nifas di Praktik Mandiri Bidan Ummi Haniek,S.Si.T., Bdn., M.K.M Jepara mayoritas adalah ibu nifas dengan paritas multipara yaitu sebanyak 31 orang (83.8%).
2. Ibu nifas di Praktik Mandiri Bidan Ummi Haniek,S.Si.T., Bdn., M.K.M Jepara mayoritas adalah ibu nifas dengan jarak anak 24-59 bulan yaitu sebanyak 23 orang (62.2%).
3. Ibu nifas yang mengalami post partum blues di Praktik Mandiri Bidan Ummi Haniek,S.Si.T., Bdn., M.K.M Jepara adalah sebanyak 18 orang (48.6%).
4. Tidak ada hubungan antara paritas dengan post partum blues di Praktik Mandiri Bidan Ummi Haniek,S.Si.T., Bdn., M.K.M Jepara Jepara (Pvalue=0.1000, Pvalue>0.05).
5. Tidak ada hubungan antara jarak kelahiran anak dengan post partum blues di Praktik Mandiri Bidan Ummi Haniek,S.Si.T., Bdn., M.K.M Jepara (Pvalue=0.158, Pvalue>0.05).
6. Tidak ada hubungan antara paritas dan jarak kelahiran anak dengan post partum blues di Praktik Mandiri Bidan Ummi Haniek,S.Si.T., Bdn., M.K.M Jepara (Pvalue Paritas= 0.310 (Pvalue>0.05), Pvalue Jarak kelahiran anak= 0.715 (Pvalue>0.05)).

**DAFTAR PUSTAKA**

Handayani, R. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Menjelang Persalinan Pada Ibu Primigravida Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang Tahun 2012. Ners Jurnal Keperawatan. 11(1):62–71:2015. [Diakses tanggal 20 Agustus 2020]. Diperoleh dari: file:///C:/Users/asus/Downloads/2063-5938-1-PB.pdf

Jannah N. Asuhan Kebidanan Ibu Nifas. Jogjakarta: AR-RUZZ MEDIA;2011

Lovindra, K. D. Hubungan Antara Paritas dengan Kejadian Postpartum Blues;2015. [Diakses tanggal 17 Agustus2020]. Didapat dari: <http://digilib.unusa.ac.id/data_pustaka-12558.html>

Maresha. Tingkat Kejadian Post Partum Blues di Jawa Timur. Jurnal Edu Health Vol.2, Sidoarjo;2013. [Diakses tanggal 17 Agustus2020]. Didapat dari: <http://digilib.unusa.ac.id/data_pustaka-12558.html>

Maritalia, Dewi. Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas dan Menyusui, Yogyakarta:Pustaka Belajar;2017.

Marmi, S.ST. Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas “Puerpurium Care”. Yogyakarta: Pustaka Belajar;2014

Prawirohardjo S. Ilmu Kebidanan. Edisi 4. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawihardjo;2018.

Putri, Dayang Mardhatillah Rizki Melati Putri. "Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Postpartum Blues di Wilayah Kerja Puskesmas Temindung Tahun 2019." (2019). [Diakses tanggl 15 september 2020].

Dikutip dari:

<http://repository.poltekkeskaltim.ac.id/229/1/MANUSCRIPT%20%28DAYAG%20MADHATILLAH%20RIZKI%20MELATI%20PUTRI%29.pdf>

Rizky, Y. N. Hubungan Paritas dengan Kejadian Post Partum Blues di UPTD Puskesmas Kecamatan Kepanjen Kidul (Doctoral dissertation, STIKes Patria Husada Blitar). Jurnal Kesehatan;2019. [Diakses tanggal 20 Agustus 2020]. Didapat dari :http://repository.phb.ac.id/528/1/JURNAL.pdf

Suherni, dkk. Perawatan Masa Nifas. Yogyakarta: Fitramaya;2009. [Diakses tanggal 17 Agustus2020].

 Didapat dari: http://digilib.unusa.ac.id/data\_pustaka-12558.html

Vivian, Dewi. Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas. Jakarta: Salemba Medika;2011.[Diakses tanggal 17 Agustus2020]. Didapat dari: <http://digilib.unusa.ac.id/data_pustaka-12558.html>

Yetti, dkk. Gambaran Kejadian Post Partum Blues Pada Ibu Nifas Berdasarkan Karakteristik:2016.