

**HUBUNGAN DUKUNGAN SUAMI TERHADAP KECEMASAN IBU
NIFAS PADA KEJADIAN POSTPARTUM BLUES DI WILAYAH
KERJA UPT PUSKESMAS GAMBIRSARI**

Widya Ayu Cahyaningrum¹⁾, Noerma Shovie Rizqiea²⁾, Siti Mardiyah³⁾

¹⁾Mahasiswa Prodi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta

²⁾Dosen Prodi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta

³⁾Dosen Prodi Keperawatan Program Diploma Universitas Kusuma Husada Surakarta

rozenelsa737@gmail.com

ABSTRAK

Postpartum blues adalah perasaan sedih yang mengalami perasaan tidak nyaman setelah persalinan. Ada beberapa faktor penyebab *postpartum blues* yaitu postpartum yang kurang mendapat dukungan suami dan tingginya tingkat kecemasan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan dukungan suami terhadap kecemasan ibu nifas pada kejadian *postpartum blues* di wilayah kerja UPT Puskesmas Gambirsari.

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan rancangan *observasional analitik* dengan metode *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 73 ibu nifas yang diperoleh dengan teknik *purposive sampling*. Analisis data menggunakan uji *Gamma Test*.

Hasil yang diperoleh berdasarkan karakteristik responden diperoleh usia mayoritas 27 tahun sebanyak 10 responden (13.7%), pekerjaan mayoritas swasta 37 responden (50.7%). Analisis univariat untuk dukungan suami pada ibu nifas diperoleh hasil sedang yaitu 40 responden (50.8%) dan untuk kecemasan ibu diperoleh kategori ringan sebanyak 36 responden (49.0%). Analisis bivariat menggunakan uji *Gamma Test* diperoleh hasil nilai *p value* 0.00 yang artinya ada hubungan antara dukungan suami dengan kecemasan ibu nifas pada kejadian *postpartum blues* dengan kekuatan -0.707 yang artinya memiliki hubungan korelasi yang kuat dengan arah hubungan negatif yang artinya semakin baik dukungan suami maka semakin rendah kecemasan ibu nifas pada kejadian *postpartum blues* ataupun sebaliknya.

Kata kunci : Dukungan suami, Kecemasan, Postpartum blues

UNDERGRADUATE DEGREE IN NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
KUSUMA HUSADA UNIVERSITY OF SURAKARTA

2024

**THE RELATIONSHIP OF HUSBAND'S SUPPORT TO POSTPARTUM
WOMEN'S ANXIETY IN THE EVENT OF POSTPARTUM BLUES IN THE
WORKING AREA OF GAMBIRSARI HEALTH CENTER TECHNICAL
IMPLEMENTATION UNIT**

Widya Ayu Cahyaningrum¹⁾, Noerma Shovie Rizqiea²⁾, Siti Mardiyah³⁾

- ¹⁾Student of Undergraduate Degree in Nursing Study Program of Kusuma Husada University of Surakarta
²⁾Lecturer of Undergraduate Degree in Nursing Study Program of Kusuma Husada University of Surakarta
³⁾Lecturer of Associate's Degree in Nursing Study Program of Kusuma Husada University of Surakarta
rozenelsa737@gmail.com

ABSTRACT

Postpartum blues is a state of sadness caused by unpleasant feelings following childbirth. Postpartum blues are caused by a variety of factors, including postpartum women who lack husband support and suffer from high anxiety levels. The objective of this study is to determine the relationship between husband support and postpartum women's anxiety in the incidence of postpartum blues in the working area of Gambirsari Health Center Technical Implementation Unit.

This study used a quantitative research design with analytic observation and a cross-sectional method. This study's sample consisted of 73 postpartum women selected using a purposive sampling technique. The Gamma Test was used in the data analysis.

According to the characteristics of respondents, the majority of respondents were 27 years old (13.7%), with 37 respondents working in private companies (50.7%). Univariate analysis for husband support in postpartum women yielded moderate results of 40 (50.8%), while maternal anxiety yielded mild results of 36 (49.0%). Bivariate analysis using the Gamma Test yielded a p value of 0.00, indicating that there is a relationship between husband support and postpartum women's anxiety in the event of postpartum blues with a strength of -0.707. These findings show that there is a strong correlation with a negative relationship direction, implying that the better the husband's support, the lower the anxiety of postpartum women in the event of postpartum blues, or conversely.

Keywords : Husband's support, Anxiety, Postpartum blues

PENDAHULUAN

Masa nifas adalah masa setelah pembuahan plasenta, fase pascapersalinan dimulai dan berlangsung seperti sebelum atau sesudah melahirkan dengan durasi sekitar 40 hari (Sari & Saputri, 2023). Depresi pasca persalinan merupakan istilah yang digunakan oleh Ambarwati (2018) untuk menggambarkan kondisi emosional ibu setelah melahirkan. Cunningham mengklaim bahwa depresi pascapersalinan merupakan kondisi yang dapat berlangsung selama tiga hingga enam hari setelah dilahirkan. *Baby blues* biasanya bertahan sekitar 14 hari atau 2 minggu.

Postpartum blues adalah suatu keadaan seorang ibu yang mengalami perasaan tidak nyaman setelah melahirkan. Lebih dari 20% wanita mengalami *postpartum blues* yang berkembang menjadi gejala depresi mayor.

Proses pemulihan pada masa nifas biasa disebut dengan adaptasi postpartum. Adaptasi postpartum sendiri terdiri dari dua yaitu adaptasi fisiologi dan psikologi (Demirgoren et al., 2017). Salah satu adaptasi psikologi yang dialami ibu postpartum adalah kecemasan. Kecemasan pada ibu postpartum merupakan kekhawatiran yang tidak jelas dan terus menyebar, yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya, dan dimana keadaan emosi tidak memiliki objek yang spesifik (Mawardika et al., 2020).

Kemunculan psikologis postpartum blues berarti seorang Wanita yang baru saja melahirkan sedang mengalami tekanan psikologis. Wanita sering mengalami perubahan suasana hati, kesedihan dan depresi setelah melahirkan, yang biasanya dialami di minggu pertama kehamilan, dan dapat berlangsung selama 3 minggu hingga 5 minggu. Postpartum blues merupakan kondisi mental yang diakui oleh Ernawati dkk. (2020)

Tanda dan gejala risiko *postpartum blues* diantaranya perubahan pola makan, gangguan pola tidur, menangis, merasa tidak berharga dan merasa putus asa (Haque, 2017). Sebuah studi dari India menemukan faktor-faktor risiko *postpartum blues* diantaranya yaitu berpenghasilan rendah, paritas, hubungan yang sulit dengan ibu mertua dan orang tua, yang dapat merugikan peristiwa hidup selama kehamilan, kurangnya bantuan fisik dari orang sekitar (Nasreen et al, 2016).

Data dari *World Health Organization*

(WHO 2018) mencatat *postpartum blues* secara umum dalam dunia 3-8% dengan 50% kasus yang terjadi pada usia produktif yaitu 20-50 tahun. WHO juga menyatakan bahwa gangguan *postpartum blues* ini mengenai sekitar 20% wanita (Yunitasari, 2020). Berbagai studi mengenai *Postpartum Blues* diluar negeri (Jepang) dengan angka kejadian yang cukup tinggi antara 26-85%. Sedangkan Indonesia, angka kejadian *Postpartum blues* antara 50-70% dari wanita pasca melahirkan (Depkes RI, 2015).

Kecemasan adalah kondisi yang paling langka dilaporkan karena tidak dianggap penting. Kecemasan lebih sering dialami wanita daripada pria, beberapa studi menunjukkan bahwa kecemasan mungkin dialami oleh kalangan keluarga tertentu. Kecemasan bukanlah suatu penyakit melainkan suatu gejala yang kebanyakan orang mengalami kecemasan pada waktu-waktu tertentu dalam kehidupannya. Kecemasan juga bisa memberikan pengaruh buruk pada pekerjaan seseorang.

Kecemasan adalah salah satu penyakit mental paling umum yang terjadi selama kehamilan. Beberapa wanita memiliki tingkat kecemasan yang melebihi 50% selama kehamilan dan bahkan kecemasan klinis yang tinggi dapat menyebabkan depresi pascapersalinan (Glover, 2017)

Kurangnya keterikatan ibu dan bayi, depresi pascapersalinan, berkurangnya pemberian ASI, meningkatnya kemungkinan terjadinya kekerasan terhadap anak, tertundanya perkembangan kognitif dan sosial bayi (Lonstein, 2017) dan kemungkinan lebih tinggi mengalami kecemasan di masa kanak-kanak.

Kecemasan pasca melahirkan ditandai dengan rasa sedih yang diakibatkan oleh kurangnya kemandirian ibu, interaksi sosial, serta perubahan postur dan bentuk tubuh setelah melahirkan (Hanifah, 2017).

Depresi *postpartum* dapat terjadi dalam kurun waktu 1 bulan setelah ibu melahirkan. Untuk itu diawal masa nifas ibu harus diberikan dukungan atau motivasi pada diri ibu agar tidak mengacu pada depresi saat menjalani masa nifas (Dinarum, 2020).

Menurut Fairus et al., (2014) resiko ibu mengalami depresi postpartum akan meningkat dengan kurangnya dukungan dari suami, dengan demikian dukungan dari suami dapat membantu ibu untuk mengurangi

kejadian depresi postpartum. Depresi merupakan suatu penyakit yang menyebabkan gangguan perasaan, dan emosi yang dimiliki oleh individu yang ditujukan sebagai suasana perasaan, yang menyatakan sekitar 10%-15% ibu postpartum mengalami depresi postpartum. (Endang, 2017).

Pendampingan suami adalah suami yang mendampingi atau menemani istri yang sedang mengurus anak, membantu segala keperluan yang dibutuhkan oleh ibu. Ibu yang telah melahirkan merupakan masa yang cukup berat sehingga membutuhkan pendampingan suami dalam mengurus bayi dengan aman dan nyaman (Yuniatiningsih, 2016).

Dukungan yaitu menyediakan segala kebutuhan orang lain. Dukungan juga diartikan sebagai pemberian dorongan semangat atau motivasi serta nasehat kepada orang lain dalam mengambil keputusan dan pada saat situasi ibu nifas kurang dalam pemberian dukungan (Caplin, 2016)

Dukungan yang dirasakan oleh individu dalam kehidupannya yaitu dengan membuat dia merasa akan dicintai, dihargai dan diakui serta dapat membuat dirinya menjadi lebih berarti dan dapat mengoptimalkan potensi yang ada dalam dirinya sendiri. Jadi dukungan suami itu dapat memberikan efek yang luar biasa terhadap ibu dalam menjalani masa nifasnya (Achamad & Wabula, 2023).

Dukungan suami juga dapat meningkatkan rasa percaya diri sehingga ibu dapat mencegah gejala yang dapat memicu terjadinya postpartum blues. Jika tanpa adanya dukungan dari suami, ibu akan merasa sedih, kesepian, merasa tidak dipedulikan sehingga dapat memperburuk kondisi psikologi ibu (Suraida et al., 2021).

Peran suami pada ibu nifas adalah memberikan dukungan aktif, ikut serta dalam perawatan bayi, membantu pekerjaan rumah tangga, menjalin komunikasi yang baik dengan istri, mengatasi permasalahan menyusui, serta memberikan dukungan kepada istri dan bayinya membantu memeriksakan kesehatan mereka.

Tujuan umum dari penelitian yang dilakukan adalah untuk mengetahui hubungan dukungan suami terhadap kecemasan ibu nifas pada kejadian postpartum blues di wilayah kerja upt puskesmas gambirsari.

METODOLOGI

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Populasi pada penelitian ibu nifas di wilayah kerja UPT Puskesmas Gambirsari adalah sebanyak 267 ibu nifas. Metode yang digunakan untuk menentukan besar sampel pada penelitian yaitu dengan menggunakan rumus slovin yang didapatkan hasil sampel sebanyak 73 responden. Teknik dalam pengambilan sampel pada penelitian ini dengan menggunakan *Purposive Sampling*. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis univariat untuk karakteristik responden dan analisis bivariat dengan uji Gamma Test yaitu untuk mengetahui hubungan dukungan suami terhadap kecemasan ibu nifas pada kejadian postpartum blues dengan Nomor Ethical Clearance 578/II/HREC/2024.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik responden berdasarkan usia

Tabel 1 Karakteristik responden berdasarkan usia (n = 73)

Karakteristik	Mean	Standar	Minimum	Maksimum
		Deviasi		
	n	Standar		
Usia	26.99	3.780	21	44

Berdasarkan tabel 1 didapatkan hasil rata-rata usia responden 26.99 dengan usia termuda yaitu 21 tahun dan usia tertua yaitu 44 tahun dengan standar deviasi 3.780.

Dalam rentang usia Perempuan, terdapat usia 20-35 tahun reproduksi yang sehat. Pada dasarnya, ada dua kategori usia ibu yaitu rentang waktu untuk resiko tinggi melahirkan adalah di umur 30 tahun, sedangkan rentang waktu untuk resiko rendah melahirkan adalah di umur 20-35 tahun (Nurhayati, 2022).

Menurut Notoatmodjo dalam Yuliana (2017) bahwa semakin cukup umur, tingkat kecemasan serta ketakutan seseorang akan semakin matang cara berfikir. Seseorang yang matang dalam berfikir maka mereka akan siap dalam melakukan proses persalinan dalam kondisi apapun. Berdasarkan hasil kuisioner yang peneliti lakukan bahwa mayoritas di usia

muda mengalami tinggi tingkat kecemasan dan dukungan suami.

2. Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan

Tabel 2 karakteristik responden berdasarkan pekerjaan (n = 73)

Pekerjaan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Swasta	37	50.7
IRT	36	49.3
Total	73	100.0

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa ada 73 responden yang di teliti Sebagian besar adalah Swasta yaitu 37 responden (50.7%) dan yang terendah IRT yaitu 36 responden (49.3%).

Pekerjaan berkaitan dengan status ekonomi yang dimiliki akan berpengaruh menimbulkan terjadinya stress dan lebih lanjut dapat mencetuskan kecemasan pada kehidupan individu (Sabarisman, 2015). Individu yang memiliki pekerjaan tetap akan mendapatkan penghasilan yang tetap juga setiap bulannya. Hal tersebut dapat menambah kesejahteraan individu dan keluarga.

Pekerjaan seseorang menentukan gaya hidup dan kebiasaan setiap individu. Dalam hal ini nyeri persalinan memegang peranan penting dan berhubungan dengan kecemasan ibu nifas (Farlikhatun and Srireni, 2019)

3. Dukungan Suami

Tabel 3 Distribusi frekuensi berdasarkan dukungan suami (n = 73)

	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	14	19.2
Sedang	40	54.8
Kurang	19	26.0
Total	73	100.0

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa ada 73 responden yang di teliti mendapat dukungan suami kategori sedang yaitu 40 responden (54%).

Dukungan suami adalah sikap, perilaku yang diterima laki-laki terhadap keluarganya

dalam bentuk dukungan informasional, dukungan apresiatif, dukungan instrumental, dan dukungan emosional. Oleh karena itu, dukungan keluarga merupakan suatu bentuk hubungan interpersonal yang mencakup sikap, perilaku, dan penerimaan anggota keluarga sehingga anggota keluarga merasa ada yang memperhatikannya (Friedman, 2013). Istri yang tidak mendapat dukungan suami beresiko lima kali lebih besar dibandingkan istri yang mendapat dukungan suami (Fatmawati, 2017).

Dukungan suami merupakan salah satu faktor terpenting atau sangat berpengaruh terhadap berkembangnya depresi pasca melahirkan. oleh karena itu, setelah melahirkan seorang anak, ibu sangat membutuhkan dukungan suami dan dukungannya dalam merawat bayinya (Marcelina et al., 2020).

Menurut Evawati, dkk, (2015) semakin optimal dukungan suami terhadap ibu pasca melahirkan maka ibu cenderung tidak mengalami baby blues seperti suami dapat meluangkan waktunya untuk menemani istri dalam perawatan istri, kewajiban suami membagi perhatian secara asil kepada bayi dan ibunya.

4. Kecemasan Nifas

Tabel 4 Distribusi frekuensi kecemasan nifas (n = 73)

	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Ringan	36	49.3
Sedang	26	35.6
Berat	11	15.1
Total	73	100.0

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa 73 responden yang diteliti Sebagian besar kecemasan kategori ringan sebanyak 36 responden (49.3%).

Kecemasan pada ibu postpartum dapat berdampak negatif bagi bayi dan jiwa ibu nifas. Perubahan pada hormon yang cukup besar dapat menyebabkan perubahan pada suasana hati. Kecemasan pada ibu nifas sering dibiarkan atau sering diabaikan juga bisa memicu ketahap berikutnya atau dapat mengarah ke yang lebih parah lagi yaitu ke tahap depresi pada postpartum (Indriyani, 2017).

Tingkat kecemasan ibu pasca melahirkan sangat bervariasi, namun hal ini dipengaruhi oleh penerimaan dan pengolahan

stress mereka, dan semakin baik mereka menangani stress, maka tingkat kecemasan mereka akan semakin rendah. Hal ini di dukung oleh penelitian Kusumawati dkk, (2020) bahwa mekanisme coping ibu dapat mempengaruhi tingkat kecemasan pasca melahirkan.

Yang dikhawatirkan para ibu setelah melahirkan adalah akan mempengaruhi produksi ASI, sulit menghasilkan ASI, atau tidak keluar sama sekali. Menurut penelitian Salat & Supriyanto, (2019), ibu pasca melahirkan mengalami kecemasan karena kurangnya dukungan dari suami.

5. Terhadap Kecemasan Ibu Nifas Pada Kejadian Postpartum Blues Di Wilayah Kerja Puskesmas Gambirsari.

Tabel 5 Hasil Analisis bivariat hubungan dukungan suami terhadap kecemasan ibu nifas (n =73)

	Dukungan Suami	Kecemasan Nifas			Koefisien korelasi	Nilai P
		Ringan	Sedang	Berat		
Baik	1 (1.4%)	3 (4.1%)	10 (13.7%)	-0.707	0.000	
Sedang	22 (30.1%)	17 (23.3%)	1 (1.4%)			
Kurang	13 (17.8%)	6 (8.2%)	0 (0%)			
Total	36	26	11	73		

Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui bahwa hasil uji *Gamma Test* diketahui hasil nilai sebesar 0.00 sehingga p value < 0.05, maka Ho ditolak dan Ha diterima atau dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara variabel Dukungan Suami dan Kecemasan Ibu Nifas dengan nilai koefisien korelasi (r) yaitu -0.707 sehingga dapat dikatakan hubungan yang terjadi adalah korelasi kuat dengan arah hubungan negatif atau bisa diartikan bahwa semakin baik dukungan suami maka semakin rendah kecemasan ibu nifas pada kejadian *postpartum blues* ataupun dengan sebaliknya.

Kecemasan adalah keadaan khawatir yang disebabkan karena memikirkan sesuatu yang buruk yang tidak akan pernah terjadi. Ketakutan merupakan respon yang kuat terhadap suatu ancaman, namun ketakutan juga bisa menjadi tidak normal karena

besarnya tidak sesuai dengan sebab akibat. Kecemasan juga merupakan suatu keadaan pola pikir dan perilaku yang melibatkan keadaan emosi yang diakibatkan oleh pikiran dan perasaan yang tidak menyenangkan (Rizkiana, 2018).

Kecemasan postpartum juga dapat berdampak negatif pada ibu, anak, dan keluarganya. Ibu yang mengalami depresi postpartum, minat dan keterampilan terhadap bayinya berkurang, tidak mampu mengenali kebutuhan bayi, menolak untuk menyusui dan ingin menyakiti diri sendiri, bahkan bisa menyakiti bayinya sendiri.

Hasil penelitian Oktaputring et al., (2018) bahwa responden mengatakan pemberian perhatian dari keluarga terutama dari seorang ibu yang terlalu berlebihan dapat membuat ibu nifas merasa tertekan dan tidak nyaman dalam merawat bayinya sendiri sehingga ibu nifas merasa bahwa perannya dalam mengurus bayi itu kurang.

Berdasarkan dari penelitian yang dilakukan oleh (Tolongan et al., 2019), bahwa ibu yang mengalami depresi dikarenakan ibu tersebut tidak bisa memahami keadaan setelah melahirkan, tidak bisa menerima perubahan fisik atau psikologi, ibu dengan usia muda atau terlalu tua dan merasa tidak bisa mengurus bayi maka dukungan suami yang dibutuhkan yaitu dengan memberikan dorongan atau semangat, motivasi terhadap istri baik secara moral maupun material.

Dukungan keluarga terutama seorang suami adalah hal yang paling penting karena untuk membantu perawatan ibu postpartum. Peran keluarga dan suami dalam mendukung ibu nifas yaitu dengan memberikan asuhan atau dapat membantu aktivitas bayi dalam mengurus bayi. Keterlibatan keluarga dan suami adalah suatu wujud motivasi dan pembagian tugas atau peran agar ibu mampu melakukan masa nifas secara optimal (Marcelina et.,al 2020).

Dukungan sosial suami dapat diperkirakan yaitu menjadi salah satu penyebab yang paling berpengaruh terjadinya depresi atau kecemasan ibu postpartum. Hal ini terjadi dikarenakan suami orang yang paling dekat serta yang bertanggung jawab untuk memberikan kenyamanan, rasa aman dan memberikan semangat pada ibu untuk bisa menjalani semua proses dari kehamilan hingga persalinan dengan baik dan nyaman serta ibu dapat mengontrol atau

mengendalikan perubahan emosi dan dapat membatasi perasaan depresi atau kecemasan (Setiawati et al., 2019)

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Asmayanti (2017). Berdasarkan nilai uji statistik yang diperoleh nilai *P-Value* 0,001 ($p < 0,05$) yang berarti bahwa ada hubungan yang sangat berarti antara dukungan suami dengan kejadian depresi postpartum di RSUD Panembahan Senopati Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian Hubungan Dukungan Suami Terhadap Kecemasan Ibu Nifas Pada Kejadian Postpartum Blues Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Gambirsari maka di peroleh kesimpulan sebagai berikut : Ada hubungan yang kuat antara dukungan suami dengan kecemasan ibu nifas dengan nilai $P 0.00 < 0.05$, dan nilai korelasi sebesar -0.707 maka diartikan bahwa hubungan dukungan suami terhadap kecemasan ibu nifas adalah kuat. Dengan arah hubungan negatif yang artinya semakin baik dukungan suami maka semakin rendah kecemasan ibu nifas dan berlaku sebaliknya.

SARAN

Diharapkan dapat memberikan masukan, menambah wawasan bagi responden juga sebagai sumber acuan referensi ibu nifas pada dukungan suami terhadap kecemasan yang dialami ibu nifas dengan cara suami memberikan perhatian kepada ibu agar dapat mengantisipasi kejadian postpartum blues.

DAFTAR PUSTAKA

Achmad, I., & Wabula, W. M. (2023). Studi Kasus: Dukungan Suami Pada Proses Adaptasi Psikologi Ibu Nifas. *Jurnal Kebidanan*, 3(1), 28–34. <https://doi.org/10.32695/jbd.v3i1.453>

Ambarwati. (2019). Perinatal ; Masa nifas. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.

Asmayanti, 2017. Hubungan Dukungan Suami Dengan Kejadian Postpartum di RSUD Panembangan Senopati Bantul Yogyakarta.

Demirgoren Serim, B., Ozbek, A., Ormen, M., Kavurma, C., Ozer, E., & Aydin,

A. (2017). Do mothers eith high sodium levels in their breast milk have high depression and anxiety scores. *Journal of Internasional Medical Research*, 45(2), 843-848.

Dinarum, & Rosyidah, H. (2020). Literatur Review : Pengaruh Dukungan Suami Terhadap Kejadian Postpartum Blues. *Call for Paper Seminar Nasional Kebidanan*, 2(2), 90–95.

Ernawati, D., Merlin, W. O., & Ismarwati, I. (2020). Kejadian Postpartum Blues pada Ibu Postpartum di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta. *Jurnal Ners Dan Kebidanan. Journal of Ners and Midwifery*, 7(2), 203-212.

Fatmawati, D. A. (2017). Faktor Resiko Yang Berpengaruh Terhadap Kejadian Postpartum Blues. *Jurnal Edu Health*, 5, 87.

Indriyani, D., Asmuji, A., & Wahyuni, S. 2016. *Edukasi Posnatal; dengan pendekatan Family Centered Maternity Care (FCMC)* (1st ed., Vol. 1). Trans Medika.

Kusumawati, P. D., Damayanti, F. O., Wahyuni, C., & Setiawan, A. (2020). Analisa Tingkat Kecemasan Dengan Percepatan Pengeluaran ASI Pada Ibu Nifas. *Journal for Quality in Women's Health*, 3(1), 22/10/2020 Pukul 12.45 WIB. <https://doi.org/10.30994/jqwh.v3i1.69>

Lonstein, J. S. (2017). Regulation of anxiety during the postpartum period. *Frontiers in neuroendocrinology*, 28 (2-3), 115-141.

Mawardika, T., Aniroh, U., & Lestari, P (2020). Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Postpartum. *Journal Keperawatan*, 12(2), 277-286.

Marcelina ,L. A., Rachmawati, I. N., & Kurniawati, W. (2020a). *Postpartum Supportive Care universitas Batanghari Jambi*, 19 (1), 99, <hattsps://doi.org/10.33087/jiubj.v19i1.571>

Marcelina, L. A., Rachmawati, I. N., & Kurniawati, W. (2020b). Supportive Postpartum Care Reduces Postpartum Anxiety in Mothers with Twins: A Pilot Study. *Jurnal Info*

- Kesehatan, 18(2), 149–156.
<https://doi.org/10.31965/infokes.vol18.iss2.475>
- Notoatmodjo dalam Yuliana (2017).
Pengetahuan Tingkat Kecemasan Ibu Postpartum. Pelayanan Kesehatan Maternal Dan Neonatal
- Nurhayati, (2022) Karakteristik Usia Pada Ibu Postpartum.
- Sabarisman, M. (2015). Peran Dinas Sosial Dalam Penanggulangan Kemiskinan Di Kota Sukabumi. *Sosio Konsepsia*, 4(3), 194–205.
<https://doi.org/10.33007/ska.v4i3.151>
- Sari, E. N., & Saputri, N. (2023). *postpartum blues pada ibu nifas di wilayah kerja puskesmas koto baru kabupaten dharmasraya 2023*. 4 (September), 3292-3299.
- Salat, S. Y. S., & Supriyanto, E. (2018). Hubungan Kecemasan Ibu Menyusui Dengan Kelancaran Pengeluaran Air Susu Ibu Di Bps Kerta Timur Kecamatan Dasuk Kabupaten Sumenep. *Jurnal ilmiah kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)*, 5(2),51-56.
<https://doi.org/q0.33023/jikeb.v5i2.479>
- Setiawati, D. N., Purnawati, D., Dainly, N.C., Andriyani, & Effendi, R (2019). Faktor-faktor yang Mempengaruhi kejadian Depresi Postpartum Di Kabupaten Bogor Tahun 2019. *Muhammadiyah Public Health Journal*, 1-27.
- Sugiyono (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung:Alfabeta.
- Tolongan, C., Korompis, G. E. ., & Hutauruk, M. (2019). Dukungan Suami Dengan Kejadian Depresi Pasca Melahirkan. *Jurnal Keperawatan*, 7(2).
<https://doi.org/10.35790/jkp.v7i2.24453>