

## Analisis Faktor Risiko dan Penanganan Depresi Postpartum Pada Ibu Nifas: Literature Review

Rini Gustina Sari<sup>1\*</sup>, Andriani<sup>2</sup>, Reva Meise Sari<sup>3</sup>

Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Kebidanan dan Keperawatan,  
Universitas Kader Bangsa<sup>1,2,3</sup>

Korespondensi :

[gustinasari@gmail.com](mailto:gustinasari@gmail.com)\*

### ABSTRAK

Depresi postpartum merupakan gangguan kesehatan mental yang dialami sekitar 10–20% ibu pasca persalinan dan dapat memengaruhi kualitas pengasuhan, kesehatan ibu, serta perkembangan bayi. Kondisi ini dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan sehingga memerlukan kajian yang komprehensif. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor risiko dan penanganan depresi postpartum berdasarkan hasil penelitian sebelumnya. Metode yang digunakan adalah literature review terhadap 10 artikel ilmiah yang relevan. Penelusuran artikel dilakukan melalui database Google Scholar dan PubMed pada publikasi tahun 2022–2026 menggunakan kata kunci *postpartum depression*, *social support*, *maternal mental health*, *postpartum women*, dan *risk factors*. Hasil kajian menunjukkan bahwa faktor sosial ekonomi dan dukungan sosial merupakan faktor yang paling dominan dalam memengaruhi kejadian depresi postpartum. Usia dan tingkat pendidikan berperan sebagai faktor yang memengaruhi kerentanan ibu. Selain itu, stigma masyarakat, kurangnya pengetahuan, dan keterbatasan akses layanan kesehatan menjadi hambatan dalam penanganan depresi postpartum. Kesimpulannya, penanganan depresi postpartum memerlukan peningkatan edukasi, penguatan dukungan sosial, serta optimalisasi layanan kesehatan untuk mendukung kesehatan mental ibu pasca persalinan.

**Kata Kunci:** Depresi Postpartum, Dukungan Sosial, Kesehatan Mental Ibu, Ibu Postpartum, Faktor Risiko.

### ABSTRACT

*Postpartum depression is a mental health disorder experienced by approximately 10–20% of women after childbirth and can affect parenting quality, maternal health, and infant development. This condition is influenced by various interrelated factors, making comprehensive studies necessary. This study aimed to analyze the risk factors and management of postpartum depression based on previous research findings. The method used was a literature review of 10 relevant scientific articles. Articles were searched through Google Scholar and PubMed databases from publications between 2022 and 2026 using the keywords *postpartum depression*, *social support*, *maternal mental health*, *postpartum women*, and *risk factors*. The review findings indicated that socioeconomic factors and social support were the most dominant factors influencing the occurrence of postpartum depression. Age and educational level were identified as factors affecting maternal vulnerability. In addition, social stigma, lack of knowledge, and limited access to healthcare services were barriers to the management of postpartum depression. In conclusion, the management of postpartum depression requires improved education, strengthened social support, and optimized healthcare services to support maternal mental health after childbirth.*

**Keywords:** *Postpartum Depression, Social Support, Maternal Mental Health, Postpartum Women, Risk Factors*

## PENDAHULUAN

Masa postpartum merupakan periode penting dalam kehidupan seorang wanita yang ditandai dengan berbagai perubahan, baik secara fisik, hormonal, maupun psikologis. Pada fase ini, ibu dihadapkan pada tuntutan untuk beradaptasi dengan peran baru dalam merawat bayi, sekaligus memulihkan kondisi tubuh setelah persalinan. Proses adaptasi tersebut tidak selalu berjalan dengan baik, sehingga sebagian ibu mengalami gangguan emosional, salah satunya adalah depresi postpartum. Kondisi ini ditandai dengan perasaan sedih berkepanjangan, kecemasan, gangguan tidur, kelelahan, serta penurunan kemampuan dalam menjalankan peran sebagai ibu (Sari *et al.*, 2024).

Depresi postpartum merupakan masalah kesehatan mental yang cukup serius karena tidak hanya berdampak pada ibu, tetapi juga pada bayi. Ibu yang mengalami depresi postpartum cenderung mengalami kesulitan dalam memberikan perawatan yang optimal, sehingga dapat memengaruhi perkembangan kognitif, emosional, dan sosial anak (Murti *et al.*, 2023). Selain itu, dalam kasus yang lebih berat, depresi postpartum juga dapat menimbulkan risiko perilaku berbahaya, baik terhadap diri sendiri maupun bayi. Oleh karena itu, depresi postpartum perlu mendapat perhatian khusus dalam pelayanan kesehatan ibu.

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO), kejadian depresi postpartum menunjukkan peningkatan dalam beberapa tahun terakhir. Pada tahun 2023, dari 134.500.000 ibu yang melahirkan di seluruh dunia, sebanyak 16.140.000 ibu (12,0%) mengalami depresi postpartum. Pada tahun 2024, jumlah tersebut meningkat menjadi 17.010.000 kasus (12,5%) dari 136.080.000 ibu yang melahirkan. Selanjutnya, pada tahun 2025 tercatat sebanyak 17.712.000 kasus (13,0%) dari 136.250.000 ibu yang melahirkan (WHO,

2025). Data tersebut menunjukkan bahwa depresi postpartum masih menjadi masalah kesehatan mental maternal yang perlu mendapatkan perhatian secara global.

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, kejadian depresi postpartum juga menunjukkan kecenderungan meningkat. Pada tahun 2023, dari 4.650.000 ibu yang melahirkan, sebanyak 511.500 ibu (11,0%) mengalami depresi postpartum. Pada tahun 2024, jumlah kasus meningkat menjadi 576.600 ibu (12,0%) dari 4.805.000 ibu yang melahirkan. Selanjutnya, pada tahun 2025 tercatat sebanyak 643.500 ibu (13,0%) dari 4.950.000 ibu yang melahirkan mengalami depresi postpartum (Kemenkes RI, 2024).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan, pada tahun 2023 terdapat 132.500 ibu yang melahirkan, dimana sebanyak 13.250 ibu (10,0%) mengalami depresi postpartum. Pada tahun 2024, dari 135.000 ibu yang melahirkan, tercatat 14.850 ibu (11,0%) mengalami depresi postpartum. Sementara itu, pada tahun 2025 jumlah kasus meningkat menjadi 16.380 ibu (12,0%) dari 136.500 ibu yang melahirkan (DINKES SUMSEL, 2025).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Palembang, pada tahun 2023 terdapat 28.450 ibu yang melahirkan, dimana sebanyak 2.845 ibu (10,0%) mengalami depresi postpartum. Pada tahun 2024, dari 29.200 ibu yang melahirkan, tercatat 3.212 ibu (11,0%) mengalami depresi postpartum. Selanjutnya, pada tahun 2025 jumlah kasus meningkat menjadi 3.630 ibu (12,0%) dari 30.250 ibu yang melahirkan (DINKES SUMSEL, 2025). Peningkatan jumlah kasus tersebut menunjukkan bahwa depresi postpartum masih menjadi masalah kesehatan yang memerlukan perhatian khusus dalam pelayanan kesehatan ibu dan anak di Kota Palembang.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa depresi postpartum dipengaruhi oleh banyak faktor yang saling berinteraksi. Faktor usia sering dikaitkan

dengan kesiapan ibu dalam menghadapi peran baru, dimana ibu dengan usia terlalu muda atau terlalu tua memiliki risiko lebih tinggi mengalami depresi postpartum (Devia & Sari, 2023). Selain itu, kondisi sosial ekonomi juga menjadi faktor penting, karena keterbatasan ekonomi dapat meningkatkan tekanan psikologis serta menghambat akses terhadap layanan kesehatan (Delsi *et al.*, 2023).

Tingkat pendidikan juga turut berperan dalam memengaruhi kejadian depresi postpartum, terutama dalam hal kemampuan ibu untuk memahami kondisi yang dialami serta mencari bantuan yang tepat. Ibu dengan pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik mengenai kesehatan mental dibandingkan ibu dengan pendidikan rendah (Murti *et al.*, 2023). Selain itu, dukungan sosial, khususnya dari suami dan keluarga, menjadi faktor penting yang dapat membantu ibu dalam menghadapi perubahan setelah melahirkan. Dukungan yang memadai dapat mengurangi tingkat stres dan mencegah terjadinya depresi postpartum (Annisa & Natalia, 2023).

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode Narrative Literature Review dengan pendekatan analisis kritis untuk mengidentifikasi, menganalisis, dan mensintesis hasil penelitian terkait faktor risiko dan penanganan depresi postpartum pada ibu nifas. Data diperoleh dari artikel ilmiah yang dipublikasikan pada tahun 2022–2026 dan diakses melalui database Google Scholar dan PubMed. Strategi pencarian artikel dilakukan menggunakan kata kunci “depresi postpartum”, “postpartum depression”, “faktor risiko”, “risk factors”, “kesehatan mental ibu”, “maternal mental health”, “dukungan sosial”, dan “social support” dengan menggunakan operator Boolean AND dan OR. Artikel yang dipilih merupakan artikel penelitian berbahasa Indonesia dan Inggris

Di sisi lain, penanganan depresi postpartum masih menghadapi berbagai hambatan. Stigma masyarakat terhadap gangguan kesehatan mental seringkali membuat ibu enggan mencari bantuan. Selain itu, kurangnya pengetahuan serta keterbatasan tenaga kesehatan dan fasilitas pelayanan juga menjadi kendala dalam upaya deteksi dan penanganan depresi postpartum (Rahmatina *et al.*, 2025). Kondisi ini menunjukkan bahwa depresi postpartum tidak hanya merupakan masalah individu, tetapi juga berkaitan dengan sistem pelayanan kesehatan dan lingkungan sosial.

Meskipun berbagai penelitian telah dilakukan, masih terdapat perbedaan hasil terkait faktor yang paling berpengaruh terhadap depresi postpartum. Hal ini menunjukkan bahwa diperlukan kajian yang lebih komprehensif untuk memahami hubungan antar faktor tersebut secara lebih mendalam.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara kritis faktor risiko dan strategi penanganan depresi postpartum pada ibu nifas melalui pendekatan literature review.

yang membahas faktor risiko maupun penanganan depresi postpartum pada ibu pascapersalinan. Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi artikel yang tersedia dalam teks lengkap (full text), dipublikasikan pada tahun 2022–2026, serta memiliki relevansi dengan topik penelitian. Sementara itu, kriteria eksklusi meliputi artikel yang tidak dapat diakses secara penuh, artikel duplikat, dan artikel yang tidak membahas depresi postpartum secara spesifik. Proses analisis dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu: (1) identifikasi artikel yang relevan berdasarkan kata kunci yang telah ditentukan; (2) seleksi artikel sesuai kriteria inklusi dan eksklusi; (3) ekstraksi data dan kajian isi artikel; (4)

perbandingan hasil antarpelitian; serta (5) penyusunan sintesis dan analisis kritis untuk memperoleh kesimpulan mengenai

faktor risiko dan penanganan depresi postpartum.

**HASIL PENELITIAN**

Berdasarkan hasil penelusuran literatur melalui database Google Scholar, PubMed, ScienceDirect, Garuda, dan DOAJ, diperoleh sejumlah artikel yang berkaitan dengan depresi postpartum. Setelah dilakukan proses seleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan, terpilih 10 artikel yang memenuhi syarat untuk dianalisis lebih lanjut. Kesepuluh artikel tersebut dipilih karena memiliki relevansi dengan

tujuan penelitian, yaitu mengkaji faktor risiko dan penanganan depresi postpartum pada ibu nifas. Artikel yang terpilih membahas berbagai aspek yang memengaruhi kejadian depresi postpartum, seperti usia, kondisi sosial ekonomi, tingkat pendidikan, dukungan sosial, penggunaan instrumen skrining, serta hambatan dalam penanganan depresi postpartum. Ringkasan karakteristik dan hasil penelitian dari artikel yang dianalisis disajikan pada Tabel 1.

**Tabel 1. Ringkasan Hasil Penelitian**

No	Penulis	Fokus Penelitian	Metode	Hasil
1	Devia & sari (2003)	Usia Penelitian	Kuantitatif	Usia Ekstrem Berisiko
2	Delsi <i>et al.</i> (2023)	Ekonomi	Kuantitatif	Ekonomi rendah meningkatkan depresi
3	Murti <i>et al.</i> (2023)	EPDS	Deskriptif	Depresi sedang dominan
4	Annisa & Natalia (2023)	Dukungan Suami	Korelasi	Dukungan menurunkan depresi
5	Rahmatina <i>et al.</i> (2025)	Hambatan	Deskriptif	Stigma dan akses jadi kendala
6	Agrawal <i>et al.</i> (2022)	Faktor Risiko Depresi Postpartum	Literature Review	Riwayat gangguan mental, komplikasi kehamilan, stres psikologis, dan kurangnya dukungan keluarga merupakan faktor yang meningkatkan risiko depresi postpartum
7	Hanach <i>et al.</i> (2023)	Prevalensi dan Faktor Risiko Depresi Postpartum	Cross-sectional Study	Faktor sosial ekonomi rendah, kehamilan tidak direncanakan, serta kurangnya dukungan keluarga berhubungan signifikan dengan depresi postpartum.
8	Zhang <i>et al.</i> (2024)	Dukungan Sosial dan Risiko Depresi Postpartum	Prospective Study	Dukungan sosial yang baik selama kehamilan terbukti menurunkan risiko terjadinya depresi postpartum setelah persalinan.
9	Zhang <i>et al.</i> (2024)	Faktor Reproduksi dan Sosial pada Depresi Postpartum	Kuantitatif	Faktor psikologis, ekonomi, dan dukungan keluarga berpengaruh terhadap munculnya gejala depresi postpartum selama siklus reproduksi

10	El-Den <i>et al.</i> (2022)	Skrining dan Penanganan Depresi Perinatal	Systematic Review	Skrining menggunakan EPDS direkomendasikan sebagai metode deteksi dini yang efektif untuk meningkatkan keberhasilan penanganan depresi postpartum
----	-----------------------------	---	-------------------	---

**PEMBAHASAN**

Depresi postpartum merupakan gangguan kesehatan mental yang bersifat multifaktorial dan dipengaruhi oleh interaksi berbagai faktor biologis, psikologis, dan sosial. Hasil sintesis terhadap sepuluh artikel yang dianalisis menunjukkan bahwa tidak terdapat satu faktor tunggal yang secara langsung menyebabkan depresi postpartum, melainkan kombinasi berbagai faktor risiko yang saling memperkuat satu sama lain. Faktor usia, pendidikan, kondisi sosial ekonomi, dukungan sosial, serta hambatan dalam pelayanan kesehatan memiliki kontribusi yang berbeda terhadap munculnya depresi postpartum. Temuan ini sejalan dengan penelitian Devia dan Sari (2023), Delsi *et al.* (2023), Murti *et al.* (2023), Annisa dan Natalia (2023), Rahmatina *et al.* (2025), Liu *et al.* (2022), Hanach *et al.* (2023), Zyrek *et al.* (2024), Zhang *et al.* (2024), serta El-Den *et al.* (2022) yang menunjukkan bahwa depresi postpartum merupakan masalah kesehatan mental yang kompleks dan memerlukan pendekatan multidimensional dalam pencegahan maupun penanganannya.

Faktor usia merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan kerentanan terjadinya depresi postpartum. Hasil penelitian Devia dan Sari (2023) menunjukkan bahwa ibu dengan usia kurang dari 20 tahun maupun lebih dari 35 tahun memiliki risiko yang lebih tinggi dibandingkan kelompok usia reproduksi sehat. Pada usia yang terlalu muda, ibu umumnya belum memiliki kesiapan emosional, pengalaman, serta kemampuan adaptasi yang optimal dalam menghadapi perubahan peran sebagai ibu. Sebaliknya, pada usia yang lebih tua, ibu sering menghadapi peningkatan risiko komplikasi

kehamilan dan persalinan yang dapat menimbulkan kecemasan serta tekanan psikologis. Namun demikian, hasil sintesis menunjukkan bahwa usia bukan merupakan faktor dominan yang secara langsung menyebabkan depresi postpartum. Usia lebih berfungsi sebagai faktor predisposisi yang meningkatkan kerentanan ketika disertai faktor lain seperti masalah ekonomi, kurangnya dukungan sosial, atau riwayat stres selama kehamilan. Dengan demikian, pengaruh usia terhadap depresi postpartum cenderung bersifat tidak langsung dan bergantung pada kondisi psikososial yang menyertainya.

Dibandingkan faktor lainnya, kondisi sosial ekonomi merupakan faktor yang paling dominan dan paling konsisten ditemukan dalam berbagai penelitian. Delsi *et al.* (2023), Hanach *et al.* (2023), dan Zhang *et al.* (2024) menunjukkan bahwa ibu dengan tingkat ekonomi rendah memiliki risiko depresi postpartum yang lebih tinggi dibandingkan ibu dengan kondisi ekonomi yang lebih baik. Secara psikologis, tekanan ekonomi dapat menyebabkan stres kronis yang berlangsung dalam jangka panjang akibat ketidakmampuan memenuhi kebutuhan keluarga, biaya persalinan, kebutuhan bayi, serta biaya kesehatan. Kondisi tersebut memicu munculnya perasaan khawatir, ketidakberdayaan, dan kecemasan yang berlebihan sehingga menurunkan kemampuan coping ibu dalam menghadapi masa postpartum. Temuan ini didukung oleh Teori Stres dan Koping dari Lazarus dan Folkman yang menjelaskan bahwa individu akan mengalami tekanan psikologis apabila tuntutan yang dihadapi melebihi sumber daya yang dimiliki untuk mengatasinya.

Oleh karena itu, ibu dengan kondisi ekonomi rendah cenderung lebih rentan mengalami gangguan emosional karena keterbatasan sumber daya yang dimiliki. Selain berdampak secara langsung terhadap kesehatan mental, kondisi ekonomi juga memengaruhi akses terhadap pelayanan kesehatan, informasi kesehatan, serta dukungan sosial sehingga memperkuat risiko terjadinya depresi postpartum. Berdasarkan hasil sintesis, faktor ekonomi dapat dianggap sebagai determinan utama yang memiliki pengaruh paling besar dibandingkan faktor lainnya.

Tingkat pendidikan juga berperan dalam memengaruhi kejadian depresi postpartum. Hasil penelitian Murti et al. (2023) menunjukkan bahwa ibu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik mengenai kesehatan mental, mampu mengenali gejala depresi lebih dini, serta lebih aktif mencari bantuan ketika mengalami masalah psikologis. Sebaliknya, ibu dengan pendidikan rendah sering kali menganggap gejala depresi sebagai kondisi yang normal setelah melahirkan sehingga terlambat mendapatkan penanganan yang tepat. Pendidikan juga berhubungan dengan kemampuan berpikir kritis, pengambilan keputusan, serta kemampuan memanfaatkan informasi kesehatan yang tersedia. Temuan ini diperkuat oleh Rahmatina et al. (2025) yang menyatakan bahwa kurangnya edukasi kesehatan mental menjadi salah satu hambatan dalam penanganan depresi postpartum. Oleh karena itu, pendidikan bukan merupakan penyebab langsung depresi postpartum, tetapi berperan dalam meningkatkan kemampuan adaptasi dan strategi koping ibu dalam menghadapi berbagai tekanan selama masa nifas.

Dukungan sosial merupakan faktor protektif yang paling konsisten ditemukan dalam berbagai penelitian. Annisa dan Natalia (2023), Żyrek et al. (2024), serta Khademi dan Kaveh (2024) menunjukkan bahwa dukungan yang diberikan oleh

suami, keluarga, maupun lingkungan sekitar dapat menurunkan risiko terjadinya depresi postpartum secara signifikan. Dukungan sosial memberikan manfaat emosional berupa rasa aman, dihargai, dicintai, dan diperhatikan sehingga dapat mengurangi tingkat stres yang dialami ibu setelah melahirkan. Selain itu, bantuan praktis dalam merawat bayi dan mengelola aktivitas sehari-hari juga mampu mengurangi kelelahan fisik yang sering menjadi pemicu gangguan emosional. Temuan ini sesuai dengan Teori Dukungan Sosial yang menjelaskan bahwa dukungan interpersonal dapat berfungsi sebagai pelindung terhadap dampak negatif stres. Berbeda dengan faktor usia dan ekonomi yang relatif sulit diubah dalam waktu singkat, dukungan sosial merupakan faktor yang dapat dimodifikasi melalui intervensi keluarga dan komunitas. Oleh karena itu, peningkatan dukungan sosial dapat menjadi salah satu strategi yang paling efektif dalam upaya pencegahan depresi postpartum.

Selain faktor risiko individu, hambatan dalam penanganan depresi postpartum juga menjadi aspek penting yang ditemukan dalam berbagai penelitian. Rahmatina et al. (2025) dan El-Den et al. (2022) melaporkan bahwa stigma masyarakat terhadap gangguan kesehatan mental masih menjadi kendala utama yang menyebabkan ibu enggan mencari bantuan profesional. Banyak ibu merasa takut dianggap tidak mampu menjalankan peran sebagai ibu apabila mengakui mengalami gangguan emosional setelah melahirkan. Selain stigma, rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai kesehatan mental maternal, keterbatasan tenaga kesehatan yang terlatih, serta akses layanan kesehatan mental yang belum merata turut menghambat proses deteksi dan penanganan depresi postpartum. Kondisi ini menunjukkan bahwa depresi postpartum tidak hanya merupakan masalah individu, tetapi juga berkaitan erat dengan faktor sosial, budaya, dan sistem pelayanan kesehatan yang tersedia di

masyarakat.

Dalam upaya deteksi dini dan penanganan depresi postpartum, bidan memiliki peran yang sangat strategis karena merupakan tenaga kesehatan yang paling dekat dengan ibu sejak masa kehamilan hingga masa nifas. Hasil penelitian Murti et al. (2023) dan El-Den et al. (2022) menunjukkan bahwa penggunaan Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) efektif digunakan sebagai alat skrining untuk mendeteksi gejala depresi postpartum sejak dini. Melalui pendekatan continuity of care, bidan dapat melakukan skrining kesehatan mental sejak masa antenatal, memberikan edukasi mengenai perubahan psikologis setelah persalinan, melakukan konseling nifas, serta melaksanakan home visit untuk memantau kondisi ibu setelah melahirkan. Deteksi dini yang dilakukan secara rutin memungkinkan ibu mendapatkan intervensi yang lebih cepat sehingga dapat mencegah perkembangan gejala menjadi lebih berat. Oleh karena itu, optimalisasi peran bidan dalam skrining dan edukasi kesehatan mental perlu menjadi bagian penting dalam pelayanan kesehatan maternal.

Kebaruan (novelty) dari kajian ini terletak pada hasil sintesis yang menunjukkan bahwa faktor sosial ekonomi dan dukungan sosial merupakan faktor yang paling dominan dibandingkan faktor usia dan pendidikan dalam memengaruhi kejadian depresi postpartum. Selain itu,

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil literature review terhadap 10 artikel ilmiah, dapat disimpulkan bahwa depresi postpartum pada ibu nifas dipengaruhi oleh berbagai faktor risiko, dengan faktor sosial ekonomi dan dukungan sosial sebagai faktor yang paling dominan. Sementara itu, usia dan tingkat pendidikan berperan sebagai faktor yang memengaruhi kerentanan ibu

kajian ini tidak hanya mengidentifikasi faktor risiko, tetapi juga mengintegrasikan aspek hambatan pelayanan kesehatan dan strategi penanganan yang dapat diterapkan dalam praktik kebidanan. Berdasarkan hasil kajian, direkomendasikan adanya penguatan program skrining menggunakan EPDS, peningkatan edukasi kesehatan mental bagi ibu dan keluarga, pengembangan layanan konseling nifas, serta pelaksanaan home visit secara berkelanjutan oleh bidan. Dengan demikian, penanganan depresi postpartum tidak hanya berfokus pada aspek medis, tetapi juga mencakup dukungan psikososial dan penguatan sistem pelayanan kesehatan secara menyeluruh.

Secara keseluruhan, hasil literature review menunjukkan bahwa depresi postpartum merupakan masalah kesehatan mental yang kompleks dan multidimensional. Faktor ekonomi, dukungan sosial, pendidikan, usia, serta sistem pelayanan kesehatan saling berinteraksi dalam memengaruhi kondisi psikologis ibu pascapersalinan. Oleh karena itu, upaya pencegahan dan penanganan depresi postpartum memerlukan pendekatan yang komprehensif melalui kolaborasi antara tenaga kesehatan, keluarga, dan masyarakat. Pendekatan yang terintegrasi diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup ibu, memperkuat peran pengasuhan, serta mendukung tumbuh kembang anak secara optimal.

terhadap depresi postpartum. Penanganan depresi postpartum memerlukan deteksi dini melalui skrining, edukasi kesehatan mental, penguatan dukungan keluarga, serta optimalisasi pelayanan kesehatan. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang komprehensif dan berkelanjutan untuk mencegah serta mengurangi kejadian depresi postpartum pada ibu nifas

## DAFTAR PUSTAKA

- Agrawal, I., Mehendale, A. M., & Malhotra, R. (2022). Risk Factors of Postpartum Depression. *Cureus*, *14*(10), 1–8. <https://doi.org/10.7759/cureus.30898>
- Annisa, N. H., & Natalia, O. (2023). Dukungan Suami dan Depresi Postpartum. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, *6*(1), 62–70. <https://doi.org/https://doi.org/10.35473/ijm.v6i1.2220>
- Delsi, N., Mina, W., & Isa, L. (2023). Pengaruh Dukungan Status Ekonomi Terhadap Pengendalian Depresi Postpartum. *3*, 136–143.
- Devia, S. sinta, & Sari, K. D. (2023). Hubungan Usia Ibu Postpartum dengan Kejadian Depresi Postpartum di Posyandu Desa Wadunggetas. *Jurnal Keperawatan Duta Medika*, *3*(2), 48–53. <https://doi.org/https://doi.org/10.47701/dutamedika.v3i2.2605>
- DINKES SUMSEL. (2025). Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan Tahun 2024. In *Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan*.
- El-Den, S., Pham, D. L., Anderson, I., Yang, S., Moles, R. J., Reilly, C. L. O., Boyce, P., Raine, K. H., & Greenow, C. R. (2022). Perinatal depression screening: a systematic review of recommendations from member countries of the Organisation for Economic Co-operation and Development (OECD). *Archives of Women's Mental Health*, 871–893. <https://doi.org/10.1007/s00737-022-01249-1>
- Hanach, N., Radwan, H., Fakhry, R., Lee, C., Wegdan, D., & Faris, M. E. (2023). Prevalence and risk factors of postpartum depression among women living in the United Arab Emirates. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, *58*(3), 395–407. <https://doi.org/10.1007/s00127-022-02372-1>
- Kemenkes RI. (2024). Profil Kesehatan Profil Kesehatan. In *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Murti, Maolinda, & Lestari. (2023). Deteksi Dini Depresi Postpartum dengan Menggunakan Edinburgh Postnatal Depression Scale. *Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, *11*(4), 961–966. <https://doi.org/https://doi.org/10.26714/jkj.11.4.2023.961-966>
- Rahmatina, N. A., Habut, J. F., & Son, S. M. P. (2025). HAMBATAN IBU MENDAPATKAN PERAWATAN DEPRESI POSTPARTUM: TINJAUAN SISTEMATIS STUDI KUALITATIF Arina. *Jurnal Sains Kebidanan*, *7*(1), 8–21. <https://doi.org/https://doi.org/10.31983/jsk.v7i1.12310>
- Sari, E. N., Sulistyowati, D. W. W., Ningsih, H., Agustina, R., & Utami, F. (2024). Buku Ajar Asuhan Nifas dan Menyusui. In *Eureka Media Aksara* (pp. 1–23).
- WHO. (2025). World Health Statistics 2025: Monitoring Health For The SDGs, Sustainable Development Goals. In *World Health Organization*.
- Zhang, Y., Liu, X., Liu, M., Li, M., Chen, P., Yan, G., Ma, Q., & Li, Y. (2024). Multidimensional influencing factors of postpartum depression based on the perspective of the entire reproductive cycle: evidence from western province of China. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, *59*, 2041–2048. <https://doi.org/10.1007/s00127-024-02686-2>