



## Hubungan Efikasi Menyusui dengan Depresi Postpartum

Bulan Syitazahra<sup>1</sup>, Niken Sukesi<sup>2\*</sup>

<sup>1,2</sup> Universitas Widya Husada Semarang, Indonesia

\*Penulis Korespondensi: [nikensukesi2004@gmail.com](mailto:nikensukesi2004@gmail.com)

**Abstract:** *The postpartum period is a critical transitional phase during which women are vulnerable to psychological disturbances, particularly postpartum depression. Psychological distress may undermine maternal confidence, including the perceived ability to breastfeed effectively. This study aimed to examine the relationship between breastfeeding self-efficacy and postpartum depression among postpartum mothers. A quantitative cross-sectional design was employed involving 45 respondents selected through total sampling. Depressive symptoms were assessed using the Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS), while breastfeeding self-efficacy was measured using the Breastfeeding Self-Efficacy Scale-Short Form (BSE-SF). Data were analyzed using Spearman's Rank correlation test with a significance level of 0.05. The results demonstrated a statistically significant and strong negative correlation between breastfeeding self-efficacy and postpartum depression ( $r = -0.616$ ;  $p < 0.05$ ). Mothers with higher depressive symptoms tended to report lower levels of breastfeeding self-efficacy. These findings highlight the importance of integrating mental health screening and breastfeeding support into postpartum care to strengthen maternal confidence and improve breastfeeding outcomes.*

**Keywords:** *Breast-Feed; Breastfeeding Self-Efficacy; Maternal Mental Health; Postpartum Depression; Postpartum Period.*

**Abstrak.** Masa pascapersalinan merupakan fase transisi kritis di mana perempuan rentan terhadap gangguan psikologis, khususnya depresi pascapersalinan. Gangguan psikologis dapat melemahkan kepercayaan diri ibu, termasuk persepsi kemampuan untuk menyusui secara efektif. Studi ini bertujuan untuk meneliti hubungan antara efikasi diri menyusui dan depresi pascapersalinan pada ibu pascapersalinan. Desain kuantitatif cross sectional digunakan yang melibatkan 45 responden yang dipilih melalui total sampling. Gejala depresi dinilai menggunakan Skala Depresi Pascapersalinan Edinburgh (EPDS), sedangkan efikasi diri menyusui diukur menggunakan Skala Efikasi Diri Menyusui (BSE-SF). Data dianalisis menggunakan uji korelasi peringkat Spearman dengan tingkat signifikansi 0,05. Hasil menunjukkan korelasi negatif yang signifikan secara statistik dan kuat antara efikasi diri menyusui dan depresi pascapersalinan ( $r = -0,616$ ;  $p < 0,05$ ). Ibu dengan gejala depresi yang lebih tinggi cenderung melaporkan tingkat efikasi diri menyusui yang lebih rendah. Temuan ini menyoroti pentingnya mengintegrasikan skrining kesehatan mental dan dukungan menyusui ke dalam perawatan pascapersalinan untuk memperkuat kepercayaan diri ibu dan meningkatkan hasil menyusui.

**Kata kunci:** Depresi Pascapersalinan; Efikasi Diri Menyusui; Kesehatan Mental Ibu; Menyusui; Periode Pascapersalinan.

### 1. LATAR BELAKANG

Postpartum atau masa nifas adalah masa yang dimana setelah keluarnya plasenta, maka masa nifas atau postpartum di mulai. Secara fisiologis untuk kembalinya sebagian besar organ dan sistem seperti sebelum hamil memakan waktu kurang lebih satu tahun, post partum atau masa nifas umumnya dibagi menjadi tiga fase fase pascapersalinan langsung, awal, dan akhir (Kumarasinghe et al., 2024).

Ibu setelah melahirkan rentan mengalami kecemasan yang menyebabkan depresi postpartum. Kecemasan sering terjadi bersamaan dengan gangguan depresi. Ibu postpartum yang mengalami depresi bisa diakibatkan karena komplikasi selama kehamilan atau saat melahirkan, kekhawatiran tentang kemampuan ibu untuk merawat bayi, termasuk menyusui dan menenangkan bayi saat menangis, kekhawatiran juga dapat berkaitan dengan perubahan pada tubuh ibu, hubungan dengan pasangan, kinerja pekerjaan (Diotaiuti et al., 2022).

Kesehatan mental ibu postpartum sangat penting karena dapat mempengaruhi saat ibu akan memberikan ASI kepada bayinya. Ibu yang memiliki sikap positif cenderung akan meningkatkan keyakinan terhadap pemberian ASI. Hal ini terbukti tidak hanya berhubungan dengan tingkat pemberian ASI eksklusif yang lebih tinggi, tetapi juga mempengaruhi dari hasil menyusui, seperti durasi bayi disusui dan kepuasan ibu terhadap pemberian ASI (Mercan & Selcuk, 2021). Ibu yang mengalami kesehatan mental dapat terjadi depresi dengan ditandai gejala kecemasan salahsatunya.

Penelitian di beberapa negara Eropa menunjukkan bahwa sekitar 15% ibu hamil dan 13% ibu menyusui hingga tiga bulan pascapersalinan mengalami gejala depresi berat, sementara 11% mengalami kecemasan sedang dan 10% kecemasan berat. Secara global, prevalensi depresi postpartum mencapai 17,2%, dengan angka tertinggi di Amerika Selatan (21,7%) dan terendah di Eropa Utara (13,8%) (Coca et al., 2023).

Berdasarkan data rekam medis hasil studi pendahuluan pada 24 Juni 2025 di RST Bhakti Wira Tamtama periode bulan Maret- Mei 2025 di dapatkan data sebanyak 150 ibu nifas dengan rata rata per bulan 50 ibu nifas/ bulan di ruang maternitas. Hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada 27 juni 2025 dengan 10 responden ibu postpartum terdapat 5 responden yang menunjukkan bahwa ibu mengalami perasaan cemas sedih dan kurang percaya diri dalam menyusui sesudah melahirkan. Dua responden merasa lelah, setres dan mudah marah terutama saat bayi sering terbangun di malam hari. Kondisi emosional tersebut membuat ibu merasa malas menyusui karena menganggap produksi asi menurun. Tiga responden mengatakan bahwa ibu merasa tidak yakin dapat merawat bayinya, khawatir pada saat proses menyusui terdapat banyak kesalahan dan khawatir ASI yang dihasilkan tidak cukup. Berdasarkan hasil wawancara di atas, ada indikasi gangguan emosional pada ibu postpartum yang berpotensi berkaitan dengan rendahnya efikasi diri dalam menyusui. Kondisi depresi postpartum dapat memengaruhi keyakinan ibu terhadap kemampuannya dalam menjalankan peran menyusui secara optimal.

## **2. TINJAUAN TEORI**

Depresi postpartum merupakan kondisi gangguan psikologis seperti perasaan sedih yang dirasakan ibu dan berkaitan dengan kesulitan dalam menerima kehadiran bayinya. Fenomena ini pada dasarnya merupakan respons fisiologis dan psikologis terhadap kelelahan pascapersalinan (Nurseha et al., 2024). Depresi postpartum merupakan salah satu gangguan psikologis yang ditandai oleh perasaan melankolis, tangisan berlebihan, kecemasan, ketakutan, perasaan terisolasi, kecurigaan, penurunan selera makan, gangguan pola tidur, kesulitan dalam berkonsentrasi, perasaan tidak berharga, kehilangan harapan, serta penurunan minat terhadap bayi. Selain itu, individu yang mengalami kondisi ini sering kali merasa tidak mampu menjalankan peran sebagai ibu. Dalam beberapa kasus, dapat terjadi halusinasi yang berujung pada perilaku membahayakan,

baik terhadap bayi, diri sendiri, maupun orang lain (Adli, 2022).

Depresi postpartum diperkirakan disebabkan oleh disrupsi dan transisi yang terjadi selama masa krisis serta dalam konteks perbedaan budaya. Faktor sosial-ekonomi juga berperan dalam terjadinya depresi postpartum, termasuk tingkat dukungan sosial yang diterima atau dirasakan, pengalaman terhadap peristiwa kehidupan yang penuh tekanan, kondisi kemiskinan, serta persepsi dan sikap terhadap kehamilan dan peran sebagai ibu secara umum (Gusmaladewi et al., 2023). Depresi postpartum dipengaruhi oleh fluktuasi kadar hormon, termasuk estrogen (estriol dan estradiol), progesteron, prolaktin, serta kortisol, yang mengalami peningkatan atau penurunan secara drastis. Ketidakseimbangan hormonal ini merupakan faktor biologis utama yang berkontribusi terhadap munculnya depresi postpartum. Secara khusus, penurunan kadar estrogen dan progesteron setelah persalinan yang semakin signifikan berkorelasi dengan peningkatan risiko depresi dalam kurun waktu 10 hari pertama pascapersalinan (Anissa et al., 2024).

Gejala yang muncul pada ibu yang mengalami depresi postpartum menurut (Murti & Lestari, 2023) diantaranya Ibu merasakan cemas yang berlebih, mengalami gangguan pola tidur yang menyebabkan insomnia, perubahan berat badan akibat berkurangnya nafsu makan, merasa sedih, menangis berlebihan, merasa takut dan merasa kesepian, Perasaan tidak berharga, kehilangan harapan, merasa tidak mampu menjalani peran barunya sebagai ibu sehingga kurang minat terhadap bayinya, Mengalami halusinasi dan mencederai bayinya. Depresi postpartum dibagi menjadi tiga jenis depresi ringan, depresi sedang, depresi berat (Nurfitriana & Maidaliza, 2022).

Selfefficacy adalah keyakinan internal yang dimiliki oleh individu terhadap kemampuannya dalam menghadapi atau menyelesaikan suatu tugas yang sebelumnya belum pernah dilakukan (Setiawan & Riska Fitri R, 2025). Kepercayaan diri seorang ibu terhadap kemampuannya atau yang disebut *self-efficacy*, beberapa factor yang berpengaruh pada *self-efficacy* bisa dari berbagai hal, seperti pengalaman menyusui sebelumnya, melihat ibu lain menyusui, dukungan dari suami dan keluarga, serta kondisi fisik dan emosional ibu misalnya rasa lelah, stres, atau kecemasan. Seringkali di akibatkan oleh factor factor tersebut *efficacy* diri ibu menurun (Ning et al., 2024).

Ibu yang mengalami gejala depresi setelah melahirkan cenderung menunjukkan tingkat keyakinan yang lebih rendah terhadap kemampuan menyusui, sehingga berpotensi menyebabkan praktik menyusui yang tidak optimal, durasi pemberian ASI yang lebih singkat, serta meningkatnya risiko penghentian ASI secara dini (Ahmadinezhad et al., 2024).

### 3. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah non-eksperimen dengan pendekatan deskriptif korelasional untuk menganalisis hubungan antara efikasi menyusui dengan depresi postpartum. Desain penelitian yang digunakan desain *cross sectional*. Populasi berjumlah 45 ibu yang memiliki depresi postpartum. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *total sampling*. Instrument penelitian yang digunakan Depresi *Edinburgh Postnatal Depression Scale* (EPDS) dan efikasi diri menyusui *Breastfeeding Self Efficacy-Short Form* (BSE-SF). Kuesioner EPDS terdiri terdapat 10 pertanyaan dan setiap pertanyaan terdapat 4 pilihan jawaban yang memiliki nilai skor. Uji validitas koefisien dengan nilai 0,87 dan uji reliabilitas 0,84 (Murti & Lestari, 2023). Kuesioner BSE-SF terdiri dari 14 item dan diberi skor dengan menggunakan skala likert yaitu rentang 1-5. Uji validitas  $\geq 0,30$  dan Uji reliabilitas menggunakan Cronbach's alpha coefficient menunjukkan nilai  $\alpha$  sebesar 0,93 (Widayanti & Mawardika, 2023). Analisis data menggunakan uji korelasi spearman rank untuk mengetahui hubungan efikasi menyusui dengan depresi postpartum dengan tingkat signifikansi 0,05

### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### Hasil

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada ibu depresi postpartum diperoleh data mengenai karakteristik responden seperti usia, pendidikan, pekerjaan, riwayat depresi sebelumnya, komplikasi atau penyakit yang dialami ibu semasa kehamilan atau persalinan, status ekonomi (penghasilan keluarga perbulan), paritas atau jumlah kelahiran serta jenis persalinan sebagai berikut:

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi karakteristik responden.

Karakteristik	f	%
Usia		
Usia <20 tahun	2	4,4
Usia 20-30 tahun	31	68,9
Usia > 30 tahun	12	26,7
Pendidikan		
Tidak sekolah	0	0
SD	3	6,7
SMP	6	13,3
SMA	27	60,0
S1/S2/S3	9	20,0
Pekerjaan		
Ibu rumah tangga	31	68,9
PNS	1	2,2
Swasta	10	22,2

	Wirausaha	1	2,2
	Lainnya	2	4,54
Riwayat depresi	Tidak pernah	40	88,9
	Pernah	5	11,1
Komplikasi	Tidak ada	40	88,9
	Ada	5	11,1
Status ekonomi	<Rp.1.000.000	4	8,9
	Rp.1.000.000-Rp.2.999.999	13	28,9
	Rp.3.000.000-Rp.4.999.999	22	48,9
	≥ Rp5.000.000	6	13,3
Paritas	Primipara (1 anak)	29	64,4
	Multipara (≥ 2 anak)	16	35,6
Jenis persalinan	Normal	18	40,0
	Sectio Caesarea	27	60,0
	Total	45	100

Berdasarkan tabel di atas didapatkan karakteristik responden dengan usia terbanyak adalah Usia 20-30 tahun sebanyak 31 responden (68%), Sebagian responden berlatar belakang pendidikan SMA sebanyak 27 responden (60%),Sebagian besar responden bekerja sebagai ibu rumah tangga sebanyak 31 responden (68%), Hampir seluruh pasien tidak pernah memiliki riwayat depresi yaitu sebanyak 40 responden (88%), sebagian besar responden tidak mengalami komplikasi sebanyak 40 responden (88%), sebanyak 22 responden (48%) ber status ekonomi Rp.3000.000-Rp.4.999.999, responden dengan jenis persalinan terbanyak adalah persalinan dengan section Caesarea sebanyak 27 responden (40%)

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi tingkat depresi postpartum dan efikasi menyusui.

Karakteristik	f	%
Depresi		
Depresi ringan (skor 7-13)	18	40,0
Depresi sedang (skor 14-19)	24	53,3
Depresi berat (skor>19)	3	6,7
Efikasi diri menyusui		
Tingkat keyakinan rendah :14-32	33	73,3
Tingkat keyakinan sedang :33-51	12	26,7
Tingkat keyakinan tinggi : 52-70	0	0

Total	45	100
-------	----	-----

Sumber: data primer diolah (2026).

Berdasarkan hasil penelitian sebagian besar responden mengalami depresi dengan kategori depresi sedang yaitu sebanyak 24 responden (53%) dan tingkat efikasi menyusui paling banyak berada pada tingkat keyakinan rendah sebanyak 33 responden (73%).

**Tabel 3.** Distribusi Uji Korelasi Spearman rank hubungan efikasi menyusui dengan depresi postpartum di RS Bhakti Wira Tamtama.

Variabel	R (Spearman)	P-value	N
Efikasi menyusui – Depresi postpartum	-0,616	0,00	45

Sumber: data primer diolah (2026).

Berdasarkan hasil analisis uji Spearman Rank, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar -0,616 dengan nilai signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri menyusui dengan depresi postpartum. Nilai koefisien korelasi bernilai negatif menunjukkan arah hubungan yang berlawanan, yaitu semakin tinggi tingkat depresi postpartum, semakin rendah efikasi diri menyusui. Berdasarkan kriteria kekuatan korelasi, nilai tersebut termasuk dalam kategori hubungan kuat.

## Pembahasan

### *Karakteristik berdasarkan usia, pendidikan, pekerjaan, riwayat depresi, komplikasi, status ekonomi, paritas, jenis persalinan*

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ibu postpartum dengan depresi paling banyak berada pada kelompok usia 20–30 tahun, yaitu sebanyak 31 responden (68%). Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rahmadhani et al., 2022) di Bharatpur Hospital, Nepal, yang menyatakan bahwa kejadian depresi postpartum paling banyak ditemukan pada ibu usia 20–30 tahun. Usia tersebut termasuk pada usia yang aktif dan produktif, di saat itu ibu akan mengalami perubahan yang signifikan yaitu perubahan fisiologis setelah melahirkan, perubahan psikologis berupa beradaptasi dengan peran barunya sebagai seorang ibu, bertanggung jawab dalam merawat bayinya dan tekanan social dan keluarga. Hal tersebut dapat memperburuk keadaan Kesehatan mental ibu yang dapat menyebabkan ibu rentan mengalami depresi postpartum. Berdasarkan hasil meta-analisis yang meliputi 32 penelitian internasional yang dilakukan oleh Zarroug (2025), ditemukan bahwa mayoritas ibu melahirkan rata rata  $30,38 \pm 6,22$  tahun. Hasil ini menunjukkan bahwa kelompok usia tersebut memiliki kemungkinan yang lebih besar untuk mengalami depresi setelah melahirkan (Zarroug et al., 2025).

Temuan penelitian internasional yang dilakukan oleh Khamidullina pada tahun (2025) menunjukkan bahwa wanita yang berada pada awal usia reproduktif mengalami periode peralihan. Masa ini ditandai dengan perubahan yang kompleks dalam aspek psikologis, sosial, dan fisiologis

setelah melahirkan. Kondisi ini dapat membuat seorang ibu lebih rentan terhadap masalah kesehatan mental, terutama depresi setelah melahirkan jika dibandingkan dengan usia lainnya. Penelitian di berbagai negara juga menunjukkan bahwa depresi setelah melahirkan adalah masalah kesehatan mental yang cukup umum dialami ibu setelah melahirkan, dengan angka prevalensi global antara 10 hingga 20 persen. Berbagai penyebab, seperti usia ibu, dukungan sosial yang didapat, serta riwayat kesehatan mental sebelum hamil dan melahirkan yang dapat menyebabkan terjadinya depresi postpartum (Khamidullina et al., 2025).

Sementara penelitian yang dilakukan oleh Bradshaw et al (2022) menunjukkan bahwa semakin bertambah usia seorang ibu, semakin rendah kemungkinan terjadinya depresi pascapersalin, mereka juga mencatat bahwa ibu yang baru pertama kali atau yang masih muda sering mengalami stres yang lebih besar. Hal ini biasanya disebabkan oleh kurangnya pengalaman dan dukungan, yang dapat memperburuk gejala depresi setelah melahirkan (Bradshaw et al., 2022).

#### 1) Pendidikan

Setelah melakukan penelitian ditemukan hasil bahwa 27 responden (60%) yang memiliki latar belakang pendidikan SMA. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Abdelkefi et al (2024) menunjukkan bahwa tingkat pendidikan berpengaruh terhadap kejadian depresi postpartum. Ibu yang hanya memiliki pendidikan dasar lebih berisiko mengalami depresi postpartum dibandingkan dengan yang memiliki pendidikan menengah atau tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan yang rendah adalah faktor risiko yang penting untuk masalah kesehatan mental pada ibu selama masa nifas (Abdelkefi et al., 2024). pendidikan yang lebih tinggi berhubungan dengan risiko depresi postpartum yang lebih rendah, sehingga pendidikan tinggi dapat berfungsi sebagai pelindung terhadap gangguan kesehatan mental ibu setelah melahirkan (Zarroug et al., 2025).

Ibu yang memiliki tingkat pendidikan menengah cenderung memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami depresi setelah melahirkan dibandingkan dengan mereka yang berpendidikan lebih tinggi. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa selain faktor pendidikan, terdapat beberapa elemen lain seperti keadaan pekerjaan, kondisi ekonomi yang kurang baik, serta kehamilan yang tidak direncanakan, yang berhubungan dengan timbulnya depresi setelah melahirkan. Hal ini menunjukkan bahwa depresi postpartum tidak hanya dipengaruhi oleh faktor biologis, tetapi juga dipengaruhi oleh aspek sosial dan demografis, terutama pendidikan yang rendah hingga menengah, yang menjadi salah satu faktor penting dalam terjadinya depresi tersebut (Gidey et al., 2025).

#### 2) Pekerjaan

Hasil penelitian ini didapatkan paling banyak 31 responden (68%) . Studi yang dilakukan oleh Ahmadinezhad (2024) mengindikasikan adanya peran ibu postpartum yang juga berperan

sebagai ibu rumah tangga, seringkali hal tersebut dipandang dapat memiliki waktu luang untuk merawat dan menyusui bayi. Akan tetapi, beban tanggung jawab di rumah yang besar, keterlibatan yang total dalam perawatan bayi, serta waktu istirahat yang sedikit dapat menciptakan tekanan psikologis pada ibu. Hal ini berpotensi berdampak negatif pada kesehatan mental ibu dan dapat menurunkan rasa percaya diri dalam menyusui (Ahmadinezhad et al., 2024).

Ibu yang berperan sebagai ibu rumah tangga sering kali mengalami berbagai jenis tekanan psikososial. Tekanan ini dapat disebabkan dari rasa lelah secara fisik, kurangnya dukungan sosial, dan minimnya kesempatan untuk berinteraksi dengan orang lain di luar rumah. Situasi seperti ini yang dapat menyebabkan perasaan terasing dan kelelahan emosional, yang bisa membuat ibu lebih rentan terhadap depresi setelah melahirkan. Selain itu, tekanan psikososial tersebut dapat berdampak pada rasa percaya diri ibu dalam menyusui, sehingga membuat kemampuan mereka untuk menyusui menjadi lebih rendah. Meskipun ibu yang berperan sebagai ibu rumah tangga tidak dihadapkan pada tuntutan pekerjaan formal di luar rumah, mereka tetap memiliki risiko tinggi untuk mengalami depresi postpartum. Ini menegaskan betapa pentingnya menyediakan dukungan sosial dan strategi untuk mengatasi masalah bagi ibu-ibu dalam kategori ini (Amer et al., 2024)

### 3) Riwayat depresi

Hasil menunjukkan didapatkan sebanyak 40 responden (88%) tidak mengalami riwayat depresi sebelumnya. Meskipun seorang ibu yang sebelumnya tidak pernah mengalami ataupun memiliki riwayat depresi tidak sepenuhnya bebas dari risiko depresi setelah melahirkan, masa setelah melahirkan adalah periode yang penuh tantangan. Pada saat ini, ibu menghadapi banyak perubahan penting baik secara fisik maupun mental. Di samping itu, perubahan dalam peran dan interaksi sosial yang baru menambah kesulitan dalam penyesuaian. Pengaruh bersamaan dari perubahan hormon, kondisi fisik yang belum sepenuhnya pulih, serta tekanan emosional dan sosial bisa menyebabkan stres, sehingga ada kemungkinan untuk mengalami depresi setelah melahirkan, bahkan bagi wanita yang sebelumnya tidak memiliki riwayat masalah kesehatan mental (Gidey et al., 2025).

Depresi setelah melahirkan dapat memiliki berpengaruh besar terhadap kondisi mental seorang ibu. Hal ini dapat menyebabkan penurunan motivasi, rasa percaya diri, dan keyakinan pada kemampuan dirinya untuk menjalankan tanggung jawab sebagai orang tua, terutama dalam hal memberi ASI. Akibatnya, ibu mungkin merasa tidak mampu atau ragu saat menyusui anaknya, yang bisa berdampak negatif pada hubungan dan ikatan antara ibu dan bayinya. Risiko depresi pascapersalinan tidak hanya dialami oleh ibu yang sebelumnya mempunyai riwayat gangguan depresi. Bahkan, ibu yang sehat secara psikologis sebelum melahirkan juga bisa mengalami depresi setelah melahirkan. Beberapa faktor yang memengaruhi munculnya masalah ini termasuk

tekanan psikologis yang tinggi, kelelahan fisik dan mental setelah melahirkan, kurangnya dukungan dari keluarga atau lingkungan, serta tuntutan dan tanggung jawab baru yang harus dihadapi ibu saat membangun perannya sebagai orang tua (Khamidullina et al., 2025).

#### 4) Komplikasi

Terdapat 40 responden (88%) pada hasil penelitian yang menunjukkan bahwa mayoritas ibu pascalin tidak mengalami komplikasi medis selama kehamilan atau saat melahirkan. Masa setelah melahirkan adalah waktu yang rumit, di mana ibu harus dapat beradaptasi dengan perubahan hormon, kondisi tubuh ibu yang masih dalam masa pemulihan, serta tuntutan dan peran baru sebagai orang tua. Perubahan fisik, emosional, dan sosial ini dapat menyebabkan stres dan tekanan mental, sehingga meskipun proses kehamilan dan melahirkan berjalan lancar tanpa masalah kesehatan atau komplikasi, ibu tetap berisiko mengalami depresi setelah melahirkan (Ahmadinezhad et al., 2024).

Komplikasi yang terjadi selama kehamilan, seperti perdarahan, preeklamsia, atau proses melahirkan yang memerlukan prosedur khusus, diketahui dapat memicu kemungkinan munculnya masalah mental pada ibu setelah melahirkan. Meskipun demikian, sebuah studi internasional yang dilakukan oleh Linde et al. (2025) menemukan bahwa ibu yang tidak mengalami komplikasi juga dapat menghadapi risiko terjadinya depresi setelah melahirkan. Hal ini dipengaruhi oleh berbagai aspek psikososial, seperti kelelahan fisik, tekanan dari peran barunya sebagai seorang ibu, kurangnya dukungan dari orang lain, dan beban emosional yang timbul saat menyusui. Dalam kondisi ini, depresi setelah melahirkan dapat menyebabkan turunnya motivasi, hilangnya rasa percaya diri, dan berkurangnya kepercayaan diri ibu dalam memberikan ASI. Dampak ini bisa mempengaruhi keberhasilan menyusui dan kesejahteraan ibu dan bayinya secara keseluruhan menurut (Linde et al., 2025).

#### 5) Status ekonomi

Penghasilan responden dalam hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian ibu postpartum memiliki tingkat penghasilan menengah hingga tinggi Rp.3.000.000-Rp.4.000.000 sebanyak 22 responden (38%). Pendapatan keluarga per bulan sering dilihat sebagai elemen penting yang berpengaruh terhadap kemampuan seorang ibu dalam memenuhi kebutuhan dasar, mendapatkan akses layanan kesehatan, dan menerima dukungan yang cukup setelah melahirkan. Namun, memiliki pendapatan yang lebih tinggi tidak selalu melindungi seorang ibu dari kemungkinan mengalami depresi setelah melahirkan. Penelitian menunjukkan bahwa di samping faktor ekonomi, kondisi fisik, stres emosional, kelelahan, dan tantangan baru dalam peran sebagai ibu juga memainkan peran vital dalam timbulnya masalah psikologis setelah melahirkan (Almeida et al., 2024).

Berbagai tuntutan dari peran ganda, harapan sosial, kewajiban dalam keluarga, dan stres kerja dapat memengaruhi dengan buruk kestabilan emosional seorang ibu setelah melahirkan. Kondisi mental yang memburuk, seperti depresi setelah melahirkan, dapat mengurangi kepercayaan diri ibu dalam menjalankan aktivitas menyusui dan menurunkan efikasi dirinya dalam memberikan ASI. Penelitian yang dilakukan secara sistematis menunjukkan bahwa ibu yang menderita depresi pascapersalinan cenderung memiliki skor efikasi menyusui yang lebih rendah dibandingkan dengan ibu yang tidak mengalami masalah tersebut, menggambarkan hubungan yang erat antara kesehatan mental ibu dan keyakinan pada kemampuan menyusunya. Temuan ini menegaskan bahwa depresi postpartum serta tantangan psikososial dapat dialami oleh ibu dengan berbagai latar belakang status sosial ekonomi, termasuk mereka yang memiliki penghasilan menengah dan tinggi, serta menunjukkan bahwa penghasilan yang tinggi tidak menjamin seorang ibu bebas dari risiko penurunan efikasi diri dalam menyusui (Ahmadinezhad et al., 2024).

#### 6) Paritas

Karakteristik paritas responden dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu postpartum merupakan ibu primipara atau baru melahirkan anak pertama sebanyak 29 responden (64%). Paritas, khususnya pada ibu yang baru melahirkan untuk pertama kali, memiliki fungsi yang sangat penting dalam beradaptasi menyesuaikan fisik dan mental setelah melahirkan. Ibu yang menjalani kehamilan dan proses bersalin pertama kali sering kali akan menemui berbagai tantangan baru dalam peran barunya sebagai orang tua. Hal ini mencakup penyesuaian dengan rutinitas harian merawat bayi, mengatasi ketidakpastian dalam merawat anak, dan belajar cara menyusui yang tepat. Situasi ini bisa menimbulkan rasa cemas, tekanan, dan rendahnya kepercayaan diri, yang berdampak langsung pada kestabilan emosional ibu setelah melahirkan (Ahmadinezhad et al., 2024).

Ibu yang mengalami persalinan untuk pertama kalinya (primipara) biasanya menghadapi lebih banyak tantangan dalam menyesuaikan diri dibandingkan ibu yang sudah berpengalaman (multipara). Karena mereka belum pernah merasakan peran sebagai seorang ibu, ibu primipara sering kali merasa ragu dalam menghadapi berbagai tuntutan setelah melahirkan, seperti perubahan fisik dan tanggung jawab merawat bayi. Ketidakpastian ini bisa menyebabkan kecemasan dan stres yang mempengaruhi keseimbangan emosi pada periode setelah melahirkan, yang meningkatkan kemungkinan terjadinya depresi pascapersalinan. Ketidakstabilan psikologis ini juga dapat memengaruhi kepercayaan diri ibu dalam menyusui, sehingga efektivitas diri dalam proses menyusui bisa lebih rendah bagi ibu primipara dibandingkan ibu multipara yang sudah memiliki pengalaman. Penelitian oleh Raoufi & Foroughi Kaldareh (2025) menunjukkan bahwa ibu primipara memiliki angka depresi postpartum yang lebih tinggi dan skor ketahanan psikologis yang lebih rendah jika dibandingkan dengan ibu multipara, hal ini menekankan betapa

pentingnya adanya dukungan dan intervensi psikososial, terutama bagi ibu yang baru pertama kali menjadi orang tua (Raoufi & Foroughi Kaldareh, 2025).

Distribusi sifat paritas para responden dalam studi ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zhang et al. (2025) yang menunjukkan bahwa ibu pertama kali lebih sering mengalami depresi setelah melahirkan dan memiliki rendahnya kepercayaan diri dalam menyusui. Kesamaan dalam karakteristik ini menambah relevansi temuan dari penelitian ini, yang menunjukkan bahwa intervensi psikoedukasi sangat penting bagi ibu yang baru pertama kali untuk meningkatkan pemahaman, keterampilan mengatasi masalah, dan kepercayaan diri dalam menyusui, terutama untuk ibu yang mengalami depresi setelah melahirkan (Zhang et al., 2025)

#### 7) Jenis persalinan

Berdasarkan hasil penelitian terlihat bahwa lebih dari setengah responden, yaitu 27 orang (60%), melahirkan melalui metode *Sectio Caesarea*. Melahirkan dengan cara ini biasanya memerlukan waktu pemulihan fisik yang lebih panjang, sakit setelah operasi, serta keterbatasan dalam bergerak pada awal masa pasca melahirkan. Situasi ini dapat mempengaruhi kenyamanan dan kesiapan emosional sang ibu, serta berimbas pada kemampuan mereka untuk menyesuaikan diri dengan tanggung jawab baru sebagai orang tua, termasuk dalam memberikan ASI. (Ning et al., 2024).

Sesuai penelitian yang dilakukan oleh Kawajiri (2025), melahirkan dengan cara *sectio caesarea* dapat berdampak pada kesehatan mental ibu setelah melahirkan. Hal ini sangat terkait dengan perasaan bahwa pengalaman melahirkan tidak sesuai dengan yang diharapkan, perasaan kehilangan kontrol selama proses melahirkan, serta kemungkinan terjadinya keterlambatan dalam memulai menyusui. Keadaan ini bisa meningkatkan risiko depresi pascapersalinan dan juga mengurangi rasa percaya diri ibu dalam menyusui. Namun, penting untuk dicatat bahwa depresi pascapersalinan tidak hanya terjadi pada mereka yang melahirkan secara *sectio caesarea*, tetapi juga bisa dialami oleh ibu yang melahirkan secara normal tanpa komplikasi (Kawajiri et al., 2025).

Depresi postpartum dapat dialami oleh ibu-ibu setelah melahirkan baik dengan operasi caesar maupun secara normal. Namun, beberapa studi menunjukkan bahwa para ibu yang melahirkan melalui operasi caesar, terutama yang bersifat darurat, berisiko lebih tinggi mengalami depresi setelah melahirkan dibandingkan ibu yang melahirkan secara normal. Hal ini sering kali berkaitan dengan pengalaman melahirkan yang tidak terduga, kadar stres yang lebih tinggi, serta perlunya intervensi medis yang lebih banyak selama proses persalinan (Beck-Hiestermann et al., 2024). Keselarasan hasil penelitian ini dengan temuan sebelumnya menunjukkan bahwa perhatian terhadap kesehatan mental ibu pada masa postpartum perlu dilakukan secara menyeluruh dan berkelanjutan tanpa membedakan jenis persalinan yang dijalani. Oleh karena itu, upaya promotif

dan preventif berupa intervensi psikoedukasi tetap penting diberikan kepada seluruh ibu postpartum, termasuk ibu dengan persalinan *sectio caesarea*, sebagai strategi untuk meningkatkan efikasi diri menyusui serta mencegah munculnya dampak psikologis lanjutan akibat depresi postpartum (Grisbrook et al., 2024)

### ***Analisis responden berdasarkan tingkat depresi postpartum dan efikasi menyusui***

#### 1) Tingkat depresi

Pada hasil penelitian ini bahwa sebagian besar responden mengalami depresi postpartum pada tingkat sedang yang memiliki rentang skor (14-19) sebanyak 24 responden (53%). Menyatakan bahwa tingkat depresi itu mempengaruhi efikasi menyusui. Menurut Nicoletti (2025) bahwa gejala depresi pascapersalinan biasanya muncul pada periode awal pascapersalinan pada tingkat ringan hingga sedang. Menurut penelitian tersebut, para ibu mengalami stres psikososial, perubahan hormonal, dan tuntutan peran baru selama fase ini. Jika stresor ini tidak dikelola secara adaptif, hal itu dapat menyebabkan depresi pascapersalinan tingkat sedang. (Nicoletti et al., 2025).

Depresi pascapersalinan ringan adalah kondisi yang paling umum di antara ibu baru. Perubahan hormonal, kelelahan fisik, tugas-tugas sebagai ibu, dan faktor psikososial seperti dukungan sosial dan stres adaptasi pascapersalinan semuanya berperan dalam penyakit ini. Meskipun berpotensi memiliki pengaruh besar pada perawatan ibu dan bayi baru lahir, depresi pascapersalinan sedang adalah fase yang paling umum dan terkadang diabaikan (Khamidullina et al., 2025). Hasil penelitian yang dilakukan Tambelli (2025) menunjukkan bahwa kebanyakan ibu baru mengalami depresi pascapersalinan tingkat sedang. Faktor risiko psikologis sebelumnya, seperti kerentanan emosional, riwayat gangguan suasana hati, dan kesulitan untuk mengatur emosi, dikaitkan dengan tingkat depresi pascapersalinan yang paling umum, masalah kesehatan mental sering menyebabkan gejala depresi ringan yang muncul setelah persalinan, tetapi tidak langsung menyebabkan depresi pascapersalinan yang parah (Tambelli et al., 2025).

#### 2) Tingkat efikasi menyusui

Pada hasil penelitian yang dilakukan didapati hasil sebagian besar responden mengalami tingkat keyakinan menyusui rendah dengan rentang skor (14-32) sebanyak 33 responden (73%). Menyatakan bahwa depresi postpartum itu bikin efikasinya rendah. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sharapova & Goguikian Ratcliff (2025) menunjukkan bahwa ibu pascapersalinan didominasi oleh kategori rendah dalam hal tingkat efikasi menyusui, dengan sebagian besar responden tidak yakin dengan peran menyusui mereka. Kemampuan ibu untuk menilai kompetensi dirinya sendiri saat menghadapi tuntutan perawatan bayi dipengaruhi oleh efikasi maternal pada periode setelah melahirkan. Studi tersebut menunjukkan bahwa selama fase transisi menjadi ibu, ketidakpastian peran, tekanan adaptasi, dan kekurangan dukungan dapat menyebabkan penilaian diri ibu tentang kemampuan mereka menjadi lebih rendah. Akibatnya, ini

dapat menyebabkan ibu kurang efektif melakukan tugas keibuan, termasuk menyusui (Sharapova & Goguikian Ratcliff, 2025). Efikasi menyusui yang rendah pada ibu setelah melahirkan dikaitkan dengan kurangnya keyakinan mereka terhadap kemampuan mereka untuk memulai dan mempertahankan proses menyusui. Selain itu, ibu pada masa awal pascapersalinan sering mengalami keraguan, kurang percaya diri, dan kesulitan beradaptasi dengan peran menyusui, yang secara langsung memengaruhi tingkat efikasi menyusui (Anjani et al., 2025).

Menurut penelitian lain, kesehatan psikologis ibu setelah melahirkan merupakan faktor utama dalam kepercayaan dirinya untuk menyusui. penurunan kepercayaan diri ibu dalam memenuhi peran mereka sebagai ibu, menurut tinjauan sistematis dan meta-analisis tentang efektivitas terapi psikososial untuk ibu pascapersalinan, terutama ibu muda. Ibu mungkin terhalang untuk membentuk opini yang baik tentang kemampuan menyusui mereka karena ketidakstabilan emosional, perasaan tidak mampu, dan stres adaptasi yang berkepanjangan. Rendahnya tingkat efektivitas menyusui pada periode pascapersalinan awal dapat disebabkan oleh kecenderungan faktor-faktor ini untuk menurunkan motivasi dan ketekunan ibu dalam memulai dan mempertahankan praktik menyusui (Tenaw et al., 2024).

#### ***Analisis hubungan antara variable efikasi menyusui dengan depresi postpartum***

Berdasarkan hasil penelitian di RS Bhakti Wira Tamtama Semarang 2025 menunjukkan diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara depresi dan efikasi diri menyusui. Nilai koefisien korelasi antara depresi dan efikasi diri menyusui adalah sebesar  $-0,613$  dengan nilai signifikansi  $p = 0,000$  lebih kecil dari  $0,05$  maka  $H_0$  ditolak sedangkan  $H_a$  diterima. Koefisien korelasi bernilai negatif menunjukkan adanya hubungan bersifat berlawanan arah, yang berarti semakin tinggi tingkat depresi yang dialami ibu, semakin rendah tingkat efikasi diri menyusui yang dimilikinya. Sebaliknya, semakin rendah tingkat depresi, semakin tinggi efikasi diri menyusui. Kekuatan korelasi berada pada kategori kuat, sehingga dapat disimpulkan bahwa depresi memiliki hubungan yang bermakna dengan efikasi diri menyusui pada responden penelitian ini.

Hasil tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Baeisa et al., 2023) bahwa 47,4 adalah Skor rata-rata pada BSES-SF, pada responden yang mendapat skor di atas rata-rata memiliki tingkat depresi pascapersalinan yang secara signifikan lebih rendah, selain itu, hubungan terbalik dicatat antara skor BSES-SF dan depresi pascapersalinan ketika skor BSES-SF meningkat, skor depresi pascapersalinan menurun. Menurut (Ahmadinezhad et al., 2024) Dibandingkan dengan ibu tanpa depresi, ibu dengan depresi postpartum cenderung mengalami penurunan efikasi menyusui pada hari pertama dan ketiga pascapersalinan. Hasil ini menunjukkan bahwa kondisi mental ibu pascapersalinan memengaruhi tidak hanya kesehatan emosionalnya tetapi juga

kepercayaan diri dan keterampilan menyusui, yang dapat berdampak pada kemampuannya untuk terus menyusui.

Depresi postpartum dikaitkan secara signifikan dengan penurunan efikasi menyusui pada hari pertama hingga ketiga setelah persalinan. Ibu yang mengalami depresi postpartum pada periode ini memiliki skor self-efficacy breastfeeding yang lebih rendah daripada ibu tanpa gejala depresi. Pada hari-hari awal setelah melahirkan, kondisi psikologis yang tidak stabil memengaruhi kepercayaan diri ibu dalam memulai dan mempertahankan proses menyusui, termasuk menghadapi nyeri, kelelahan, dan beradaptasi dengan peran sebagai ibu. Hasilnya menunjukkan bahwa gejala depresi pada hari pertama sampai ketiga pascapersalinan adalah komponen penting yang dapat menghambat perkembangan efikasi menyusui sejak awal periode nifas.

Kepercayaan individu terhadap kemampuan dirinya dipengaruhi oleh empat sumber utama, yaitu pengalaman keberhasilan sebelumnya (*mastery experiences*), pengalaman vikarius melalui pengamatan terhadap orang lain, dukungan atau persuasi verbal dari lingkungan sekitar, serta kondisi fisik dan emosional individu. Pengalaman menyusui yang sukses, kisah sukses dari ibu-ibu lain, dan dorongan dari keluarga dan tenaga medis dapat meningkatkan kepercayaan diri ibu pascapersalinan dalam kemampuan mereka untuk menyusui. Di sisi lain, efikasi diri dapat menurun sebagai respons terhadap kondisi emosional yang tidak stabil termasuk stres dan gejala depresi pascapersalinan. Penjelasan ini sejalan dengan penelitian Egele et al. (2025) yang menegaskan bahwa intervensi psikoedukasi berperan dalam meningkatkan efikasi diri melalui pemberian informasi yang tepat, penguatan verbal, serta bantuan dalam pengelolaan emosi ibu pascapersalinan, sehingga ibu lebih mampu menghadapi tantangan dalam proses menyusui (Egele et al., 2025).

kecenderungan depresi pascapersalinan, kondisi mental ibu dan tingkat efikasi diri dalam menyusui sangat berkorelasi. Terdapat hubungan antara depresi pascapersalinan dan efikasi diri dalam menyusui, ibu yang lebih mungkin mengalami depresi pascapersalinan cenderung memiliki pandangan negatif terhadap kemampuan mereka untuk menyusui. Kepercayaan diri seorang ibu dalam kemampuannya untuk memenuhi perannya dapat melemah karena perasaan cemas, tidak berdaya, dan takut gagal. Di sisi lain, karena kepercayaan diri yang kuat melindungi dari ketidaknyamanan psikologis selama periode pascapersalinan, ibu yang menunjukkan tingkat efikasi menyusui yang lebih tinggi biasanya memiliki risiko depresi pascapersalinan yang lebih rendah. Hasil ini menunjukkan bahwa efikasi diri dalam menyusui terkait dengan praktik menyusui yang sukses dan kesehatan mental pascapersalinan pada ibu. (Anjani et al., 2025)

Kesehatan mental dan keberhasilan menyusui ibu sangat dipengaruhi oleh dukungan sosial, terutama dari keluarga dan lingkungan mereka. Meningkatnya gejala depresi perinatal, termasuk depresi postpartum, dikaitkan dengan kurangnya dukungan sosial, karena ibu cenderung merasa

kurang didampingi, kurang dipahami, dan menghadapi tekanan peran secara mandiri. Selanjutnya, kondisi depresi tersebut berdampak negatif pada kepercayaan diri ibu dalam menyusui anak. Ibu menjadi kurang percaya diri terhadap kemampuan mereka untuk menyusui anak secara efektif dan berkelanjutan. Jurnal ini menjelaskan bahwa kurangnya dukungan sosial meningkatkan risiko depresi postpartum dan secara tidak langsung mengurangi keberhasilan menyusui melalui penurunan keyakinan diri ibu. Ini karena efikasi menyusui berfungsi sebagai mediator. Oleh karena itu, kekurangan dukungan keluarga dan sosial adalah salah satu faktor utama yang menyebabkan depresi pasca persalinan dan rendahnya efikasi menyusui (Liu et al., 2025).

## 5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang “Hubungan efikasi menyusui dengan depresi postpartum” dapat disimpulkan bahwa sebagian besar pasien berada pada usia 20-30 tahun, dengan Pendidikan SMA, Pekerjaan sebagai ibu rumah tangga, tidak memiliki riwayat depresi, tidak mengalami komplikasi, status ekonomi pada rentang Rp.3.000.000-Rp.4.999.999, dengan paritas Primipara (1 anak) dan jenis persalinan Sectio Caesarea. Mayoritas pasien mengalami depresi postpartum pada tingkat sedang dan memiliki efikasi yang rendah. Hasil analisis statistik menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri menyusui dengan depresi postpartum. Berdasarkan hasil analisis uji Spearman Rank, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar -0,616 dengan nilai signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), Nilai koefisien korelasi bernilai negatif menunjukkan arah hubungan yang berlawanan, yaitu semakin tinggi tingkat depresi postpartum, semakin rendah efikasi diri menyusui. Berdasarkan kriteria kekuatan korelasi, nilai tersebut termasuk dalam kategori hubungan kuat. Saran, tenaga kesehatan diharapkan dapat dapat terlibat secara aktif dengan pendampingan untuk membantu meningkatkan efikasi menyusui dan menurunkan tingkat depresi sehingga meningkatkan efektifitas ibu menyusui pada masa postpartum.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdelkefi, M., Feki, R., Walha, R., Zid, W., Gassara, I., Smaoui, N., Omri, S., Charfi, N., Zouari, L., Ben Thabet, J., Chaabene, K., Maalej Bouali, M., & Maalej, M. (2024). Fear of childbirth in a sample of Tunisian women: Factors related to pregnancy. *European Psychiatry*, 67(S1), S804–S804. <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2024.1675>
- Abduh, M., Alawiyah, T., Apriansyah, G., Abdullah Sirodj, R., & Afgani, M. W. (2021). Survey design: Cross sectional dalam penelitian kualitatif. *Mitra Wacana Media*, 3(1), 31–39. <https://doi.org/10.47709/jpsk.v3i01.1955>
- Adli, F. K. (2022). Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS): Deteksi dini dan skrining depresi postpartum. *Jurnal Kesehatan*, 13(2), 430–436. <https://doi.org/10.26630/jk.v13i2.2741>

- Ahmadinezhad, G. S., Karimi, F. Z., Abdollahi, M., & Navipour, E. (2024). Association between postpartum depression and breastfeeding self-efficacy in mothers: A systematic review and meta-analysis. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 24(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12884-024-06465-4>
- Almeida, T. M., Alves Rosa, D. A., Pinheiro, T. B., Grilo, L. B., Jorge, G. M. T., Foletto, L. D., Generoso, I. P., Lacerda da Silva, U. R., Uchida, R. R., & Cordeiro, Q. (2024). The potential effects and tolerability of analgesic and peri/intra/post-operative esketamine in preventing postpartum depression: An updated systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Psychiatry Research Communications*, 4(3), 100190. <https://doi.org/10.1016/j.psycom.2024.100190>
- Amer, S. A., Zaitoun, N. A., Abdelsalam, H. A., Abbas, A., Ramadan, M. S., Ayal, H. M., Ba-Gais, S. E. A., Basha, N. M., Allahham, A., Agyenim, E. B., & Al-Shroby, W. A. (2024). Exploring predictors and prevalence of postpartum depression among mothers: Multinational study. *BMC Public Health*, 24(1), 1–15. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-18502-0>
- Anissa, M., Rahmawati, R., & Riady, Z. (2024). Depresi paska melahirkan. *Scientific Journal*, 3(4), 254–261. <https://doi.org/10.56260/sciena.v3i4.156>
- Anjani, A. Y., Kostania, G., & Toyibah, A. (2025). Breastfeeding self-efficacy related to postpartum depression tendency. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional*, 10(1), 10–18. <https://doi.org/10.37341/jkkt.v10i1.463>
- Baeisa, R. S., Aldardeir, N. F., Alsulami, M. T., Alsulami, A. H., Al-Sharif, J. H., Alshahrany, T. A., & Alghamdi, W. A. (2023). Breastfeeding self-efficacy is inversely associated with postpartum depression: Findings from a tertiary hospital in Saudi Arabia. *Saudi Journal of Medicine and Medical Sciences*, 11(4), 292–298. [https://doi.org/10.4103/sjmms.sjmms\\_601\\_22](https://doi.org/10.4103/sjmms.sjmms_601_22)
- Beck-Hiestermann, F. M. L., Hartung, L. K., Richert, N., Mieth, S., & Wiegand-Grefe, S. (2024). Are 6 more accurate than 4? The influence of different modes of delivery on postpartum depression and PTSD. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 24(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12884-024-06267-8>
- Bradshaw, H., Riddle, J. N., Salimgaraev, R., Zhaunova, L., & Payne, J. L. (2022). Risk factors associated with postpartum depressive symptoms: A multinational study. *Journal of Affective Disorders*, 301, 345–351. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.12.121>
- Coca, K. P., Chien, L. Y., Lee, E. Y., Souza, A. C. de P., Hong, S. A., & Chang, Y. S. (2023). Factors associated with postpartum depression symptoms among postpartum women in five countries during the COVID-19 pandemic: An online cross-sectional study. *BMC Psychiatry*, 23(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-04607-0>
- Diotaiuti, P., Valente, G., Mancone, S., Falese, L., Corrado, S., Siqueira, T. C., & Andrade, A. (2022). A psychoeducational intervention in prenatal classes: Positive effects on anxiety, self-efficacy, and temporal focus in birth attendants. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(13), Article 7904. <https://doi.org/10.3390/ijerph19137904>
- Egele, V. S., Klopp, E., & Stark, R. (2025). An empirical ranking of the importance of the sources of self-efficacy for physical activity. *Health Psychology and Behavioral Medicine*, 13(1), 1–14. <https://doi.org/10.1080/21642850.2025.2567322>

- Gidey, S., Tefera, F., Ababiya, T., Fissehatsion, F., Teka, B., Zergaw, R., Urgecha, E., Habtegiorgis, Y., Bate, Z., & Seifu, A. (2025). Prevalence and associated factors of postpartum depression among postpartum mothers in Addis Ababa, Ethiopia. *American Journal of Psychiatry and Neuroscience*, *13*(2), 50–60. <https://doi.org/10.11648/j.ajpn.20251302.12>
- Grisbrook, M. A., Dewey, D., Cuthbert, C., McDonald, S., Ntanda, H., & Letourneau, N. (2024). The association between cesarean section delivery and child behavior: Is it mediated by maternal post-traumatic stress disorder and maternal postpartum depression? *Behavioral Sciences*, *14*(1), 1–14. <https://doi.org/10.3390/bs14010061>
- Gusmaladewi, R., Fadhilah, S., & Febriani, T. A. (2023). Faktor risiko depresi postpartum. *Jurnal Aksara Bumi Andalas*, *8*(1), 17–33.
- Kawajiri, M., Saito, F., Takeishi, Y., Mori, H., Chiba, K., Odaira, T., Saito, M., & Yoshida, M. (2025). Does the 2-week postpartum health checkup for term deliveries prevent postpartum depression? *Journal of Affective Disorders*, *388*, 119459. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2025.119459>
- Khamidullina, Z., Marat, A., Muratbekova, S., Mustapayeva, N. M., Chingayeva, G. N., Shepetov, A. M., Ibatova, S. S., Terzic, M., & Aimagambetova, G. (2025). Postpartum depression epidemiology, risk factors, diagnosis, and management: An appraisal of the current knowledge and future perspectives. *Journal of Clinical Medicine*, *14*(7), 1–16. <https://doi.org/10.3390/jcm14072418>
- Kumarasinghe, M., Herath, M. P., Hills, A. P., & Ahuja, K. D. K. (2024). Postpartum versus postnatal period: Do the name and duration matter? *PLoS ONE*, *19*(4), e0300118. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0300118>
- Linde, K., Treml, J., Lehnig, F., Nagl, M., Stepan, H., & Kersting, A. (2025). Maternal mental health: A longitudinal study of depression and anxiety across pregnancy and postpartum. *Midwifery*, *149*, 104571. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2025.104571>
- Liu, L., Feng, S., Zhang, Y., Xiao, G., Zhou, M., Li, X., Li, Y., & Qin, C. (2025). The role of breastfeeding self-efficacy in the relationship between perinatal depressive symptoms and exclusive breastfeeding: A longitudinal mediation analysis. *BMC Pregnancy and Childbirth*, *25*(1). <https://doi.org/10.1186/s12884-025-07481-8>
- Mercan, Y., & Selcuk, K. T. (2021). Association between postpartum depression level, social support level and breastfeeding attitude and breastfeeding self-efficacy in early postpartum women. *PLoS ONE*, *16*(4), e0249538. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0249538>
- Murti, & Lestari, M. (2023). Deteksi dini depresi postpartum dengan menggunakan Edinburgh Postnatal Depression Scale. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, *11*(4), 961–966. <https://doi.org/10.26714/jkj.11.4.2023.961-966>
- Nicoletti, A. E., Rizzi, S., Fait, S., & Mayora-Ibarra, O. (2025). Prevention of postpartum depression via a digital ACT-based intervention: Evaluation of a prototype using multiple case studies. *Behavioral Sciences*, *15*(12). <https://doi.org/10.3390/bs15121723>
- Ning, J., Deng, J., Li, S., Lu, C., & Zeng, P. (2024). Meta-analysis of association between caesarean section and postpartum depression risk. *Frontiers in Psychiatry*, *15*. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2024.1361604>
- Nuralim, R., Rizky, M. S., & Aguspriyani, Y. (2023). Teknik pengambilan sampel kepercayaan masyarakat pada Bank Syariah Indonesia. *Neraca Manajemen Ekonomi*, *3*(1). <https://doi.org/10.8734/musyari.v3i2.1636>

- Nurfitriana, N., & Maidaliza, M. (2022). Analisa faktor-faktor risiko depresi postpartum di Kecamatan Banda Sakti. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 5(8), 1020–1025. <https://doi.org/10.56338/mppki.v5i8.2627>
- Nurseha, N., Kusumastuti, K., Farida, S. N., Mardianingsih, S. M., & Marlinawati, I. T. (2024). *Buku ajar psikologi kehamilan, persalinan, dan nifas*. PT Nuansa Fajar Cemerlang.
- Rahmadhani, W., Kusumastuti, K., & Chamroen, P. (2022). Prevalence and determinants of postpartum depression among adolescent mothers. *International Journal of Health Sciences*, 6(2), 533–544. <https://doi.org/10.53730/ijhs.v6n2.6422>
- Raoufi, F., & Foroughi Kaldareh, Z. (2025). A comparative study of postpartum depression and psychological hardness between first-time and multiparous mothers. *International Journal of Body, Mind and Culture*, 12(2), 195–202. <https://doi.org/10.61838/ijbmc.v12i2.919>
- Setiawan, & Fitri, R. F. (2025). Description of knowledge and self-efficacy of breastfeeding mothers in exclusive breastfeeding. *HealthCare Nursing Journal*, 7(2), 414–427. <https://doi.org/10.35568/healthcare.v7i2.6895>
- Sharapova, A., & Goguikian Ratcliff, B. (2025). Effect of postpartum depression, anxiety and social support on maternal self-efficacy: Comparing undocumented migrant, documented migrant and Swiss-born mothers. *Frontiers in Psychology*, 16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1477817>
- Sitepu, M. N. P. (2025). *Hubungan maternal self-efficacy terhadap depresi postpartum di wilayah kerja Puskesmas Kedungmundu Semarang* [Skripsi]. Universitas Islam Sultan Agung.
- Tambelli, R., Tosto, S., & Favieri, F. (2025). Psychiatric risk factors for postpartum depression: A systematic review. *Behavioral Sciences*, 15(2), 1–22. <https://doi.org/10.3390/bs15020173>
- Tenaw, L. A., Ngai, F. W., & Bessie, C. (2024). Effectiveness of psychosocial interventions in preventing postpartum depression among teenage mothers: Systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Prevention Science*, 25(7), 1091–1103. <https://doi.org/10.1007/s11121-024-01728-0>
- Widayanti, A., & Mawardika, T. (2023). Pengaruh pendidikan kesehatan ASI eksklusif terhadap breastfeeding self-efficacy pada ibu menyusui. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 4(2), 177–188. <https://doi.org/10.22437/jini.v4i2.27673>
- Zarroug, M., Altaf, M. F., Shaikh, S., Tidjani, A., Bashir, O., Ayash, M. I., Abdalla, H. K., & Zarroug, S. H. O. (2025). The prevalence and risk factors of postpartum depression among Saudi Arabian women: A systematic review and meta-analysis. *Healthcare*, 13(16), 1–19. <https://doi.org/10.3390/healthcare13162040>
- Zhang, X., Yao, J., He, H., Li, J., Li, J., Lu, H., Huang, X., Tian, X., Liang, J., Gong, L., Pang, R., Luo, Q., An, J., & Zhu, X. (2025). Network analysis of postpartum depression symptoms and perinatal risk factors in Chinese women: A prospective observational study. *Frontiers in Psychology*, 16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1604013>