

Pengaruh Pemberian Edukasi Terhadap Peningkatan Parenting Self Efficacy Pada Ibu Hamil Untuk Mencegah Postpartum Blues

The Effect of Education on Improving Parenting Self-Efficacy in Pregnant Women to Prevent Postpartum Blues

Tri rikhanirti^{1*}, Salina²

^{1,2}Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia Makassar

¹tririkhaniarti042@gmail.com/081241913123

²salinainha897@gmail.com/

Article Info

Article History

Received: 08-07-2025

Revised : 25-07-2025

Accepted : 15-08-2025

Published : 30-08-2025

ABSTRACT / ABSTRAK

Post partum blues is a feeling of sadness and confusion that is felt 50-80% of women after giving birth to their baby. The purpose of this study was to assess the effect of providing education with booklet media on increasing parenting self-efficacy to prevent post partum blues in pregnant women under the age of 20 years. The research method used is quasi-experimental using two group, namely the intervention and control groups. In this study, it was carried out at the Kassikassi Health Center Makassar, Batua Health Center Makassar, as well as the Makassar Coal Health Center. Research sample are pregnant women under the age of 20 years by 48 respondents where 24 respondents in the intervention group were given postpartum education and booklets while 24 respondents in the group controls were only given a booklet. The statistical test used is Friedman, Mann Whitney and Spearman's Rank correlation. Research shows that parenting self-efficacy education uses booklet media at an accuracy rate of 95%. From the results of this study, there was an effect of parenting self-efficacy education to prevent post partum blues $P = 0.000$ ($P < 0.005$).

Keywords: Education, Parenting Self Efficacy, Postpartum Blues

Post partum blues merupakan perasaan sedih dan bingung yg dirasakan 50-80% wanita sehabis melahirkan bayinya. Tujuan penelitian ini adalah menilai pengaruh pemberian edukasi dengan media booklet terhadap peningkatan parenting self efficacy untuk mencegah post partum blues pada ibu hamil yang berusia dibawah 20 tahun. Metode penelitian yang dipergunakan ialah quasi-eksperimen menggunakan dua grup, yaitu grup intervensi serta kontrol. Pada Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas kassi- kassi Makassar, Puskesmas Batua Makassar, serta puskesmas bara-baraya Makassar. Sampel penelitian adalah ibu hamil dibawah umur 20 tahun sebesar 48 responden dimana 24 responden di grup intervensi diberi edukasi postpartum serta booklet sedangkan 24 responden pada grup kontrol hanya diberi booklet saja. Uji statistik yg digunakan adalah Friedman, Mann Whitney serta korelasi Rank Spearman's. penelitian menunjukan bahwa edukasi parenting self-efficacy menggunakan media booklet pada tingkat keakuratan 95%. Dari hasil penelitian ini ialah ada pengaruh edukasi parenting self-efficacy untuk mencegah post-partum blues $P= 0,000$ ($P<0,005$)

Kata kunci : Edukasi, Parenting Self Efficacy, Postpartum Blues

Corresponding Author:

Name : Tri rikhanirti

Afiliate : Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia Kesdam XIV/Hsn

Address : Jl. Garuda No 3 Kecamatan Mariso, Kota Makassar, Prov. Sulawesi Selatan 90121

Email : tririkhaniarti042@gmail.com/081241913123

PENDAHULUAN

Postpartum blues artinya perasaan sedih dan bingung yang dialami 50-80% Wanita setelah melahirkan bayinya, umumnya pada 14 hari pertama setelah melahirkan, postpartum blues akan mengakibatkan ibu yang mengalaminya merasa tidak nyaman, apabila gejala postpartum blues menetap dan tidak tertangani akan berubah menjadi depresi. Pernikahan usia dini paling banyak terjadi di Afrika dan di Asia Tenggara, pada Asia Tenggara didapatkan data bahwa lebih kurang 10 juta anak usia di bawah 18 tahun telah menikah sebelum mereka berusia 18 tahun, pernikahan dini lebih sering terjadi pada anak wanita dibanding anak laki-laki .(Larasati, 2009)

Data dari WHO (2018) mencatat prevalensi postpartum blues secara umum dalam populasi dunia adalah 3-8%. Sementara prevalensi post partum blues di negara negara ASIA relative tinggi dan bervariasi antara 26-85% dari Wanita pasca salin (munawaroh, 2018). Dalam penelitian ini membagikan bahwa parenting self efficacy yang tinggi akan menurunkan resiko terjadinya postpartum blues, stress, dan kecemasan (Jones & print, 2015). angka kejadian postpartum blues pada Indonesia berdasarkan USAID (United Stase Agency for International Development) (2016) ada 31 kelahiran per 1000 populasi. Pada beberapa penelitian telah dilakukan perihal postpartum blues dari penelitian yang dilakukan Edward(2017) angka kejadian post partum blues di Indonesia mencapai 23%, sedangkan skrinning menggunakan EPDS dihasilkan bahwa 14- 17% wanita postpartum beresiko mengalami postpartum blues. Tingginya angka kejadian ibu post partum blues pada ibu pasca melahirkan dapat mengakibatkan perubahan yang signifikan terhadap keadaan psikologis ibu.

BAHAN DAN METODE

Desain Penelitian ini menggunakan desain *quasi experiment* atau eksperimen semu dengan menggunakan rancangan *pre-test and post-test with control group design*. *Populasi* dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang berusia di bawah 20 tahun. *Lokasi* penelitian di puskesmas kassi kassi Makassar, Puskesmas Batua Makassar, Puskesmas Bara- Baraya Makassar. *Waktu* pengambilan sampel 25 desember 2021- 25 februari 2022. *Sampel* dalam penelitian ini berjumlah 48 orang. *Teknik pengambilan sampel* yang digunakan dalam penelitian ini adalah Accidental sampling.

Besar sampel dihitung dengan menggunakan rumus *Lemeshow* sebagai berikut:

$$n = \frac{za^2 \times p(1 - p)}{d^2}$$

Keterangan:

n = jumlah sampel

za = tingkat kepercayaan 95% (1,960)

p = estimasi proporsi 5% (0,5)

d = presisi (antara 0,01 s/d 0,25)

$$n = \frac{z\alpha^2 \times p(1-p)}{d^2}$$

$$n = \frac{1,960^2 \times 0,5(1-0,5)}{0,20^2}$$

$$n = \frac{3,8416 \times 0,25}{0,04}$$

$$= \frac{0,9604}{0,04}$$

$$= 24,01$$

Jadi besar sampel minimal dalam penelitian ini adalah 24 sampel. Sehingga total sampel untuk kedua kelompok kontrol dan invensi adalah 48 sampel.

Pengolahan Data dan Analisis Data

Pengolahan data dilakukan secara komputerisasi disajikan dalam bentuk tabel dan dipresentasikan dengan langkah editing, coding, entry data, tabulating, dan cleaning. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat, analisis bivariat menggunakan perhitungan statistic dengan rumus paired t-test dan independent t-test, serta analisis multivariate menggunakan analisis regresi linear (Creswell, 2016).

HASIL

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik	Kelompok		Total	P=Value
	Intervensi n (%)	Kontrol n (%)		
Usia				
Median	17.00	17.00	0,21	- 0,369
Min – Max	15-19	15-19		
Mean	17.21	17.42		
SD	1.285	1.248		
Pendidikan				
SMA	7 (29%)	4 (17%)	11 (23%)	0,244
SMP	9 (38%)	12 (50%)	21 (44%)	
SD	8 (33%)	8 (33%)	16 (33%)	
Total	24 (100%)	24 (100%)	48 (100%)	
Paritas				
Primipara	19 (79%)	21 (87%)	40 (83%)	0,110
Multipara	5 (21%)	3 (13%)	8 (17%)	

Karakteristik	Kelompok		Total	P=Value
	Intervensi n (%)	Kontrol n (%)		
Total	24 (100%)	24 (100%)	48 (100%)	
Dukungan Sosial				
Dukungan kurang	15 (62%)	8 (33%)	23 (48%)	0,035
Dukungan Baik	9 (38%)	16 (67%)	25 (52%)	
Total	24 (100%)	24 (100%)	48 (100%)	
Pekerjaan				
Wiraswasta	8 (33%)	5 (21%)	13 (27%)	0,450
IRT	16 (67%)	19 (79%)	35 (73%)	
Total	24 (100%)	24 (100%)	48 (100%)	
Skrining BDI				
Normal	20 (83%)	17 (71%)	37 (77%)	0,361
Depresi ringan	4 (17%)	7 (29%)	11 (22%)	
Depresi sedang	0	0		
Depresi berat	0	0		

Sumber: Data Primer. Ket: Uji non parametrik distribusi frekuensi, *Uji Chi-Square*; $p < 0,05$. Ket : Intervensi (edukasi dengan *booklet*), Kontrol (*booklet*).

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh bermakna antara usia pendidikan, paritas, dan pekerjaan terhadap pemberian edukasi pada ibu hamil di bawah umur 20 tahun. ($P > 0,05$) artinya hasil dari penelitian dan intervensi yang diberikan bukan pengaruh dari pendidikan, paritas, dan pekerjaan. Namun pada dukungan sosial menunjukkan bahwa ada pengaruh bermakna terhadap pemberian edukasi pada ibu hamil dibawah 20 tahun ($p < 0,05$) artinya hasil dari penelitian dan intervensi yang diberikan mempunyai pengaruh dari dukungan sosial.

Tabel 2

Gambaran Frekuensi Nilai Responden Berdasarkan Perbedaan Nilai Rata-rata *EPDS* hari 3, 7 dan 14 pasca salin Kelas Intervensi Dan Kelas Kontrol

Kelompok	EPDS	Hari ke-3	Hari ke-14	Selisih Antara sebelum- sesudah
		n (%)	n (%)	
Intervensi	Tinggi	5 (21%)	3 (12%)	2 (8%)
	Rendah	19 (79%)	21 (88%)	2 (8%)
	Total	24 (100%)	24 (100%)	
Kontrol	Tinggi	14 (58%)	11 (46%)	3 (12%)
	Rendah	10 (42%)	13 (54%)	3 (12%)
	Total	24 (100%)	24 (100%)	

Sumber: Data Primer. Ket: Uji *friedman*; Ket : Intervensi (edukasi dengan *booklet*), Kontrol (*booklet*).

Pada tabel 2 kelompok Intervensi hari-3 pasca salin terdapat 15 responden (63%) yang memiliki EPDS tinggi dan 9 responden (37%) yang memiliki EPDS rendah. Namun hari ke-14 pasca salin terdapat 19 responden (79%) yang memiliki EPDS tinggi dan 5 responden (21%) yang memiliki EPDS rendah artinya

antara hari ke-3 dan hari ke-14 setelah pemberian edukasi dengan metode kelas Ibu hamil (dibawah 20 tahun) pada kelompok intervensi memiliki selisih perubahan 4 (17%).

Sedangkan pada kelompok kontrol yang hanya diberikan *booklet* tanpa diberikan edukasi dengan kelas Ibu hamil (dibawah 20 tahun) tentang (perawatan dan pengasuhan bayi) pada hari ke-3 pasca salin terdapat 17 responden (71%) yang memiliki EPDS tinggi dan 7 responden (29%) yang memiliki EPDS rendah. Namun pada hari ke-14 terdapat 14 responden (58%) yang memiliki EPDS tinggi dan 10 responden (42%) yang memiliki EPDS rendah. Artinya antara hari ke-3 dan hari ke-14 pada kelompok kontrol memiliki selisih perubahan 3(12%).

Dari hasil analisis dengan uji *friedman* pada kelompok Intervensi diperoleh $p=0,000 < \alpha 0,05$ maka H_0 ditolak artinya pemberian edukasi menggunakan media *booklet* efektif terhadap penurunan skor EPDS/postpartum blues. Sedangkan pada kelompok kontrol diperoleh $p=0,018 > \alpha 0,05$ maka H_0 diterima artinya pemberian media *booklet* tanpa pemberian edukasi tidak efektif terhadap penurunan skor EPDS/postpartum blues.

Walaupun kedua kelompok mengalami penurunan namun selisih penurunan skor EPDS/postpartum blues responden sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok intervensi lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol yaitu 4 responden (24%) , sedangkan kontrol 3 (12%).

Sebagian besar responden pada kelompok kontrol memiliki pendirian yang tetap dengan jawaban yang masih sama seperti pada saat pre test dikarenakan tidak adanya intervensi yang dilakukan pada kelompok kontrol sehingga skor EPDS/postpartum blues pada responden kelompok kontrol sebagian besar masih dalam kategori tinggi.

PEMBAHASAN

Pada penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi sebagai upaya promosi kesehatan memberikan pengaruh dalam peningkatan pengetahuan dan sikap ibu terhadap perawatan dan pengasuhan bayi. Penelitian terdahulu menyebutkan adanya hubungan antara tingkat dukungan sosial dengan cara perawatan dan pengasuhan bayi. Tingkat dukungan sosial ibu yang semakin rendah berpengaruh pada kurangnya kemampuan percaya diri untuk beradaptasi secara psikologi, khususnya Ibu setelah melahirkan.

Faktor yang paling dominan mempengaruhi kejadian post partum blues pada ibu post partum di Indonesia Pamekasan Proppo Puskesmas adalah dukungan suami (Hilmah, Byba, 2018). Hasil ini sesuai dengan teori (Soetjiningsih, 2015) pada hakikatnya keluarga diharapkan mampu berfungsi untuk mewujudkan proses pengembangan timbal balik rasa cinta dan kasih sayang antara anggota keluarga, antar kerabat, serta antar generasi yang merupakan dasar keluarga yang harmonis.

Menurut (Fatmawati, 2015) yang menunjukkan bahwa kejadian postpartum blues paling banyak terjadi pada ibu primipara. Wanita primipara baru memasuki perannya sebagai seorang ibu, tetapi tidak menutup kemungkinan terjadi pada ibu yang pernah melahirkan, yaitu jika ibu mempunyai riwayat postpartum blues sebelumnya.

Setelah dilakukan uji statistik Dari hasil uji *Friedman* menunjukkan selisih peningkatan rerata skala *parenting self-efficacy* responden sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok intervensi lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol yaitu sebesar 2,88 .Rerata selisih skala PSE pada kelompok intervensi 3.29 sedangkan pada kelompok kontrol 0.41. Hasil analisis lebih lanjut disimpulkan bahwa terdapat perbedaan rerata selisih skala PSE yang bermakna antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol sesudah diberikan edukasi pada masa kehamilan ($p < \alpha$, $p = 0.000$ pada $\alpha = 0.05$).

Sedangkan pada Analisis lebih lanjut *Mann-Whitney* bahwa kedua kelompok Sebelum dilakukan intervensi tingkat *parenting self efficacy* pada kelompok Intervensi dan kelompok kontrol berbeda secara signifikan dengan nilai $p = 0,000 > (\alpha = 0,05)$. Namun setelah dilakukan intervensi terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol yaitu nilai $p = 0,000 < (\alpha = 0,05)$.

Hasil penelitian ini menjawab hipotesis bahwa edukasi menggunakan media *booklet* efektif meningkatkan skala *parenting self-efficacy* pada Ibu hamil di bawah umur 20 tahun. Hasil pengukuran PSE setelah diberikan edukasi konseling menggunakan media *booklet* pada hari ke3, 7, dan 14 pasca persalinan menunjukkan bahwa skala *parenting self-efficacy* mengalami peningkatan secara bermakna, baik pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol (nilai $p < \alpha$, pada $\alpha = 0.05$).

Meskipun kedua kelompok mengalami peningkatan, namun pada kelompok intervensi menunjukkan perubahan yang lebih besar jika dibandingkan dengan kelompok kontrol. Penelitian ini didukung oleh penelitian Domas (2017), yang memberikan edukasi dengan media *booklet* mempunyai pengaruh terhadap peningkatan *parenting self efficacy* pada Ibu pasca salin pada periode awal masa nifas.

Dari hasil uji *Friedman* menunjukkan selisih penurunan rerata skor EPDS responden sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok intervensi lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol yaitu sebesar 0.37. Rerata selisih skor EPDS pada kelompok intervensi 1,17 hal ini disebabkan karena pada kelompok intervensi telah diberikan edukasi *parenting self efficacy* menggunakan media *booklet* melalui kelas ibu hamil, yang memberikan peluang kepada ibu untuk jadi lebih tau dan lebih bisa dapat penjelasan yang lebih akurat dikarenakan ibu langsung bisa menanyakan jika terdapat hal yang kurang di mengerti pada *booklet* yang diberikan.

Sedangkan pada kelompok kontrol 0.37. meskipun terdapat penurunan pada kelompok kontrol tapi tetap saja perubahannya lebih kecil jika dibandingkan dengan kelompok intervensi. Hasil analisis lebih lanjut disimpulkan bahwa terdapat perbedaan rerata selisih skor EPDS yang bermakna antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol sesudah diberikan edukasi ($p < \alpha$, $p = 0.000$ pada $\alpha = 0.05$).

Analisis lebih lanjut hasil *Mann-Whitney* bahwa kedua kelompok Sebelum dilakukan intervensi skor EPDS pada kelompok Intervensi dan kelompok kontrol tidak berbeda secara signifikan dengan nilai $p = 0,000 > \alpha 0,05$ nilai EPDS hari 3 pasca salin . Namun setelah dilakukan penilaian EPDS hari 14 pasca salin terjadi penurunan terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol yaitu nilai $p = 0,176 > \alpha 0,05$.

Dengan demikian dengan pemberian edukasi *parenting self efficacy* pada masa kehamilan dapat meningkatkan keyakinan ibu untuk mengasuh dan merawat bayinya sehingga hal ini jugalah yang dapat mencegah terjadinya *postpartum blues*.

Sedangkan pada kelompok kontrol hasil penelitian menunjukan bahwa tingkat *postpartum blues* mengalami penurunan walaupun tidak signifikan. Sejalan dengan teori yang mengemukakan bahwa *postpartum blues* merupakan peristiwa yang alami dirasakan oleh ibu setelah persalinan dan akan menghilang dalam beberapa hari kemudian. Meskipun teori tersebut mengatakan *postpartum blues* dapat menghilang dengan sendiri namun berdasarkan penelitian kelompok intervensi yang mendapatkan edukasi konseling dengan media *booklet* lebih banyak mengalami penurunan *postpartum blues* jika dibandingkan dengan kelompok kontrol yang hanya diberikan *booklet* tanpa edukasi (Istiani dkk., 2016).

Edukasi dalam penelitian ini dilakukan dengan metode ceramah dengan membentuk kelas ibu hamil. Salah satu tujuan edukasi yaitu untuk memberikan atau meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pemeliharaan dan peningkatan kesehatan bagi diri sendiri, keluarga maupun masyarakat (Erlita, 2012). Hal ini dibuktikan dengan adanya perbedaan tingkat *parenting self efficacy* pada kedua kelompok.

Kelas ibu hamil merupakan sarana untuk belajar bersama tentang kesehatan bagi ibu hamil, dalam bentuk tatap muka dalam kelompok yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu mengenai kehamilan, persalinan, nifas, KB pasca persalinan, pencegahan komplikasi, perawatan bayi baru lahir dan aktifitas fisik/ senam ibu hamil. (KEMENKES, 2014)

Dalam penelitian ini nilai korelasi *Rank Spearman's* antara *parenting self efficacy* dan *postpartum blues* pada kelompok Intervensi 0,000 artinya tingkat kekuatan hubungan (korelasi) antara variable *parenting self efficacy* dengan *postpartum blues* adalah sebesar 0,000 atau korelasi kuat. Tingkat signifikan atau Sig.(2-tailed) sebesar 0,000 karena nilai Sig.(2-tailed) <0,05, maka artinya *parenting self efficacy* mempunyai hubungan yang signifikan dengan *postpartum blues*. Pada kelompok Kontrol 0, artinya tingkat kekuatan hubungan (korelasi) antara variable *parenting self efficacy* dengan *postpartum blues* adalah sebesar 0,408 atau korelasi kuat. Tingkat signifikan atau Sig.(2-tailed) sebesar 0,048 karena nilai Sig.(2-tailed) <0,05, maka artinya *parenting self efficacy* mempunyai hubungan yang signifikan dengan *postpartum blues*.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa adanya perbedaan yang bermakna dan terjadi peningkatan rata-rata nilai *Parenting self efficacy* pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan menggunakan media *booklet*. terjadi perubahan pada nilai EPDS atau terjadi penurunan *postpartum blues* pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan menggunakan media *booklet*. Adanya perbedaan yang bermakna *Parenting self efficacy* antara responden pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Adanya perbedaan yang bermakna skor EPDS atau terjadi penurunan *postpartum blues* antara responden pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Adanya efektivitas pemberian edukasi menggunakan media *booklet* terhadap peningkatan *parenting self efficacy* pada Ibu hamil di bawah umur 20 tahun. Adanya korelasi antara peningkatan *parenting self efficacy* dengan penurunan *postpartum blues*.

Saran

1. Bagi tenaga Kesehatan

disarankan perlu tindak lanjut berupa *home care* oleh tenaga kesehatan pada ibu nifas untuk memantau masalah gangguan psikologi atau postpartum blues terutama dalam satu minggu pertama.

2. Bagi responden

Diharapkan lebih menjalin komunikasi yang baik agar hubungan keluarga bisa lebih hamonis.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya, diharapkan dapat melibatkan sampel yang jumlahnya lebih besar, jenis dan rancangan penelitian yang berbeda, serta memberikan penjelasan atau edukasi kepada keluarga responden tentang dampak dan cara mengatasi post partum blues.

Ucapan Terimakasih

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua orang yang telah membantu dalam proses penelitian. Terima kasih ini terutama untuk ibu hamil yang telah berpartisipasi sebagai koresponden dan para pembimbing yang telah memberikan arahan dan masukan sehingga penelitian ini dapat diselesaikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Agency for International Development. 2016. Facts for Family Planning. Washington, DC: USAID
- BKKBN.(2012). Kajian pernikahan Dini Pada Beberapa Profinsi Di Indonesia Dampak Over population Akar Masalah Dan Peran Kelembagaan Di Daerah, www.bkkbn.go.id. Diunduh tanggal 5 November 2015
- Creswell J.W. (2016). Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Domas N. P. (2017). Pengaruh Edukasi Postpartum dengan Media Booklet pada Ibu Pasca Sectio Caesarea Terhadap Parenting Self Efficacy pad Peridoe Awal Masa Nifas di rumah Sakit Wilayah Klaten. Manuscript Submitted Published
- Edward. 2017. Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data. Jakarta: Salemba MedikaUnited Stase
- Erlita K.R. (2012). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Ceramah Plus Diskusi dan Tugas (CPDT) terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Pencegahan Keputihan di SMPN 29 Surabaya. Jurnal Ilmu Kesehatan. 1 (1).
- Fatmawati, A., Rachmawati, I. N., & Budiati, T.(2018).The influence of adolescent postpartum
- Fatmawati, D. (2015). Faktor Risiko Yang Berpengaruh Terhadap Kejadian Postpartum Blues. Jurnal EduHealth, 5(2), 244985.
- Fatmawati, D. A. (2015). Faktor Risiko Yang Berpengaruh Terhadap kejadian Post Partum Blues. Jurnal Eduhealth, 5(2)
- Hilmah, N, Byba, M. 2018. Factor Analysis of Postpartum Blues on Post Partum Patients at Puskemas Proppo Pamekasan. Journal for Quality in Public Health.
- Ike D.P., Misrawati, & Oswati H. (2015). Efektifitas Terapi Musik Klasik Mozart Terhadap Penurunan Gejala Post Partum Blues. JOM. 2 (2).

- Istiani N.C., Kurniasari P. & Sri M. (2016). Post Partum Blues Pada Persalinan di Bawah Usia Dua Puluh Tahun. *Jurnal Psikologi Undip*. 15 (2).
- Jones T. & Prinz R. (2005). Potential roles of parental self efficacy in parent and child adjustment: A review. *Clinical Psychology review*. [Volume 25, Issue 3](#), May Pages 341-363.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). Pedoman Pelaksanaan Kelas Ibu Hamil. Jakarta
- Larasati, T. (2009). Kualitas hidup pada wanita yang sudah memasuki masa menopause. Skripsi. Jakarta. Universitas Gunadarma.
- Munawaroh. 2018. Hubungan Antara Paritas dengan Kejadian Mekanisme Koping Menghadapi Post Partum Blues Pada Ibu Sectio Caesaria Di Bangsal Mawar 1 RSUD Dr. Moewardi
- Murbiah M.O. (2016). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Postpartum Blues Di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang. Muswil Ipemi Jateng. 2016
- Notoatmodjo S. (2013). Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Rineka Cipta, Jakarta.
- Soetjiningsih & IG. N. Gde Ranuh. (2015). Tumbuh Kembang Anak, Ed. 2. Jakarta: EGC.
- Sujiyatini dkk. (2021). *Asuhan Ibu Nifas Askeb III*. Yogyakarta: Cyrillus Publisher
- women's psychosocial condition on mother infant bonding. *Enfermeria Clinica*, 28, 203-206.
- World Health Organization (WHO). 2018. Panduan Kesehatan Dalam Kebidanan. Amerika: WHO; 2018