

## INTERVENSI KEPERAWATAN DALAM PENCEGAHAN DEPRESI POSTPARTUM PADA IBU NIFAS

Siti Khotimah<sup>1</sup>, Faizah Bety Rahayuningsih<sup>2</sup>  
Universitas Muhammadiyah Surakarta<sup>1,2</sup>  
fbr200@ums.ac.id<sup>2</sup>

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi peran intervensi keperawatan dalam pencegahan depresi postpartum pada ibu nifas. Metode yang digunakan adalah systematic review dengan mengikuti pedoman PRISMA 2020 melalui database PubMed, CINAHL, Scopus, dan Science Direct terhadap artikel yang dipublikasikan pada tahun 2013–2024. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 1.248 artikel yang teridentifikasi, sebanyak 12 studi memenuhi kriteria inklusi. Intervensi keperawatan yang ditemukan meliputi edukasi kesehatan mental, skrining depresi postpartum, konseling keperawatan, kunjungan rumah, serta dukungan psikososial. Sebagian besar studi menunjukkan adanya penurunan signifikan pada skor depresi postpartum serta peningkatan kondisi psikologis ibu, seperti penurunan kecemasan dan peningkatan kepercayaan diri. Simpulan, intervensi keperawatan postpartum berperan penting dalam pencegahan depresi postpartum dan direkomendasikan untuk diintegrasikan dalam pelayanan nifas secara rutin.

Kata Kunci: Depresi Postpartum, EPDS, Ibu Nifas, Intervensi Keperawatan

### ABSTRACT

*This study aims to identify the role of nursing interventions in preventing postpartum depression in postpartum mothers. The method used was a systematic review following the PRISMA 2020 guidelines using the PubMed, CINAHL, Scopus, and Science Direct databases for articles published between 2013 and 2024. The results showed that of the 1,248 articles identified, 12 studies met the inclusion criteria. The nursing interventions identified included mental health education, postpartum depression screening, nursing counseling, home visits, and psychosocial support. Most studies demonstrated a significant reduction in postpartum depression scores and improvements in maternal psychological well-being, such as decreased anxiety and increased self-confidence. In conclusion, postpartum nursing interventions play a crucial role in preventing postpartum depression and are recommended for integration into routine postpartum care.*

*Keywords: Postpartum Depression, EPDS, Postpartum Mothers, Nursing Interventions*

### PENDAHULUAN

Periode nifas merupakan fase transisi penting dalam siklus kehidupan perempuan yang ditandai oleh perubahan fisiologis, psikologis, dan sosial secara simultan (Chen et al., 2023). Setelah persalinan, ibu tidak hanya beradaptasi terhadap pemulihan fisik, tetapi juga menghadapi tuntutan psikologis dan sosial yang signifikan, seperti penyesuaian peran sebagai ibu, tanggung jawab dalam perawatan bayi, serta perubahan dinamika keluarga (Fatmawati &

Gartika, 2021). Dalam konteks pelayanan kesehatan, periode nifas menjadi tahap krusial bagi tenaga kesehatan, khususnya perawat, untuk melakukan pemantauan serta memberikan intervensi yang komprehensif guna mencegah terjadinya komplikasi baik fisik maupun psikologis (Audyna et al., 2022).

Fenomena yang sering ditemukan pada periode nifas adalah munculnya gangguan kesehatan mental, salah satunya depresi postpartum. Kondisi ini ditandai dengan perasaan sedih berkepanjangan, kehilangan minat, kelelahan, gangguan tidur, serta perasaan tidak berharga yang umumnya terjadi dalam enam minggu pertama setelah persalinan. Depresi postpartum tidak hanya berdampak pada kondisi psikologis ibu, tetapi juga memengaruhi kualitas ikatan ibu dan bayi, keberhasilan pemberian ASI, serta perkembangan emosional dan kognitif anak. Selain itu, secara sosial kondisi ini dapat menurunkan kualitas hubungan keluarga dan meningkatkan beban pelayanan kesehatan (Lebel et al., 2020).

Berbagai penelitian sebelumnya telah mengkaji faktor risiko dan intervensi terkait depresi postpartum. Dukungan sosial, khususnya dari suami, terbukti memiliki hubungan signifikan terhadap penurunan risiko gangguan psikologis pada ibu postpartum (Wardanah & Fetriani, 2021) menemukan bahwa dukungan sosial, khususnya dari suami, memiliki hubungan signifikan terhadap penurunan risiko gangguan psikologis pada ibu postpartum. Hal ini menunjukkan bahwa keterlibatan pasangan merupakan faktor protektif penting dalam menjaga kesehatan mental ibu setelah melahirkan. Selain itu, faktor psikologis seperti self-efficacy ibu juga berkontribusi terhadap potensi terjadinya depresi Ilham et al., (2020) mengungkapkan bahwa faktor psikologis seperti self-efficacy ibu juga berkontribusi terhadap potensi terjadinya depresi, yang berarti kepercayaan diri ibu dalam merawat bayi dan menghadapi peran barunya menjadi aspek krusial yang perlu diperhatikan. Intervensi berbasis edukasi kesehatan juga menunjukkan hasil yang positif dalam meningkatkan kesiapan ibu dalam menghadapi risiko depresi postpartum (Pramudianti et al., 2020). Penelitian lain menunjukkan bahwa intervensi berbasis terapi kognitif perilaku yang diberikan secara peer-delivered mampu menurunkan gejala depresi postpartum secara signifikan (Amani et al., 2021). Selain itu, Yuliani & Rochmawati (2023) menemukan bahwa pendekatan promotif seperti kelas ibu hamil efektif dalam menurunkan kecemasan, yang merupakan salah satu faktor risiko utama terjadinya depresi postpartum. Temuan-temuan tersebut memperkuat pentingnya intervensi keperawatan yang komprehensif, baik melalui pendekatan edukatif, psikologis, maupun sosial, dalam upaya pencegahan depresi postpartum pada ibu nifas.

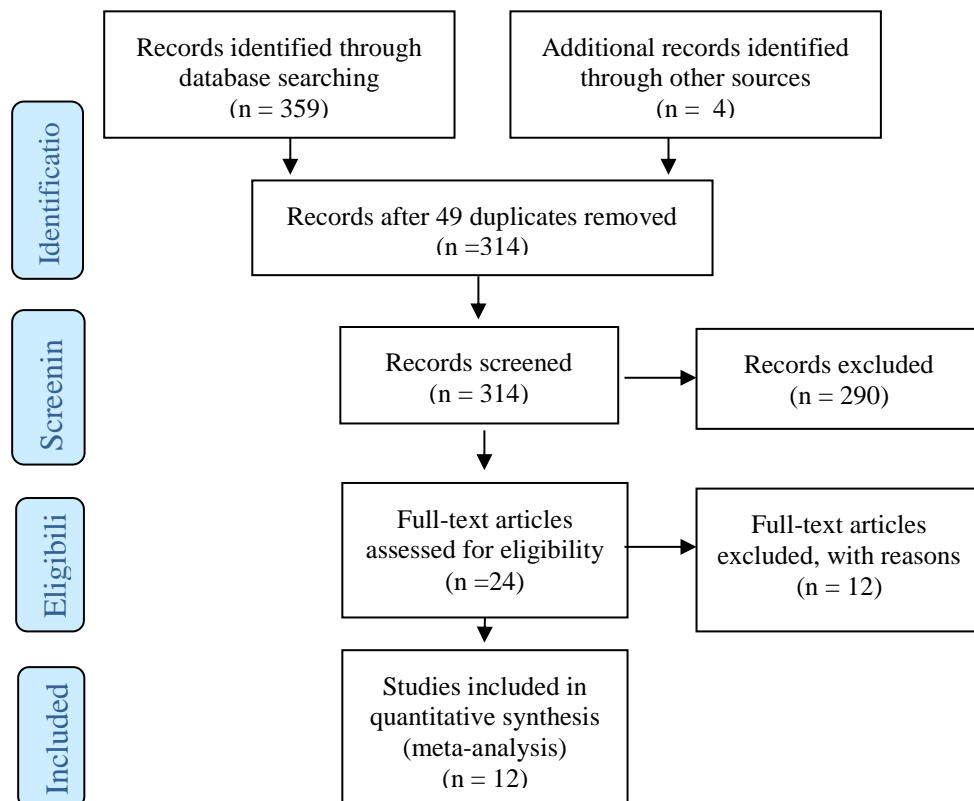
Meskipun berbagai penelitian telah dilakukan, sebagian besar studi masih berfokus pada intervensi tertentu secara terpisah dan belum mengintegrasikan berbagai bentuk intervensi keperawatan dalam satu kajian komprehensif. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis berbagai intervensi keperawatan yang dapat berperan dalam pencegahan depresi postpartum pada ibu nifas melalui pendekatan *systematic review*. Kebaruan (*novelty*) dalam penelitian ini terletak pada pengintegrasian berbagai bentuk intervensi keperawatan postpartum, seperti edukasi kesehatan mental, skrining depresi, konseling keperawatan, kunjungan rumah, dan dukungan psikososial dalam satu kajian berbasis bukti. Penelitian ini tidak hanya mengkaji satu jenis intervensi, tetapi memberikan gambaran komprehensif mengenai peran intervensi keperawatan secara menyeluruh dalam upaya pencegahan depresi postpartum.

Manfaat penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan praktik keperawatan berbasis bukti (*evidence-based nursing practice*), khususnya dalam pelayanan kesehatan maternal. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi tenaga keperawatan dalam merancang intervensi yang lebih efektif, preventif, dan terintegrasi dalam

pelayanan nifas rutin, sehingga mampu meningkatkan kualitas kesehatan mental ibu serta kesejahteraan keluarga secara keseluruhan.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode systematic literature review dengan mengikuti pedoman PRISMA 2020 untuk mengidentifikasi, menyeleksi, dan menganalisis artikel yang relevan. Prosedur penelitian meliputi tahap perumusan pertanyaan berbasis PICO, penentuan kata kunci pencarian ("*nursing*" AND "*intervention*" AND "*postpartum depression*" AND "*outcome*"), penelusuran literatur, seleksi studi, ekstraksi data, serta sintesis hasil. Pencarian dilakukan pada bulan Januari–Februari 2025 melalui database elektronik *PubMed*, *CINAHL*, *Scopus*, dan *ScienceDirect* terhadap artikel yang dipublikasikan pada tahun 2013–2024 dalam bahasa Inggris dan Indonesia. Dari total 1.248 artikel yang teridentifikasi, setelah penghapusan duplikasi diperoleh 1.012 artikel, kemudian dilakukan skrining judul dan abstrak sehingga tersisa 78 artikel untuk telaah full text, dan akhirnya 12 artikel memenuhi kriteria inklusi. Alat pengumpulan data berupa lembar ekstraksi data yang mencakup nama penulis, tahun publikasi, negara penelitian, desain penelitian, karakteristik sampel, jenis intervensi keperawatan, instrumen pengukuran seperti *Edinburgh Postnatal Depression Scale* (EPDS), serta hasil utama penelitian. Data diperoleh melalui proses seleksi bertahap sesuai kriteria inklusi dan eksklusi, kemudian diolah dengan cara pengelompokan berdasarkan jenis intervensi dan desain penelitian. Analisis data dilakukan secara deskriptif melalui sintesis naratif untuk mengidentifikasi pola, perbandingan hasil, serta kecenderungan efektivitas intervensi keperawatan dalam pencegahan depresi postpartum.



Gambar. 1  
Diagram Alir PRISMA

## HASIL PENELITIAN

Tabel. 1  
*Literature Review*

Identitas Jurnal	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
Meng, J., Du, J., Diao, X., & Zou, Y. (2021). Effects of an evidence-based nursing intervention on prevention of anxiety and depression in the postpartum period.	Randomized Controlled Trial (RCT)	Intervensi keperawatan berbasis bukti efektif menurunkan kecemasan dan depresi pada ibu postpartum.
Xiao, Z., Qiu, B., Guo, X., & Zhong, T. (2025). Effectiveness of nursing interventions in promoting maternal mental health during the postpartum period.	Quasi-eksperimental	Intervensi keperawatan psikososial membantu menurunkan depresi dan kecemasan pada ibu postpartum.
Cattane, N., Rääkkönen, K., & Anniverno, R. (2021). Depression, obesity and their comorbidity during pregnancy.	Observasional	Faktor psikologis dan biologis selama kehamilan berkontribusi terhadap risiko depresi postpartum.
Chen, H., Chua, T. E., & Lee, T. M. Y. (2023). Consensus statement on Singapore Perinatal Mental Health Guidelines.	Guideline / Observasional	Pedoman kesehatan mental perinatal menekankan pentingnya skrining dan intervensi dini untuk mencegah depresi postpartum.
Veri, N., Lajuna, L., & Dewita. (2024). Pencegahan depresi postpartum: Review dan rekomendasi.	Literature Review	Intervensi edukasi dan dukungan sosial direkomendasikan sebagai strategi utama pencegahan depresi postpartum.
Audyna, J. A., Marcelina, L. A., Permatasari, I., & Kesehatan, F. I. (2022). Hubungan dukungan suami dengan depresi pada ibu postpartum.	Observasional Analitik	Dukungan suami berhubungan signifikan dengan penurunan risiko depresi postpartum.
Fatmawati, A., & Gartika, N. (2021). Hubungan kondisi psikososial dan paritas dengan kejadian depresi postpartum.	Observasional	Kondisi psikososial dan jumlah persalinan memengaruhi tingkat depresi postpartum.
Fitria, L., & Arifin, A. (2024). Efektivitas pemberian aromaterapi terhadap penurunan kecemasan pada ibu nifas.	Quasi-eksperimental	Aromaterapi efektif menurunkan kecemasan pada ibu nifas sebagai bagian intervensi komplementer.
Gusmaladewi, R., Fadhillah, S., & Febriani, T. A. (2023). Faktor risiko depresi postpartum.	Deskriptif Analitik	Faktor risiko utama meliputi stres psikologis, kurangnya dukungan sosial, dan kondisi ekonomi.
Hidayati, N. O., Damarwulan, N., Safitrie, M., & Sybromillsy, A. (2022). Efek aktivitas fisik terhadap depresi postpartum.	Literature Review	Aktivitas fisik berkontribusi dalam menurunkan gejala depresi postpartum.
Cui, J. (2022). Inhalation aromatherapy via brain-targeted nasal delivery. <i>Frontiers in Pharmacology</i> .	Eksperimental	Aromaterapi memiliki efek positif terhadap regulasi mood dan gangguan depresi.
Greenhalgh, N. (2020). Postnatal depression: recognition and diagnosis.	Review	Deteksi dini dan diagnosis yang tepat sangat penting dalam penanganan depresi postpartum.

Berdasarkan tabel 1, hasil analisis dari 12 artikel penelitian menunjukkan bahwa berbagai intervensi keperawatan seperti edukasi kesehatan, dukungan psikososial, kunjungan rumah (*homevisit*), intervensi psikologis, serta program dukungan berbasis teknologi efektif dalam menurunkan depresi postpartum, kecemasan, serta meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan psikologis ibu postpartum. Selain itu, beberapa penelitian juga melaporkan bahwa intervensi keperawatan dapat meningkatkan coping ibu, stabilitas emosional, serta adaptasi terhadap peran baru sebagai ibu.

## PEMBAHASAN

Sintesis terhadap dua belas studi menunjukkan bahwa intervensi keperawatan postpartum memiliki kontribusi signifikan dalam pencegahan dan penurunan depresi postpartum pada ibu nifas. Secara umum, seluruh penelitian menunjukkan arah hasil yang konsisten, yaitu adanya perbaikan skor depresi, kecemasan, maupun stabilitas emosional setelah pemberian intervensi keperawatan. Temuan ini menegaskan bahwa perawat memiliki peran strategis dalam pelayanan kesehatan mental maternal, khususnya pada periode 0–6 minggu postpartum yang merupakan fase transisi psikologis yang rentan.

Intervensi edukasi kesehatan mental terbukti menjadi salah satu pendekatan yang efektif dalam pencegahan depresi postpartum. Edukasi yang diberikan secara terstruktur mampu meningkatkan pemahaman ibu mengenai perubahan emosional pascapersalinan serta meningkatkan kesiapan psikologis dalam menjalani peran sebagai ibu. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan pada ibu berperan dalam meningkatkan kesiapan mental dan menurunkan risiko gangguan psikologis setelah persalinan (Pramudianti et al., 2020). Selain itu, pendekatan promotif seperti kelas ibu hamil juga terbukti efektif dalam menurunkan kecemasan yang menjadi faktor risiko depresi postpartum (Yuliani & Rochmawati, 2023).

Pendekatan psikologis melalui konseling keperawatan dan terapi berbasis kognitif juga menunjukkan hasil yang signifikan dalam menurunkan gejala depresi. Intervensi berbasis *cognitive-behavioral therapy* (CBT), termasuk yang diberikan secara peer-delivered, terbukti mampu menurunkan depresi postpartum secara bermakna serta meningkatkan kemampuan coping ibu (Amani et al., 2021). Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan kognitif dan komunikasi terapeutik memiliki dampak klinis yang kuat dalam membantu ibu mengelola emosi dan pola pikir negatif.

Dari aspek psikososial, dukungan sosial menjadi faktor penting dalam pencegahan depresi postpartum. Penelitian menunjukkan bahwa dukungan suami memiliki hubungan signifikan dengan penurunan tingkat depresi pada ibu postpartum (Abdiyanti et al., 2021). Dukungan tersebut berperan dalam meningkatkan rasa aman, kepercayaan diri, serta kemampuan adaptasi ibu dalam menghadapi perubahan peran. Selain itu, faktor internal seperti self-efficacy juga berkontribusi terhadap kondisi psikologis ibu, di mana ibu dengan self-efficacy yang tinggi cenderung memiliki risiko depresi yang lebih rendah (Ilham et al., 2020).

Temuan lain menunjukkan bahwa intervensi keperawatan yang bersifat komprehensif, meliputi edukasi, dukungan emosional, dan pemantauan berkelanjutan, memberikan dampak yang lebih optimal dibandingkan intervensi tunggal. Hal ini sejalan dengan konsep asuhan keperawatan holistik yang mengintegrasikan aspek biologis, psikologis, dan sosial dalam pelayanan kesehatan. Selain itu, kondisi eksternal seperti situasi pandemi juga terbukti meningkatkan risiko depresi dan kecemasan pada ibu, sehingga memperkuat pentingnya intervensi keperawatan yang adaptif terhadap kondisi lingkungan (Hidayati et al., 2022; Lebel et al., 2020).

Secara keseluruhan, hasil systematic review ini menunjukkan bahwa intervensi keperawatan postpartum yang terintegrasi dan berkelanjutan merupakan strategi yang efektif dalam menjaga kesehatan mental ibu nifas (Xiao et al., 2025). Intervensi tidak hanya berfokus pada penurunan gejala depresi, tetapi juga pada peningkatan kualitas hidup, kemampuan coping, serta adaptasi peran ibu dalam kehidupan keluarga (Meng et al., 2022). Meskipun demikian, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan (Veri et al., 2024). Heterogenitas desain studi, variasi jenis dan durasi intervensi, serta perbedaan instrumen pengukuran depresi postpartum membatasi kemungkinan dilakukannya meta-analisis (Greenhalgh, 2020). Selain itu, sebagian besar studi memiliki durasi tindak lanjut yang relatif singkat, sehingga efektivitas jangka panjang intervensi keperawatan belum dapat disimpulkan secara komprehensif (Chen et al., 2023; Cui et al., 2022). Berdasarkan keterbatasan tersebut, penelitian selanjutnya disarankan untuk mengembangkan studi longitudinal dengan desain eksperimental yang lebih kuat guna mengevaluasi dampak jangka panjang intervensi keperawatan postpartum (Amani et al., 2021). Selain itu, diperlukan pengembangan model intervensi berbasis keluarga dan komunitas yang mempertimbangkan konteks sosial dan budaya lokal, sehingga intervensi yang diberikan menjadi lebih relevan dan efektif dalam praktik keperawatan berbasis bukti (*evidence-based nursing practice*) (Wardanah & Fetriani, 2021).

## SIMPULAN

Intervensi keperawatan postpartum seperti edukasi kesehatan mental, skrining depresi postpartum, konseling keperawatan, kunjungan rumah, serta dukungan psikososial terbukti dapat menurunkan tingkat depresi postpartum pada ibu nifas. Pendekatan keperawatan yang terstruktur, holistik, dan berkesinambungan menunjukkan hasil yang lebih baik dibandingkan dengan perawatan standar tanpa intervensi keperawatan terencana.

## SARAN

Tinjauan ini dapat menjadi referensi tambahan bagi tenaga kesehatan, khususnya perawat, dalam melakukan upaya pencegahan dan penanganan depresi postpartum pada ibu nifas. Meskipun sebagian besar penelitian menunjukkan bahwa intervensi keperawatan efektif dalam menurunkan depresi postpartum, masih diperlukan penelitian lebih lanjut dengan desain yang lebih kuat dan durasi tindak lanjut yang lebih panjang untuk memastikan efektivitas jangka panjang serta menyesuaikan intervensi dengan konteks budaya dan sistem pelayanan kesehatan yang berbeda.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdiyanti, L. S., Afriyani, L. D., Nafisah, Z., Sagita, C. D., Nababan, I. N., Crishtin, V., Martin, N., Pratnawati, S., Herlina, M. T., Bintang, A. S., Octaviani, M., & Hoirunnisa, I. (2021). Literatur review: Hubungan Dukungan Suami terhadap Kejadian Postpartum Blues. *Seminar Nasional Kebidanan*, 2(2), 122–132. <https://jurnal.unw.ac.id/index.php/semnasbidan/article/view/1361/896>
- Amani, B., Merza, D., Savoy, C., Streiner, D., Bieling, P., Ferro, M. A., & Van Lieshout, R. J. (2021). Peer-Delivered Cognitive-Behavioral Therapy for Postpartum Depression: A Randomized Controlled Trial. *The Journal of Clinical Psychiatry*, 83(1), 21m13928. <https://doi.org/10.4088/JCP.21m13928>
- Audyna, J. A., Marcelina, L. A., Permatasari, I., & Kesehatan, F. I. (2022). *Hubungan Dukungan Suami dengan Depresi pada Ibu Postpartum saat Pandemi COVID-19 di Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo Jakarta Timur*. Universitas Pembangunan Nasional

- Veteran Jakarta. <https://repository.upnvj.ac.id/14243/2/AWAL.pdf>
- Chen, H., Chua, T. E., Lee, T. M. Y., Siak, E. J., Hong, L. F., Ch'ng, Y. C., Yasmin, H., Chee, C. Y. I., Mok, Y. M., Ong, S. H., Rajadurai, V. S., Teoh, T. G., Utravathy, V., Tan, K. H., & Tan, L. K. (2023). Consensus Statement on Singapore Perinatal Mental Health Guidelines on Depression and Anxiety. *Annals of the Academy of Medicine, Singapore*, 52(9), 467–475. <https://doi.org/10.47102/annals-acadmedsg.2023148>
- Cui, J., Li, M., Wei, Y., Li, H., He, X., Yang, Q., Li, Z., Duan, J., Wu, Z., Chen, Q., Chen, B., Li, G., Ming, X., Xiong, L., & Qin, D. (2022). Inhalation Aromatherapy Via Brain-Targeted Nasal Delivery: Natural Volatiles or Essential Oils on Mood Disorders. *Frontiers in Pharmacology*, 13, Article 860043. <https://doi.org/10.3389/fphar.2022.860043>
- Fatmawati, A., & Gartika, N. (2021). Hubungan Kondisi Psikososial dan Paritas dengan Kejadian Depresi Postpartum pada Ibu Remaja. *Faletahan Health Journal*, 8(1), 36–41. <https://doi.org/10.33746/fhj.v8i01.145>
- Greenhalgh, N. (2020). Postnatal Depression: Recognition and Diagnosis. *The Pharmaceutical Journal*. <https://pharmaceutical-journal.com/article/ld/postnatal-depression-recognition-and-diagnosis>
- Hidayati, N. O., Damarwulan, N., Safitrie, M., Sybromillsy, A., Jannah, N. H., Rosada, A., Suwito, D. A., Senja, N. D. M., & Rizkiawan, A. (2022). Efek Aktivitas Fisik terhadap Depresi Post-Partum: Studi Literatur. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 5(1), 10–16. <https://doi.org/10.32584/jikm.v5i1.1431>
- Ilham, I., Azniah, A., & Khalid, N. (2020). Hubungan antara Self-Efficacy Ibu Hamil dengan Potensi Kejadian Depresi di Puskesmas Batua Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 15(2), 124–128. <https://ojs.institutnh.ac.id/index.php/jikd/article/view/264>
- Lebel, C., MacKinnon, A., Bagshawe, M., Tomfohr-Madsen, L., & Giesbrecht, G. (2020). Elevated Depression and Anxiety Symptoms Among Pregnant Individuals During the COVID-19 Pandemic. *Journal of Affective Disorders*, 277, 5–13. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.07.126>
- Meng, J., Du, J., Diao, X., & Zou, Y. (2022). Effects of an Evidence-Based Nursing Intervention on Prevention of Anxiety and Depression in the Postpartum Period. *Stress and Health*, 38(4), 748–756. <https://doi.org/10.1002/smi.3125>
- Pramudianti, D. N., Fathony, Z., & Ulfa, B. (2020). Edukasi melalui Pendidikan Kesehatan pada Ibu Hamil tentang Pencegahan Depresi Postpartum. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 4(4), 490–497. <https://doi.org/10.31764/jmm.v4i4.2057>
- Veri, N., Lajuna, L., & Dewita, D. (2024). Pencegahan Depresi Postpartum: Review dan Rekomendasi. *Femina: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 4(2), 345–358. <https://doi.org/10.30867/femina.v4i2.765>
- Wardanah, H., & Feriani, P. (2021). Hubungan Dukungan Suami dengan Tingkat Depresi Ibu Postpartum di Puskesmas Trauma Center Samarinda. *Borneo Student Research*, 2(2), 771–777. <https://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/view/1521>
- Xiao, Z., Qiu, B., Guo, X., Zhong, T., & Wu, S. (2025). Effectiveness of Nursing Interventions in Promoting Maternal Mental Health During the Postpartum Period. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*, 63(10), 49–59. <https://doi.org/10.3928/02793695-20250415-01>
- Yuliani, V., & Rochmawati, R. (2023). Pengaruh Kelas Ibu Hamil terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Hamil Primigravida dalam Menghadapi Persalinan di Puskesmas Kedaung. *Journal of Midwifery and Health Research*, 1(2), 9–14. <https://doi.org/10.36743/jmhr.v2i1.475>