

Artikel Penelitian

## Hubungan Gejala Depresi Postpartum Dengan Efikasi Diri Menyusui Di Puskesmas Cipinang Besar Utara Tahun 2023

Yayu Retno Ningrum<sup>1</sup>, Yuni Istiananingsih<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Prodi Sarjana Kebidanan, Fakultas Kedokteran dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jakarta

<sup>2</sup>Prodi Sarjana Kebidanan, Fakultas Kedokteran dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jakarta

\*Corresponding author: [retnoningrumvayu@gmail.com](mailto:retnoningrumvayu@gmail.com)

### ABSTRACT

**Background.** Based on information provided by the World Health Organization (WHO), in developing countries, approximately 10 to 15 percent of mothers in the perinatal period (from pregnancy to a year after childbirth) experience depression. A systematic analysis of mental health issues among mothers in developing countries indicates that the incidence rate of mental disorders, including depression and anxiety, averages around 15.6 percent during pregnancy and 19.8 percent after childbirth. In Indonesia, about 22.4 percent of mothers are reported to experience depression after the childbirth process. **Objective.** This study aims to determine the relationship between postpartum depression symptoms and self-efficacy in breastfeeding mothers at North Cipinang Besar Health Center **Metode.** This study is a quantitative-oriented research that adopts a cross-sectional research design. The sampling method used is total sampling, where the entire population that meets the inclusion criteria becomes the study sample. The total number of samples involved is 96 respondents. Data collection is carried out through the respondents' completion of a questionnaire, and the data is analyzed using both univariate and bivariate approaches by applying chi-square analysis. To process the data, the statistical software SPSS is utilized. **Results.** The results of this study revealed that the characteristics of breastfeeding mothers in the working area of the North Cipinang Besar Public Health Center were mostly mothers aged > 35 (47.8%), most of the mothers did not work (82.5%), (89.5%) respondents have a high level of education, (78.1%) respondents with a history of normal delivery. The results of the study found that the majority of breastfeeding mothers were in the category of mild depressive symptoms with as much as 85%, while breastfeeding mothers with moderate depression were as much as 8.3%, and for the category of severe depressive symptoms n 5.2%, the results of the study found that 96 (100%) respondents with high self-efficacy and 0 (0%) with low self-efficacy. **Conclusion.** so that it can be concluded that there is a relationship between postpartum depression symptoms and self-efficacy in breastfeeding mothers.

**Keywords:** Depression, breastfeeding, self-efficacy

### **ABSTRAK**

**Latar belakang.** Latar Belakang. Berdasarkan informasi yang disediakan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), di negara-negara berkembang, sekitar 10 hingga 15 persen dari ibu yang berada dalam masa perinatal (dari saat hamil hingga setahun setelah melahirkan) mengalami depresi. Sebuah analisis sistematis mengenai masalah kesehatan mental pada ibu di negara-negara berkembang menunjukkan bahwa angka insiden gangguan mental, termasuk depresi dan kecemasan, rata-rata mencapai 15,6 persen selama masa kehamilan dan 19,8 persen setelah melahirkan. Di Indonesia, sekitar 22,4 persen ibu dilaporkan mengalami depresi setelah proses persalinan. **Tujuan.** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan gejala depresi pospartum dengan efikasi diri pada ibu menyusui di Puskesmas Cipinang Besar Utara **Metode.** Penelitian ini adalah sebuah penelitian berorientasi kuantitatif yang mengadopsi rancangan penelitian cross-sectional. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling, di mana seluruh populasi yang memenuhi kriteria inklusi menjadi sampel penelitian. Jumlah total sampel yang terlibat adalah 96 responden. Pengumpulan data dilakukan melalui pengisian kuesioner oleh responden dan data tersebut dianalisis menggunakan pendekatan univariat dan bivariat dengan menerapkan analisis chi-square. Untuk mengolah data, digunakan perangkat lunak statistik SPSS. **Hasil.** Hasil penelitian ini diketahui bahwa karakteristik ibu menyusui di wilayah kerja puskesmas cipinang besar utara sebagian besar umur ibu >35 sebesar (47,8%), sebagian besar ibu tidak bekerja sebanyak (82,5%), (89,5%) responden memiliki tingkat pendidikan tinggi, (78,1%) responden dengan riwayat persalinan normal. Hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar ibu menyusui di katagori gejala depresi ringan dengan sebanyak 85%, sedangkan ibu menyusui dengan katagori depresi sedang sebanyak 8,3%, dan untuk katagori gejala depresi berat n 5,2%, Hasil penelitian diketahui bahwa 96 (100%) responden dengan efikasi diri tinggi dan 0 (0%) dengan efikasi diri rendah.

**Kesimpulan.** sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara gejala depresi pospartum dengan efikasi diri pada ibu menyusui.

**Kata kunci:** *depresi, menyusui, efikasi diri*  
**PENDAHULUAN**

Depresi setelah melahirkan, yang juga dikenal sebagai depresi postpartum, adalah gangguan emosional yang dialami oleh ibu dan ditandai dengan fluktuasi mood yang cepat dan sering berubah, yang berkisar dari perasaan ringan dan sementara (dikenal sebagai "baby blues") hingga depresi psikotik yang parah dan memerlukan perawatan psikiatri. Sayangnya, gejala baby blues pada ibu sering kali diabaikan dan dianggap sebagai dampak kelelahan, sehingga sering tidak ditangani dengan serius. Padahal, tidak mengatasi kondisi ini dengan baik dapat berpotensi menyebabkan masalah yang lebih serius bagi ibu. (Ainaya, 2021).

Keadaan psikologis ibu memiliki dampak signifikan pada produksi Air Susu Ibu (ASI) karena situasi yang cenderung rentan terhadap kecemasan, stres, dan mungkin juga depresi dapat mengganggu proses laktasi, menghambat produksi ASI. Hal ini bisa menyebabkan terhambatnya keluarnya ASI. Tingkat stres yang lebih tinggi berkaitan dengan pengurangan stimulus hormon prolaktin, yang bertanggung jawab atas produksi ASI. Para ibu yang memberikan ASI secara eksklusif memiliki rasa keyakinan diri yang lebih kuat dalam kemampuan menyusui, dan ini berkorelasi secara negatif dengan skor EPDS dan PDSS. Dengan kata lain, semakin eksklusif pemberian ASI, semakin rendah risiko terkena depresi. (Ainaya, 2021). Dengan berlandaskan data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), di negara-negara berkembang, sekitar 10 hingga 15% ibu pada periode perinatal

## **HASIL**

### **1. Analisis Univariate**

(selama kehamilan hingga setahun setelah melahirkan) mengalami dampak depresi. Sebuah tinjauan sistematis juga mengungkapkan bahwa tingkat gangguan kesehatan mental seperti depresi dan gangguan kecemasan pada ibu di negara-negara berkembang mencapai angka rata-rata sekitar 15,6% selama masa kehamilan dan 19,8% setelah melahirkan. Di Indonesia, disebutkan bahwa sekitar 22,4% ibu mengalami kondisi depresi setelah melahirkan. (Pratiwi, 2019)

Berdasarkan uraian tersebut maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan Gejala Depresi Pospartum Dengan Efikasi Diri Menyusui Di Puskesmas Cipinang Besar Utara Tahun 2023.

## **METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan *Cross Sectional* untuk mengetahui hubungan gejala depresi postpartum dengan efikasi diri menyusui di puskesmas cipinang besar utara tahun 2023. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh ibu pospartum menyusui bayinya dengan usia usia 3 hari sampai 6 minggu, yaitu sebanyak 96 orang. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan lembar kuesioner, dan lembar *inform consent*. Sebelum mengisi kuesioner peneliti juga menjelaskan kepada responden cara mengisi kuesioner agar dapat dipahami dengan baik. Setelah melakukan penelitian, hasil data diolah menggunakan software SPSS dengan uji *Chi Square*.

*Tabel 1. Distribusi Frekuensi karakteristik Ibu Menyusui Pospartum*

No	karakteristik	katagori	Frekuensi	Persentase
			n	%
1	Umur	<20 tahun	5	5,2
		21-35tahun	45	46,9
		>35 tahun	46	47,9
2	Pekerjaan	IRT	79	82,5
		Bekerja	17	17,5
3	Pendidikan	Rendah	9	10,4
		Tinggi	87	89,5
4	Jenis persalianan	Normal	75	78,1
		Cesar	21	21,9

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 96 responden ibu menyusui, di ketahui umur ibu paling banyak di usia >35 tahun sebanyak 46 (47,9%) , dari seluruh responden sebagian besar ibu sebagai ibu rumah tangga 79 (82,5%) sebagian ibu

dengan setatus pendidikan tinggi sebanyak 87 (89,5%) responden, dan sebagian besar ibu dengan riwayat persalinan normal sebanyak 75 (78,1%).

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Variabel Gejala Depresi Pada Ibu Menyusui Pospartum

EPDS					
		Frequency	Percent	Valid percent	Cumulative percent
Valid	Depresi ringan	82	85.4	85.4	85.4
	Depresi sedang	9	9.4	9.4	94.8
	Depresi berat	5	5.2	5.2	100.0
	Total	96	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa ibu yang mengalami Gejala Depresi Ringan sebanyak 82 (85,4%) responden. Sedangkan Ibu yang mengalami Depresi Sedang sebanyak 9 (9,4%) responden, dan ibu yang mengalami Depresi Berat sebanyak 5 (5,2%) responden.

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Variabel Efikasi Diri Pada Ibu Menyusui Pospartum**

	Efikasi diri menyusui	frequency	Percent	Valid percent	Cumulative percent
Valid	tinggi	96	100.0	100.0	100.0
	rendah	0	0	0	0

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa semua responden memiliki efikasi diri yang tinggi sebanyak 96 (100%)

responden. Dan (0%) responden dengan efikasi diri rendah

**Tabel 4. Hubungan Gejala Depresi Pospartum Dengan Efikasi Diri Pada Ibu Menyusui (n=96)**

Gejala depresi	<u>Efikasi Diri Ibu Menyusui</u>				Total	Pvalue
	Tinggi		Rendah			
	N	%	N	%	N	%
Ringan	82	85	0	0	82	85,5
Sedang	8	8,3	1	1	9	9,3
Berat	5	5,2	0	0	5	5,2
<b>Total</b>	95	99	1	1	96	100

Berdasarkan tabel 4 di ketahui bahwa sebagian besar ibu menyusui di katagori gejala depresi ringan dengan kejadian efikasi diri tinggi sebanyak 85% , sedangkan ibu menyusui dengan katagori sedang sebanyak 8,3% dengan kejadian efikasi diri tinggi, 1% dengan keajdian efikasi diri rendah ,dan untuk katagori gejala depresi berat dengan kejadian efikasi diri berat sebanyak 5,2% dengan

kejadian efikasi diri tinggi,di ketahui bahwa nilai pvalue= 0,008. Hasil analisis ini memenuhi kriteria persyaratan hipotesis hubunga sehingga dapat di simpulkan bahwa terdapat hubungan antara gejala depresi pospartum dengan efikasi diri pada ibu menyusui.

## PEMBAHASAN

Penelitian ini memberikan hubungan antara gejala depresi pospartum dengan efikasi diri menyusui di wilayah kerja Puskesmas Cipinang Besar Utara, Jakarta Timur pada bulan Juli-Agustus 2023 disajikan dalam bentuk uraian sebagai berikut

### 1. Gejala Depresi postpartum

Berdasarkan analisis data hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu yang mengalami Gejala Depresi Ringan sebanyak (85,4%) responden. Sedangkan Ibu yang mengalami Depresi Sedang sebanyak (9,4%) responden, dan ibu yang mengalami Depresi Berat sebanyak (5,2%) responden.

Gejala depresi pospartum merupakan masalah kesehatan penting dan dapat terjadi pada kebanyakan perempuan pasca melahirkan. Kondisi psikologis ibu yang mengalami cemas merupakan salah satu gejala depresi yang akan mempengaruhi efikasi diri terhadap proses menyusui. Ibu dengan efikasi diri yang rendah akan menjadi salah satu faktor penghambat dalam menyusui bayinya, dan sebaliknya jika ibu dengan efikasi diri yang tinggi dapat membantu proses menyusui menjadi lancar (Sanjaya, Effendi, & Pribadi, 2021)

Kondisi psikologis ibu yang mengalami depresi akan mempengaruhi pada proses menyusui yaitu produksi ASI akan menurun. Ibu yang cemas akan lebih sedikit mengeluarkan ASI dibandingkan ibu yang tidak cemas, karena kecemasan dapat meningkatkan produksi dopamine di dalam tubuh sehingga bisa

menurunkan produksi prolaktin yang akan mempengaruhi produksi ASI (Sanjaya, Effendi, & Pribadi, 2021).

Dari data hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar dari responden mengalami Depresi Ringan sebanyak 82 (85,2%), sebagian besar usia responden yang mengalami depresi ringan >21 tahun mempunyai anak 1, dengan status persalinan normal, status pendidikan sebagian besar jenjang SMA sederajat dan sebagai ibu rumah tangga yang tidak memiliki beban kerja (ibu tidak bekerja) ini cenderung mengalami depresi ringan.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas ibu yang mengalami gejala depresi ringan di Puskesmas Cipinang Besar Utara memiliki usia di atas 21 tahun. Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa usia ibu yang lebih matang dan siap memiliki pengaruh terhadap gejala depresi pada ibu pasca melahirkan. Diketahui pula bahwa rentang usia ideal bagi perempuan untuk menikah dan melahirkan adalah antara 20 hingga 35 tahun. Kehamilan pada usia terlalu muda dapat menyebabkan risiko bagi kesehatan fisik dan mental ibu serta anak, baik selama masa kehamilan maupun saat persalinan. (Rusli, R.A, Mei yuntariningsih, & Warni, 2019)

Dari hasil penelitian ini, dapat dilihat bahwa sebanyak 79 ibu dari keseluruhan responden, atau sekitar 82,3%, merupakan ibu rumah tangga atau tidak bekerja. Hal ini menunjukkan bahwa ibu yang tidak bekerja memiliki potensi untuk

mengalami gejala depresi yang lebih ringan atau bahkan tidak mengalami depresi sama sekali. Faktor-faktor yang mempengaruhi ini adalah adanya waktu istirahat yang lebih cukup, fokus pikiran yang lebih besar pada bayi, serta peningkatan rasa lelah yang biasanya lebih dirasakan oleh ibu yang bekerja. Kelelahan fisik menjadi faktor penting yang dapat memicu munculnya gejala depresi pada ibu. Ibu yang hanya fokus pada mengurus bayi tanpa tambahan beban pekerjaan cenderung mengalami krisis situasi dan rentan terhadap gangguan depresi akibat rasa lelah dan keletihan yang mereka hadapi. Sementara itu, pada ibu yang bekerja, terdapat kemungkinan adanya tekanan yang lebih besar terhadap tanggung jawab ganda sebagai istri dan ibu, serta tuntutan dari pekerjaan yang harus dihadapinya. (Kumalasari & Hendawati, 2019).

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa pendidikan tinggi terbanyak dengan jumlah sebanyak 67 (69,8%) responden. Hasil penelitian (Hutagaol, 2019) menyatakan bahwa ibu yang berpendidikan tinggi umumnya memiliki pengetahuan lebih tentang peran sebagai ibu dalam merawat anak dan keluarga dengan keinginan ibu untuk memberikan perawatan yang terbaik pada bayinya sehingga ibu dengan tingkat pendidikan tinggi lebih kecil mengalami depresi.

Jenis persalinan, Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan riwayat persalinan normal sebanyak 75 (78,1%) responden. Ibu dengan riwayat melahirkan secara normal kemungkinan mengalami gejala depresi jauh lebih kecil di bandingkan dengan ibu dengan riwayat persalinan cesar, ibu dengan riwayat persalinan normal akan jauh lebih cepat masa penyembuhan di bandingkan ibu dengan riwayat persalinan cesar.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan teori bahwa ibu dengan usia yang matang, pendidikan yang mendukung, serta ibu dengan riwayat persalinan normal, kecil untuk mengalami depresi serta mampu percaya diri memberikan ASI eksklusif akan mempercepat adaptasi ibu dalam peran (Erfina, 2019).

Depresi postpartum tidak hanya mempengaruhi ibu dalam menyusui bayinya, bahkan dapat mempengaruhi hubungan antara ibu dengan keluarganya, dapat berdampak buruk pada emosi dan sosial bayi serta perkembangan perilaku dan kesejahteraan psikologisnya (Cato, 2019). Untuk mengatasi gejala depresi postpartum, ada beberapa langkah yang dapat diambil. Pertama, persiapkan diri dengan baik selama kehamilan untuk menghadapi masa nifas dengan lebih siap dan tanggap. Selanjutnya, penting untuk membuka komunikasi dengan orang-orang terdekat atau tenaga kesehatan untuk menyampaikan permasalahan atau pikiran yang ingin dibicarakan. Tidak ragu untuk berbicara mengenai rasa cemas yang mungkin dirasakan, karena

berbicara tentang hal ini bisa membantu mengurangi beban emosional. Sikap tulus dan ikhlas terhadap pengalaman sebagai ibu baru juga penting, serta berusaha menjalankan peran dengan sebaik mungkin. Memberikan diri waktu istirahat yang cukup untuk memulihkan energi juga perlu diperhatikan. Selain itu, hindari perubahan hidup yang terlalu drastis yang mungkin bisa menambah tingkat stres. Dengan mengambil langkah-langkah ini, diharapkan gejala depresi pospartum dapat dikelola dengan lebih baik.

## 2. Efikasi diri menyusui

Dari hasil penelitian di ketahui bahwa sebagian besar ibu menyusui di katagori gejala depresi ringan dengan kejadian efikasi diri tinggi sebanyak 85% , sedangkan ibu menyusui dengan katagori sedang sebanyak 8,3% dengan kejadian efikasi diri tinggi, 1% dengan keajdian efikasi diri rendah ,dan untuk katagori gejala depresi berat dengan kejadian efikasi diri berat sebanyak 5,2% dengan kejadian efikasi diri tinggi tingkat gejala depresi ringan terdapat 82 orang (85,5%) dengan efikasi diri tinggi. Hasil dari penelitian ini menunjukan bahwa keseluruhan responden dengan efikasi diri menyusui tinggi.

Efikasi diri menyusui merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam melakukan menyusui bayi. Keyakinan ini berperan penting dalam memotivasi individu untuk melakukan tindakan. Dalam hal ini, efikasi diri menyusui menjadi kekuatan yang memengaruhi cara seorang ibu merespons proses

menyusui, termasuk usaha dan pemikiran yang diberikan dalam menginisiasi dan menjalankan perilaku menyusui. Efikasi diri menyusui dipengaruhi oleh sejumlah faktor, seperti pengalaman masa lalu dalam menyusui, pengamatan pada orang lain yang berhasil menyusui, dorongan dan dukungan verbal dari pasangan atau keluarga, serta respon fisiologis seperti depresi, kecemasan, dan kelelahan. Semua faktor ini membentuk gambaran keseluruhan mengenai kemampuan dan keyakinan seorang ibu dalam melaksanakan praktik menyusui. (Khresheh & Ahmed, 2018).

Faktor psikologis berperan sentral dalam membentuk kepercayaan diri ibu dalam menyusui, termasuk keyakinan normatif, kepercayaan diri individu, pembelajaran sosial, dan keyakinan mengenai perilaku menyusui. Pada tingkat individual, karakteristik emosional atau "kualitas yang mencerminkan perasaan khas individu" telah terbukti menjadi faktor penentu utama dalam praktik menyusui. Kepercayaan diri, yaitu "keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk berhasil dalam situasi tertentu," juga memiliki peran penting dalam mengukuhkan upaya menyusui. Oleh karena itu, kemampuan untuk secara akurat mengukur tingkat keyakinan diri sangat berperan dalam mendorong keberhasilan dan kelancaran dalam praktik menyusui. (Brockway, Benzies, Carr, & Aziz, 2018).



Breastfeeding Self Efficacy pada ibu menyusui mencangkup riwayat persalinan, umur, pendidikan, dan pekerjaan (Noel-weiss, Rupp, Cragg, Bassett, & Woodend, 2019).

Dari hasil penelitian di ketahui bahwa sebagian besar ibu menyusui di Puskesmas Cipinang Besar Utara mengalami efikasi diri tinggi dengan usia <20 sampai >35 tahun sebanyak 100% , pada penelitian ini terlihat bahwa usi pada ibu tida mempengaruhi efikasi diri ibu menyusui bayi nya, hasil penelitian ini berhubungan dengan penelitian sebelumnya yang di lakukan oleh (Melinda, 2020) bahwa tidak ada hubungan antara usi ibu menyusui dengan efikasi diri.

Hasill penelitian ini menunjukkan bahwa 79 ibu dari keseluruhan responden merupakan ibu rumah tangga atau tidak bekerja, dan 17 ibu bekerja baik sebagai PNS, Karyawan Swasta, maupun Wiraswasta. Dari 79 ibu yang tidak bekerja dan 17 ibu yang bekerja di dapatkan asil bahwa keseluruhan ibu mengalami efikasi diri tinggi, pada penelitian ini terlihat bahwa pekerjaan ibu tidak mempengaruhi efikasi diri pada ibu menyusui. hasil penelitian ini berhubungan dengan penelitian sebelumnya yang di lakukan oleh (Melinda, 2020) bahwa tidak ada hubungan antara usia ibu

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu dengan setatus pendidikan tinggi dengan jumlah sebanyak 67 (89,5%) responden, dan 9(10,4%) responden dengan pendidikan

rendah, dari keseluruhan status pendidikan pada ibu didapatkan hasil bahwa keseluruhan ibu memiliki efikasi diri tinggi, pada penelitian ini terlihat bahwa pendidikan tidak mempengaruhi efikasi diri pada ibu menyusui.

Jenis persalian Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan riwayat persalinan normal sebanyak 75 (78,1%) responden dan 21 (21,9%) dengan riwayat persalinan cesar, dari hasil penelitian ini bahwa dari keseluruhan ibu baik dengan riwayat persalinan normal maupun cesar memiliki efikasi diri tinggi, pada penelitian ini dapat terlihat bahwa riwayat persalinan tidak mempengaruhi efikasi diri pada ibu menyusui.

Berdasarkan temuan dari penelitian ini, terlihat bahwa ibu yang memiliki tingkat efikasi diri menyusui yang tinggi memiliki kecenderungan untuk memberikan ASI eksklusif kepada bayi mereka. Hasil penelitian ini juga konsisten dengan teori yang mengemukakan bahwa ibu yang merasa mampu dan memiliki keyakinan diri dalam memberikan ASI eksklusif akan lebih cepat beradaptasi dengan peran barunya sebagai ibu, serta mengalami kepuasan dan kebahagiaan yang lebih besar. Menyusui dipandang sebagai fondasi awal dalam membina ikatan kasih sayang yang istimewa antara ibu dan bayi. (Erfina, 2019).

### **3. Hubungan gejala depresi dengan Efikasi diri ibu menyusui**

Hasil penelitian di ketahui bahwa sebagian besar ibu menyusui di katagori gejala depresi ringan dengan kejadian efikasi diri tinggi sebanyak 82%, ibu menyusui dengan katagori sedang sebanyak 8,3% dengan kejadian efikasi diri tinggi, 1% dengan keajdian efikasi diri rendah ,dan untuk katagori gejala depresi berat dengan kejadian efikasi diri berat sebanyak 5,2% dengan kejadian efikasi diri tinggi,di ketahui bahwa nilai pvalue= 0,008. Hasil analisis ini memenuhi kriteria persyaratan hipotesis hubunga sehingga dapat di simpulkan bahwa terdapat hubungan antara gejala depresi pospartum dengan efikasi diri pada ibu menyusui.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan dan Berdasarkan hasil penelitian oleh (Yohana et a., 2023) didapatkan dengan nilai pvalue 0,008 yang dimana <0,05.

Lailiyana & Sari (2021) mengatakan Masalah kesehatan yang signifikan dalam periode pasca melahirkan adalah gejala Depresi Postpartum yang dapat dialami oleh sebagian besar ibu. Depresi yang berlebihan pada ibu pasca melahirkan memiliki dampak negatif pada ibu itu sendiri dan juga pada bayi yang baru lahir. Wanita yang mengalami gangguan depresi pasca melahirkan cenderung merasakan suasana hati yang tertekan, kurang minat atau kegembiraan dalam melakukan aktivitas, perubahan nafsu makan, masalah tidur, serta kelemahan fisik

(Lailiyana & Sari, 2021). Di sisi lain, efikasi diri menyusui adalah keyakinan seorang wanita terhadap kemampuannya untuk menyusui bayinya. Rasa percaya diri ini pada dasarnya dapat meningkatkan motivasi dalam melaksanakan tugas menyusui. Efikasi diri menyusui memiliki peran penting dalam mengarahkan respons ibu dalam praktik menyusui, termasuk dalam upaya dan pikiran yang dilibatkannya dalam memulai serta menjalankan perilaku menyusui. Pengaruh efikasi diri ini terbentuk melalui pencapaian berdasarkan pengalaman sebelumnya dalam menyusui, pengamatan terhadap orang lain yang berhasil menyusui, dorongan dan dukungan verbal dari pasangan atau keluarga, serta tanggapan fisiologis yang terkait dengan kondisi emosi seperti depresi, kecemasan, dan kelelahan. (Botha, E. Dkk, 2020)

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Puskesmas Cipiang Besar Utara ini menunjukkan bahwa ibu yang mengalami gejala depresi ringan atau bisa di katakan tidak depresi memiliki kepercayaan diri tinggi dalam menyusui,dibandingkan dengan ibu gejala depresi berat.Penelitian ini menunjukkan bahwa gejala depresi pospatum merupakan suatu hal yang penting di perhatikan, karena ibu dengan gejala depresi akan mempengaruhi efikasi diri dalam menyusui bayi nya. Dengan cara bantuan dari dukungan suami, keluarga, orang tua bahkan mertua

dengan memberikan waktu istirahat yang cukup kepada ibu sehingga ibu tidak merasakan lelah yang berlebihan, peran suami yang bisa lebih bekerja sama dengan ibu dalam mengurus bayi.

#### SIMPULAN

1. Hasil penelitian di ketahui bahwa karakteristik ibu umur ,pekerjaan, pendidikan dan riwayat persalinan
2. Hasil penelitian di ketahui bahwa sebagian besar ibu menyusui di katagori gejala depresi ringan dengan sebanyak 85%,sedangkan ibu menyusui dengan katagori depresi sedang sebanyak 8,3%, dan untuk katagori gejala depresi berat n 5,2% di ketahui bahwa nilai pvalue= 0,008.
3. Hasil penelitian di ketahui bahwa 96 (100%) responden dengan efikasi diri tinggi dan 0 (0%) dengan efikasi diri rendah Sebagian besar ibu usia >20 dengan gejala depresi rendah
4. Berdasarkan hasil menunjukan terdapat hubungan antara gejala depresi ibu dengan efikasi diri ibu menyusui Wilayah Kerja Puskesmas Cipinang Besar Utara.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada ibu Yuni Istiananingsih,M.Keb selaku dosen pembimbing dalam artikel penelitian ini yang sudah meluangkan waktunya untuk membimbing, mengarahkan, dan memberikan kritik serta saran penulisan. Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam penulisan artikel ini. Saya berharap artikel penelitian ini dapat

bermanfaat bagi kepentingan akademik dan kepentingan masyarakat umum.

#### KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis menyatakan tidak memiliki konflik kepentingan, dan tidak ada afiliasi atau koneksi dengan entitas atau organisasi apapun yang dapat menimbulkan pertanyaan bias dalam diskusi dan kesimpulan naskah.

#### REFERENSI

- Anaya, H (2021). Hubungan Efikasi Diri Dengan Depresi Pospartum Di UPTD Puskesmas Bengetayu Semarang Jurnal ilmiah Kebidans, 2(3).
- Brockway, M., Benzies, K. M., Carr, E., & Aziz, K. (2018). Breastfeeding self-efficacy and breastmilk feeding for moderate and late preterm infants in the Family Integrated Care trial : a mixed methods proto ol, -11
- Erfina, E. et al. (2019) 'Exploring Indonesian adolescent women's healthcare needs as they transition to motherhood: A qualitative study', *Women and Birth*. doi: 10.1016/j.wombi.2019.02.007.
- Harumi, A. M. dan Kasiati, K. (2018) "Usia Resiko Tinggi dan Perdarahan Post Partum," *Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia (JIKI)*, 3(2), hal. 91. doi: 10.31290/jiki.v(3)i(2)y(2017).page: 91-95.

- Hikmah, N., Kartikasari, A. dan Russiska, N. (2021) "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Postpartum Bluesdi Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Kadugede," *Journal Of Public Health Inovation*, 01(02), Hal. 83–96.
- Sanjaya, R., Effendi, J., & Pribadi, A. (2021). hubungan kecemasan ibu dan dukungan suami dengan efikasi diri ibu untuk menyusui. *Midwifery Journal*, 6.
- Lailiyana, & Sari, S. I. P. (2021). Modul Pelatihan Penggunaan Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) Sebagai Alat Deteksi Dini Depresi Postpartum Bagi Bidan. Pekanbaru:Natika.
- Latifah, A. (2021). Hubungan Depresi Post Partum Terhadap Pengeluaran Asi Di Rumah Sakit Ibu Dan Anak Campaka Putih Surabaya. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 7(1).
- Silitonga, J. M., & Laela, S. (2022). Pelatihan Dan Pendampingan Kader Tentang Asi Eksklusif Dan Cara Menyusui Yang Tepat Di Puskesmas Kelurahan Cipinang Besar Utara, Jakarta Timur. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 5(10), 3690–3696.
- Botha, E. Dkk. (2020) "Mothers' Parenting Self-Efficacy, Satisfaction and perceptions of their infants during the first days postpartum," *Midwifery*. Elsevier Ltd, 88, hal. 102760. doi: 10.1016/j.midw.2020.102760.