

SCOPING REVIEW: EFEKTIVITAS DUKUNGAN SUAMI TERHADAP KESEHATAN MENTAL IBU NIFAS

Khilda Durrotun Nafisah^{1*}, Roiful Fatah², Yasmin³

^{1,2,3} Program Studi S1 Kebidanan, Perguruan Tinggi Ilmu Kesehatan Rustida, Banyuwangi

*khildadurrotunnafisah@stikesrustida.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang: Masa nifas merupakan periode transisi yang rentan terhadap gangguan kesehatan mental, terutama depresi postpartum. Salah satu faktor yang berperan dalam menjaga kesehatan mental ibu adalah dukungan suami. Namun, bukti ilmiah mengenai efektivitas dukungan suami masih tersebar dalam berbagai penelitian sehingga perlu dipetakan secara komprehensif. **Tujuan:** Mengidentifikasi dan memetakan bukti ilmiah mengenai efektivitas dukungan suami terhadap kesehatan mental ibu nifas. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode scoping review dengan mengacu pada kerangka Arksey dan O'Malley yang disempurnakan oleh Joanna Briggs Institute (JBI) serta mengikuti pedoman PRISMA-ScR. Pencarian literatur dilakukan pada empat basis data, yaitu PubMed, ScienceDirect, Wiley Online Library, dan EBSCOhost untuk artikel yang diterbitkan tahun 2020–2025. Dari 2.312 artikel yang ditemukan, sembilan artikel memenuhi kriteria inklusi dan dianalisis melalui proses data charting. **Hasil:** Seluruh artikel menunjukkan bahwa dukungan suami berhubungan dengan kesehatan mental ibu nifas, terutama dalam menurunkan risiko depresi postpartum, meningkatkan adaptasi psikologis, memperbaiki kualitas tidur, dan meningkatkan kesejahteraan psikologis. Bentuk dukungan yang paling berpengaruh meliputi dukungan emosional, instrumental, informasional, dan penghargaan. Selain dukungan suami, kesehatan mental ibu juga dipengaruhi oleh faktor usia, status sosial ekonomi, riwayat gangguan psikologis, komplikasi obstetri, dan kualitas hubungan keluarga. **Kesimpulan:** Dukungan suami merupakan faktor protektif yang penting dalam menjaga kesehatan mental ibu nifas. Pelibatan aktif suami dalam pelayanan kesehatan maternal perlu ditingkatkan melalui edukasi dan konseling sebagai upaya promotif dan preventif untuk mendukung kesehatan mental ibu postpartum.

Kata kunci: Depresi postpartum, Dukungan suami, Ibu nifas, Kesehatan mental, Scoping review.

PENDAHULUAN

Masa nifas (*postpartum*) merupakan periode transisi fisiologis dan psikologis yang kompleks bagi seorang perempuan setelah proses persalinan. Selain harus beradaptasi dengan perubahan hormonal, fisik, dan peran barunya sebagai ibu, perempuan pada masa ini juga rentan mengalami gangguan kesehatan mental,

mulai dari *postpartum blues*, kecemasan, hingga depresi *postpartum* (1). Kondisi ini bukan sekadar fenomena emosional sementara, melainkan masalah kesehatan masyarakat global yang berdampak luas terhadap kualitas hidup ibu, kelekatan (*bonding*) ibu dan bayi, keberhasilan pemberian ASI eksklusif, serta tumbuh kembang anak dalam jangka panjang (2).

Secara global, prevalensi depresi *postpartum* diperkirakan berkisar antara 17% hingga 20% dari seluruh ibu pascamelahirkan, dengan variasi yang cukup besar antarnegara dan antarwilayah (3). Angka ini bahkan cenderung lebih tinggi pada negara berkembang, di mana rata-rata terbobot gangguan kesehatan mental pada masa perinatal mencapai 15,6% selama kehamilan dan 19,8% setelah melahirkan, jauh melampaui angka di negara maju yang berkisar antara 7,4–13% (4). Di kawasan Asia Tenggara, termasuk Indonesia, situasinya bahkan lebih memprihatinkan; beberapa laporan mencatat angka kejadian depresi *postpartum* di negara-negara Asia berkisar 26–85%, sedangkan di Indonesia sendiri dilaporkan mencapai 50–70% pada kelompok populasi tertentu (5). Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 turut menegaskan bahwa depresi *postpartum* masih menjadi masalah kesehatan maternal yang signifikan secara nasional, namun kerap tidak terdiagnosis dan tidak tertangani secara optimal, terutama pada kelompok ibu dengan tingkat pendidikan rendah, status ekonomi terbatas, serta dukungan sosial yang minim.

Tingginya angka gangguan kesehatan mental pada ibu nifas ini tidak dapat dilepaskan dari berbagai faktor risiko yang saling berkaitan, mulai dari faktor biologis (perubahan hormonal pascasalin), faktor obstetri (jenis persalinan, komplikasi kehamilan, paritas), hingga faktor

psikososial seperti kesiapan psikologis, kekerasan dalam rumah tangga, dan yang tidak kalah penting yaitu dukungan sosial dari lingkungan terdekat, khususnya suami (6). Suami, sebagai pasangan dan mitra terdekat ibu, memiliki peran strategis dalam proses adaptasi psikologis pascasalin. Dukungan suami yang dimaksud dapat berupa dukungan emosional (empati, kehadiran, dan perhatian), dukungan instrumental (bantuan pekerjaan rumah tangga dan perawatan bayi), dukungan informasional (pemberian informasi terkait perawatan nifas), maupun dukungan penilaian (apresiasi terhadap peran ibu) (7). Berbagai penelitian empiris menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara dukungan suami dengan kejadian gangguan kesehatan mental pada ibu nifas. Studi Eslahi et al. (2021) pada ibu primipara di Iran menemukan bahwa dukungan sosial suami yang rendah pada masa pascasalin berkorelasi signifikan dengan peningkatan risiko depresi *postpartum*. Temuan serupa juga dilaporkan pada konteks Indonesia, di mana ibu nifas yang mempersepsikan dukungan suaminya rendah cenderung memiliki risiko lebih tinggi mengalami *postpartum blues* maupun depresi *postpartum* dibandingkan ibu dengan dukungan suami yang optimal (8) (9) (10). Dukungan suami bahkan diketahui berperan penting dalam proses adaptasi psikologis ibu nifas secara menyeluruh, tidak hanya menurunkan risiko gangguan

mood, tetapi juga meningkatkan rasa percaya diri ibu dalam menjalankan peran barunya (11).

Meskipun bukti-bukti ilmiah mengenai peran dukungan suami terhadap kesehatan mental ibu nifas terus berkembang, kajian yang secara komprehensif memetakan cakupan, jenis, metode pengukuran, serta konsistensi temuan penelitian mengenai topik ini masih terbatas. Sebagian besar penelitian yang ada bersifat studi tunggal dengan desain cross-sectional pada populasi dan instrumen pengukuran yang beragam, sehingga sulit untuk menarik gambaran yang utuh mengenai sejauh mana efektivitas dukungan suami dalam mencegah maupun menurunkan gangguan kesehatan mental pada ibu nifas. Belum tersedia pula pemetaan literatur yang secara khusus mengidentifikasi bentuk-bentuk dukungan suami yang paling efektif, periode waktu pemberian dukungan yang paling berpengaruh, serta kesenjangan penelitian yang perlu ditindaklanjuti pada masa mendatang.

Berdasarkan uraian tersebut, diperlukan suatu kajian yang mampu memetakan secara sistematis dan komprehensif bukti-bukti ilmiah terkini mengenai efektivitas dukungan suami terhadap kesehatan mental ibu nifas. Pendekatan *scoping review* dipilih karena mampu mengidentifikasi cakupan, jenis, dan karakteristik literatur yang ada secara luas, termasuk mengidentifikasi kesenjangan penelitian (*research gap*),

tanpa dibatasi oleh kriteria metodologis yang terlalu ketat sebagaimana pada *systematic review* konvensional. Melalui *scoping review* ini, diharapkan dapat diperoleh gambaran yang komprehensif mengenai bentuk, mekanisme, dan efektivitas dukungan suami terhadap kesehatan mental ibu nifas, sehingga dapat menjadi dasar pengembangan intervensi keperawatan maternitas dan kebijakan pelayanan kesehatan ibu yang lebih berorientasi pada keterlibatan pasangan (suami) sebagai bagian integral dari asuhan pascasalin.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *scoping review* untuk memetakan bukti ilmiah mengenai efektivitas dukungan suami terhadap kesehatan mental ibu nifas. *Scoping review* dipilih karena mampu mengidentifikasi, mengelompokkan, dan mensintesis berbagai hasil penelitian yang telah dipublikasikan sehingga memberikan gambaran yang komprehensif mengenai bentuk dukungan suami serta pengaruhnya terhadap kesehatan mental ibu pada masa nifas. Pelaksanaan penelitian mengacu pada kerangka kerja Arksey dan O'Malley yang telah disempurnakan oleh Joanna Briggs Institute (JBI) serta mengikuti pedoman pelaporan PRISMA-ScR.

Tahap 1. Identifikasi Pertanyaan Penelitian

Tahap pertama dilakukan dengan menyusun pertanyaan penelitian menggunakan kerangka PEO (*Population, Exposure, Outcome*). Populasi dalam penelitian ini adalah ibu pada masa nifas (*postpartum women*), dengan paparan berupa dukungan suami (*husband support/spousal support*), serta luaran berupa kesehatan mental ibu nifas yang meliputi depresi *postpartum*, kecemasan, stres, kesejahteraan psikologis, dan adaptasi psikologis. Berdasarkan kerangka tersebut, pertanyaan penelitian dirumuskan sebagai berikut: "Bagaimana efektivitas dukungan suami terhadap kesehatan mental ibu nifas berdasarkan bukti ilmiah yang tersedia?"

Tahap 2. Identifikasi Studi yang Relevan

Pencarian literatur dilakukan secara sistematis melalui empat basis data elektronik, yaitu *PubMed*, *ScienceDirect*, *Ebsco* dan *Wiley Online Library*. Strategi pencarian menggunakan kombinasi kata kunci dan Boolean operator (AND dan OR), antara lain:

("husband support" OR "spousal support" OR "partner support" OR "social support") AND ("postpartum women" OR "postnatal mother" OR "puerperium") AND ("mental health" OR "postpartum depression" OR "anxiety" OR "psychological well-being").

Pencarian dibatasi pada artikel yang diterbitkan selama lima tahun terakhir (2020–2025), tersedia dalam bentuk full

text, merupakan artikel penelitian asli (*original research*), dan diterbitkan dalam bahasa Inggris maupun bahasa Indonesia.

Tahap 3. Seleksi Studi

Seleksi artikel dilakukan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Hasil pencarian dari empat basis data memperoleh 2.312 artikel, terdiri atas 987 artikel dari *PubMed*, 1.123 artikel dari *ScienceDirect*, 124 artikel dari *Wiley Online Library*, dan 78 artikel dari *EBSCOhost*. Selanjutnya, artikel diekspor ke *Mendeley* untuk menghapus duplikasi, kemudian diseleksi berdasarkan judul, abstrak, dan full text. Artikel yang memenuhi kriteria inklusi dianalisis lebih lanjut melalui proses data charting. Seluruh proses seleksi disajikan dalam diagram alur *PRISMA-ScR*.

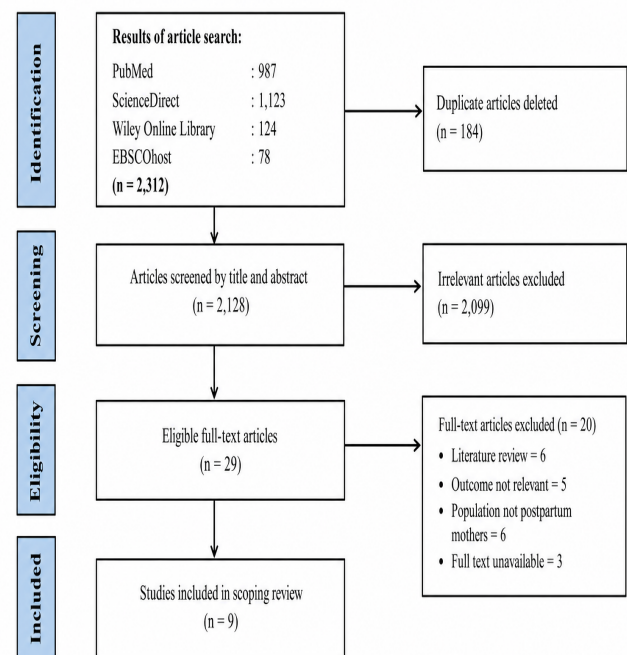


Figure 1. PRISMA-ScR Flow Diagram

Tahap 4: Charting Data

Penulis/Tahun	Permasalahan	Metode Penelitian	Hasil
(12)	Depresi postpartum masih menjadi masalah kesehatan ibu dengan prevalensi yang cukup tinggi di Indonesia. Kejadian depresi postpartum dipengaruhi oleh berbagai faktor, terutama karakteristik ibu (usia) dan dukungan suami. Penelitian bertujuan menganalisis perbedaan tingkat depresi postpartum berdasarkan usia ibu dan dukungan suami.	Jenis penelitian: Kuantitatif. Desain: <i>Cross-sectional</i> . Lokasi: Puskesmas Gading dan Simomulyo, Surabaya. Populasi: 209 ibu postpartum. Sampel: 70 responden (simple random sampling). Instrumen: EPDS dan kuesioner dukungan suami. Analisis: Univariat dan bivariat.	Usia ibu dan dukungan suami berhubungan signifikan dengan depresi postpartum ($p=0,014$; $p=0,000$).
(13)	Masa postpartum merupakan periode adaptasi fisik dan psikologis yang meningkatkan risiko depresi postpartum. Dukungan suami diduga menjadi faktor protektif dalam mencegah depresi postpartum.	Jenis penelitian: Kuantitatif. Desain: <i>Cross-sectional</i> . Lokasi: Kota Bandung. Sampel: 108 ibu postpartum (<i>consecutive sampling</i>). Instrumen: EPDS dan PPSS.	Dukungan suami berhubungan signifikan dengan penurunan risiko depresi postpartum ($p<0,001$).
(9)	Depresi postpartum dapat berdampak buruk pada ibu, bayi, dan keluarga. Salah satu faktor yang memengaruhi kejadian depresi postpartum adalah dukungan suami.	Jenis penelitian: Kuantitatif korelasional. Desain: <i>Cross-sectional</i> . Lokasi: Posyandu Klinik Bersalin Ibu Nurhasanah, Ungaran. Sampel: 50 wanita postpartum (<i>purposive sampling</i>). Instrumen: Skala Dukungan Suami dan BDI.	Terdapat hubungan negatif yang sangat kuat ($r=-0,842$; $p<0,01$); kontribusi dukungan suami sebesar 71%.
(14)	Dukungan sosial pasangan merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi kondisi psikologis ibu dengan depresi postpartum, namun belum banyak dievaluasi di Indonesia.	Jenis penelitian: Kuantitatif. Desain: Deskriptif <i>cross-sectional</i> . Lokasi: Empat Puskesmas di Sleman, Yogyakarta. Sampel: 102 ibu postpartum dengan skor EPDS ≥ 13 (<i>convenience sampling</i>). Instrumen: EPDS dan PDPI-R. Analisis: Statistik deskriptif.	Sebagian besar ibu mengalami depresi postpartum tingkat sedang (75,5%). Mayoritas memperoleh dukungan emosional, dukungan perawatan bayi, bantuan rumah tangga, dan dukungan pasangan dalam kategori tinggi. Dukungan pasangan berperan penting dalam menurunkan depresi postpartum.
(15)	Ibu dengan status sosial ekonomi rendah dan ibu migran memiliki risiko depresi postpartum yang lebih tinggi.	Jenis penelitian: Kuantitatif. Desain: Kohort prospektif. Lokasi: Prancis. Sampel: 14.587 ibu. Instrumen: EPDS, indikator status sosial ekonomi, dan instrumen dukungan sosial. Analisis: CFA, regresi, dan multiple mediation analysis.	Dukungan pasangan selama kehamilan menurunkan skor depresi postpartum sekitar 8% pada ibu non-migran dan 11% pada ibu migran generasi pertama. Dukungan pasangan terbukti memediasi hubungan antara status sosial ekonomi dan depresi postpartum.
(16)	Depresi postpartum dipengaruhi oleh interaksi	Jenis penelitian: Kuantitatif. Desain: Kohort prospektif	Insidensi depresi postpartum sebesar 18,1%

Penulis/Tahun	Permasalahan	Metode Penelitian	Hasil
	faktor genetik, riwayat psikiatri, trauma masa kecil, serta faktor sosial dan obstetri.	longitudinal. Lokasi: Prancis. Sampel: 3.310 ibu hamil. Instrumen: EPDS, HADS, DIGS, CTQ, Brief COPE, Paykel Life Events Scale, data obstetri dan genetik. Analisis: Analisis longitudinal serta analisis interaksi genetik dan lingkungan.	pada tahun pertama setelah persalinan. Riwayat gangguan psikiatri, trauma masa kecil, stres selama kehamilan, komplikasi obstetri, dan faktor genetik meningkatkan risiko depresi <i>postpartum</i> .
(17)	Masa <i>postpartum</i> merupakan periode transisi yang rentan terhadap gangguan kesehatan mental, termasuk depresi <i>postpartum</i> . Kurangnya dukungan suami menjadi salah satu faktor yang meningkatkan risiko gangguan psikologis ibu nifas.	Jenis penelitian: Kuantitatif. Desain: Survey analitik (cross-sectional). Lokasi: PMB Tri Utami, Kota Semarang. Waktu: November–Desember 2024. Sampel: 30 ibu <i>postpartum</i> menggunakan random sampling. Instrumen: EPDS. Analisis: Univariat dan bivariat menggunakan uji <i>Chi-Square</i> .	Dukungan suami berhubungan signifikan dengan kesehatan mental ibu <i>postpartum</i> ($p=0,032$).
(18)	Tingginya angka kejadian depresi <i>postpartum</i> memberikan dampak yang serius terhadap kesehatan ibu sehingga diperlukan upaya pencegahan. Salah satu faktor yang diduga berperan adalah dukungan sosial dari suami.	Jenis penelitian: Kuantitatif korelasional. Desain: <i>Cross-sectional</i> . Lokasi: RSUD Salatiga. Sampel: 38 ibu <i>postpartum</i> dengan purposive sampling. Instrumen: SPS untuk dukungan sosial suami dan EPDS untuk depresi <i>postpartum</i> . Analisis: <i>Pearson Product Moment</i> dan regresi linier sederhana.	Dukungan sosial suami berhubungan negatif dengan depresi <i>postpartum</i> ($r=-0,344$; $p=0,017$).
(19)	Depresi <i>postpartum</i> (PPD) dan gangguan tidur merupakan masalah kesehatan yang sering dialami ibu setelah melahirkan. Faktor-faktor keluarga seperti kepuasan pernikahan, hubungan dengan ibu mertua, dan dukungan sosial diduga berperan dalam menurunkan risiko PPD dan gangguan tidur, namun hubungan di antara faktor-faktor tersebut belum dipahami secara komprehensif.	Jenis penelitian: Kuantitatif. Desain: <i>Cross-sectional</i> dengan path analysis. Lokasi: Tiongkok. Sampel: 817 ibu <i>postpartum</i> usia 6 minggu setelah persalinan. Instrumen: EPDS, PSQI, SSRS, kuesioner kepuasan pernikahan, dan penilaian hubungan dengan ibu mertua. Analisis: Statistik deskriptif, uji <i>Chi-square</i> , korelasi Pearson, dan path analysis menggunakan Mpl us 7.0.	Dukungan sosial, kepuasan pernikahan, dan hubungan baik dengan ibu mertua menurunkan depresi <i>postpartum</i> serta memperbaiki kualitas tidur.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dukungan Suami terhadap Depresi *Postpartum*

Sintesis terhadap sembilan artikel yang dikaji secara konsisten menunjukkan bahwa dukungan suami merupakan faktor protektif yang sangat berperan dalam

menjaga kesehatan mental ibu selama masa nifas, khususnya dalam menekan risiko depresi *postpartum*. Hampir seluruh studi yang direview melaporkan adanya hubungan yang bermakna antara tingkat dukungan suami dan kondisi psikologis ibu

pascapersalinan, dengan pola yang seragam: semakin tinggi dukungan yang diterima, semakin rendah kecenderungan ibu mengalami depresi *postpartum* maupun gangguan psikologis lainnya.

Penelitian Handini dan Puspitasari (2021) membuktikan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan suami dan kejadian depresi *postpartum* ($p=0,000$), di mana ibu dengan dukungan suami yang baik menunjukkan tingkat depresi yang jauh lebih rendah (12). Temuan ini diperkuat oleh Herliyanti *et al.* (2025), yang melaporkan hubungan signifikan serupa ($p<0,001$), sekaligus menegaskan bahwa keterlibatan suami selama masa nifas memberi rasa aman, kenyamanan emosional, dan mempermudah proses adaptasi ibu terhadap perubahan fisik maupun psikologis pascamelahirkan (13).

Kekuatan hubungan ini bahkan tampak lebih jelas pada penelitian Annisa dan Natalia (2023), yang menemukan korelasi negatif yang sangat kuat antara dukungan suami dan depresi *postpartum* ($r=-0,842$; $p<0,01$), dengan kontribusi dukungan suami mencapai 71% terhadap penurunan kejadian depresi *postpartum* angka yang menegaskan bahwa dukungan pasangan adalah salah satu determinan utama kesehatan mental ibu nifas (9). Sejalan dengan itu, kajian oleh Audyna *et al.* (2022) pada masa pandemi COVID-19 turut menemukan bahwa dukungan suami berhubungan erat dengan kejadian depresi

pada ibu *postpartum*, memperkuat konsistensi bukti bahwa dukungan pasangan tetap relevan bahkan dalam kondisi krisis kesehatan masyarakat (20).

Temuan-temuan ini sejalan dengan teori dukungan sosial yang memposisikan pasangan sebagai sumber dukungan primer selama masa transisi menjadi orang tua. Kehadiran suami membantu meringankan beban psikologis ibu melalui rasa aman, perhatian, empati, dan keterlibatan aktif dalam peran keibuan, sehingga kemampuan koping ibu meningkat dan risiko depresi *postpartum* dapat ditekan.

Bentuk Dukungan Suami yang Berpengaruh terhadap Kesehatan Mental Ibu

Dukungan suami tidak berdiri sebagai kehadiran fisik semata, melainkan terwujud dalam empat bentuk yang saling melengkapi: dukungan emosional, instrumental, informasional, dan penghargaan. Kombinasi keempatnya terbukti memberi dampak positif signifikan terhadap kesehatan mental ibu nifas.

Dukungan emosional berupa perhatian, kasih sayang, empati, dan komunikasi yang hangat merupakan bentuk dukungan yang paling sering dirasakan ibu selama masa nifas dan berkontribusi langsung terhadap rendahnya tingkat depresi *postpartum*. Dukungan instrumental, seperti membantu merawat bayi, mengerjakan pekerjaan rumah tangga, serta menemani kontrol kesehatan,

berperan mengurangi kelelahan fisik dan tekanan psikologis ibu, sehingga proses adaptasi pascapersalinan menjadi lebih ringan.

Dukungan informasional juga memegang peran penting dalam mempersiapkan ibu menghadapi masa nifas. Suami yang aktif mencari informasi tentang perawatan ibu dan bayi akan lebih siap memberi motivasi serta membantu pengambilan keputusan yang tepat selama masa pemulihan. Sementara itu, dukungan penghargaan berupa apresiasi terhadap peran ibu meningkatkan rasa percaya diri dan memperkuat kesiapan ibu menjalankan peran barunya.

Dengan demikian, efektivitas dukungan suami tidak semata ditentukan oleh kuantitas bantuan yang diberikan, melainkan oleh kualitas interaksi, komunikasi, dan keterlibatan suami secara berkelanjutan selama proses adaptasi *postpartum*.

Dukungan Suami dalam Adaptasi Psikologis Ibu Nifas

Masa nifas adalah periode transisi yang menuntut kemampuan adaptasi fisik sekaligus psikologis, dan dukungan suami terbukti menjadi salah satu penentu keberhasilan proses tersebut. Penelitian Istiana dan Cahyati (2025) menemukan hubungan signifikan antara dukungan suami dan kesehatan mental ibu *postpartum* ($p=0,032$), di mana ibu dengan dukungan optimal menunjukkan kondisi psikologis

yang lebih stabil dibandingkan ibu dengan dukungan rendah (17).

Hasil ini selaras dengan penelitian Qi *et al.* (2022), yang menunjukkan bahwa dukungan sosial, kepuasan pernikahan, dan hubungan keluarga yang harmonis mampu menurunkan depresi *postpartum* sekaligus memperbaiki kualitas tidur ibu indikator penting kesehatan mental *postpartum*, mengingat gangguan tidur kerap menjadi pemicu munculnya depresi dan kecemasan. Dukungan suami juga meningkatkan kesejahteraan psikologis ibu melalui penguatan rasa percaya diri dalam menjalankan peran sebagai orang tua; ketika ibu merasa dihargai dan tidak menanggung beban pengasuhan seorang diri, kemampuan adaptasi psikologisnya meningkat dan pemulihan pascapersalinan berlangsung lebih optimal.

Faktor Lain yang Memengaruhi Kesehatan Mental Ibu Nifas

Meski dukungan suami menjadi faktor yang paling dominan dan konsisten, kesehatan mental ibu nifas tetap dipengaruhi oleh berbagai faktor lain yang saling berinteraksi. Kajian oleh Cho *et al.* (2022) menegaskan bahwa lemahnya dukungan sosial secara umum tidak terbatas pada pasangan turut berkontribusi terhadap munculnya depresi *postpartum*, sementara hubungan pernikahan yang kurang harmonis memperbesar risiko tersebut (21).

Penelitian Tebeka *et al.* (2021) menambahkan bahwa riwayat gangguan psikiatri, trauma masa kecil, stres selama kehamilan, komplikasi obstetri, dan faktor genetik merupakan determinan penting lain dari depresi *postpartum* menegaskan sifat gangguan ini yang multifaktorial dan tidak dapat direduksi pada satu penyebab tunggal (19). Usia ibu juga ditemukan berhubungan dengan depresi *postpartum* pada penelitian Handini dan Puspitasari (2021), berkaitan dengan tingkat kematangan psikologis dan kesiapan menghadapi peran baru sebagai orang tua (12).

Oleh karena itu, pencegahan gangguan kesehatan mental ibu nifas perlu dilakukan secara komprehensif, dengan mempertimbangkan faktor biologis, psikologis, sosial, ekonomi, sekaligus dukungan keluarga secara menyeluruh.

Implikasi Dukungan Suami terhadap Pelayanan Kesehatan Maternal dan Pendidikan Kesehatan

Hasil scoping review ini menegaskan bahwa keterlibatan suami seharusnya menjadi bagian integral dari pelayanan kesehatan maternal, sejak masa kehamilan hingga nifas. Selama ini pelayanan kesehatan cenderung berfokus pada ibu, sementara potensi keterlibatan suami belum dioptimalkan secara sistematis dalam program edukasi maupun konseling.

Edukasi kesehatan kepada suami mengenai perubahan psikologis *postpartum*, tanda-tanda awal depresi *postpartum*,

teknik komunikasi yang efektif, serta cara memberikan dukungan emosional dan instrumental perlu diintegrasikan ke dalam pelayanan antenatal maupun postnatal. Pendekatan edukatif ini diharapkan meningkatkan kesiapan suami dalam mendampingi istri selama masa transisi menjadi orang tua, sekaligus menumbuhkan kesadaran bahwa peran suami bukan sekadar pelengkap, melainkan bagian aktif dari proses pemulihan ibu.

Tenaga kesehatan juga memiliki peran strategis dalam melakukan skrining dini kesehatan mental ibu dan mengidentifikasi ibu dengan tingkat dukungan suami yang rendah, agar intervensi dapat diberikan sesegera mungkin. Pelibatan suami dalam kelas ibu hamil, konseling keluarga, dan kunjungan nifas berpotensi besar meningkatkan efektivitas pencegahan depresi *postpartum* sekaligus memperkuat literasi kesehatan mental di lingkungan keluarga.

Secara keseluruhan, hasil scoping review ini menegaskan bahwa dukungan suami merupakan salah satu faktor yang paling konsisten berhubungan dengan kesehatan mental ibu nifas. Dukungan emosional, instrumental, informasional, dan penghargaan yang diberikan secara optimal terbukti menurunkan risiko depresi *postpartum*, meningkatkan adaptasi psikologis, memperbaiki kualitas tidur, serta meningkatkan kesejahteraan psikologis ibu pascapersalinan. Temuan ini menegaskan

pentingnya edukasi dan keterlibatan aktif suami sebagai bagian dari strategi pelayanan kesehatan maternal yang berorientasi pada keluarga.

KESIMPULAN

Scoping review ini menunjukkan bahwa dukungan suami berperan penting dalam menjaga kesehatan mental ibu nifas. Dukungan emosional, instrumental, informasional, dan penghargaan terbukti berkontribusi dalam menurunkan risiko depresi *postpartum* serta meningkatkan adaptasi psikologis dan kesejahteraan ibu. Oleh karena itu, keterlibatan aktif suami perlu diintegrasikan dalam pelayanan kesehatan maternal sebagai upaya promotif dan preventif untuk mendukung kesehatan mental ibu pada masa nifas.

SARAN

Tenaga kesehatan diharapkan meningkatkan pelibatan suami dalam pelayanan antenatal dan postnatal melalui edukasi serta konseling mengenai kesehatan mental ibu nifas. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal atau intervensi untuk mengevaluasi efektivitas program keterlibatan suami dalam meningkatkan kesehatan mental ibu *postpartum*.

DAFTAR PUSTAKA

1. Berg AIVDZ Den, Boere-boonekamp MM, Catharina G, Groothuis-oudshoorn M, Reijneveld SA. Postpartum depression and anxiety: a community-based study on risk factors before , during and after pregnancy. *J Affect Disord.* 2021;286(January):158–65.
2. Fitriani Hery; Nurhidayati, Nurhidayati ISE. Riwayat Kehamilan Pada Depresi Postpartum Dari Konteks Kasus Global: Systematic Review. *J Sains Kebidanan* [Internet]. 2024;(Vol. 6 No. 1 (2024): MEI 2024):26–35. Available from: <https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/JSK/article/view/11423/8175>
3. Wang Z, Liu J, Shuai H, Cai Z, Fu X, Liu Y, et al. Mapping global prevalence of depression among postpartum women. *Transl Psychiatry.* 2021;(September):1–24.
4. Roddy Mitchell A, Gordon H, Lindquist A, Walker SP, Homer CSE, Middleton A, et al. Prevalence of Perinatal Depression in Low- and Middle-Income Countries: A Systematic Review and Meta-analysis. *JAMA Psychiatry* [Internet]. 2023 May 1;80(5):425–31. Available from: <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2023.0069>
5. Mustofa A, Hapsari AN, Nabiila A, Putri AK, Nurissyita AM, Catur E. Faktor Risiko Depresi Pasca Persalinan di Negara-negara Asia Tenggara Secara umum definisi dari depresi postpartum menurut American Pshyciatric Assosiacion ' s , Diagnostic and Statistical tanda atau gejala gangguan depresi , mood , global sekitar 13 %. *Medica Arter.* 2021;3(2):62–7.
6. Rachim DP, Yanis A, Muhammad S. Kejadian depresi postpartum dan kaitannya dengan dukungan suami dan KDRT. *J Kebidanan Indones.* 2025;16(2):71–85.
7. Eslahi Z, Bahrami N, Allen K-A, Alimoradi Z. Spouse's social support in the postpartum period, predictors and its relationship with postpartum depression in a sample of Iranian

- primiparous women. *Int J Gynecol Obstet* [Internet]. 2021;154(1):24–30. Available from: <https://doi.org/10.1002/ijgo.13488>
8. Takdir M, Nurbaya S, Asdar F, Nani S, Makassar H, Perintis J, et al. Hubungan Dukungan Suami Terhadap Depresi Post Partum Ibu Nifas. *J Ilm Mhs Penelit Keperawatan*. 2022;1(5):597–602.
9. Annisa NH, Natalia O. Dukungan Suami dan Depresi Postpartum. *Indones J Midwifery*. 2023;6(1):62–70.
10. Agustina D, Apriyani MTP, Rindu. Hubungan Dukungan Suami, Status Ekonomi, Dan Cara Persalinan Dengan Risiko Kejadian Depresi Postpartum Pada Ibu Nifas. *Jurnal Kebidanan Khatulistiwa*. 2025;11(2):110–7.
11. Ariani NKS, Darmayanti PAR, Santhi WT. Dukungan Suami Dengan Proses Adaptasi Psikologi Pada Ibu Nifas RSAD Denpasar Bali. *J Ilm Ilmu Kesehat*. 2022;10(3):450–9.
12. Handini TS, Puspitasari N. Differences in postpartum maternal depression levels based on characteristics of maternal age and husband support. *IJPH*. 2021;(April):124–33.
13. Herliyanti RD, Ulfah K, Nurchasanah Y. Hubungan Dukungan Suami dengan Risiko Depresi Postpartum. *J Integr Kesehat dan Sains*. 2025;7(2):139–44.
14. Depression P. Social Support among Mothers with Spouse Postpartum Depression. *IJNHS*. 2024;7(1):395–404.
15. Lesueur FE, Franck J, Thierry X, Melchior M, Waerden J Van Der, Network D. The Role of Prenatal Social Support in Social Inequalities with Regard to Maternal Postpartum Depression According to Migrant Status. *J Affect Disord*. 2020;272:465–473.
16. Tebeka S, Strat Y Le, Ph D, Higgons ADP, Benachi A, Ph D, et al. Prevalence and Incidence of Postpartum Depression and Environmental Factors: The IGEDEPP Cohort. *J Affect Disord*. 2021;202:174–182.
17. Istiana S, Cahyati WH. Husband's Support for Mental Health in Post-Maternal Mothers. *J Creat Student*. 2025;8(2):193–9.
18. Jurusan J, Konseling B. Hubungan Dukungan Sosial (Suami) dan Kecenderungan Depresi Postpartum. *J Jur Bimbingan Konseling Undiksha Vol*. 2020;11(2):112–8.
19. Qi W, Liu Y, Lv H, Ge J, Meng Y, Zhao N, et al. Effects of family relationship and social support on the mental health of Chinese postpartum women. *BMC Pregnancy Childbirth* [Internet]. 2022;22(65):1–10. Available from: <https://doi.org/10.1186/s12884-022-04392-w>
20. Audyna JA, Marcelina LA, Permatasari I, Kesehatan FI. Hubungan Dukungan Suami Dengan Depresi Pada Ibu Postpartum Saat Pandemi Covid – 19 Di Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo. *J Keperawatan Widya Gantari Indones*. 2022;6(1):12–8.
21. Cho H, Lee K, Choi E, Cho HN, Park B, Suh M. Association between social support and postpartum depression. *Sci Rep* [Internet]. 2022;12:1–9. Available from: <https://doi.org/10.1038/s41598-022-07248-7>