

EFEKTIVITAS EDUKASI DIGITAL PADA MASA NIFAS (*SCOPING REVIEW*)

¹Fitriana Yuni Permana Sari*, ²Luluk Fajria Maulida, ³Winnie Setyonugroho, dan ⁴Nisa Wahyuningsih

¹Universitas Duta Bangsa Surakarta, fitriana_yunipermanasari@udb.ac.id

²Universitas Sebelas Maret, lulukfajria@staff.uns.ac.id

³Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, wsetyonugroho@umy.ac.id

⁴Universitas Duta Bangsa Surakarta, 240223007@mhs.udb.ac.id

ABSTRAK

Asuhan kebidanan holistik pada masa nifas penting dilakukan untuk meningkatkan kesehatan ibu dan bayi dengan mengintegrasikan aspek fisik, psikologis, sosial, dan budaya. Meskipun pertolongan melahirkan oleh tenaga kesehatan di Indonesia sebesar 96,1% pada tahun 2023, Angka Kematian Bayi dan Neonatus masih tinggi, serta pelayanan *Antenatal Care* (ANC) sebesar 82% belum memenuhi standar WHO. Edukasi digital oleh Bidan menjadi solusi inovatif untuk mendukung asuhan holistik, memudahkan akses informasi, dan meningkatkan pengetahuan serta efikasi diri ibu nifas. Metode *scoping review* dalam penelitian ini digunakan untuk memetakan bukti ilmiah terkait efektivitas digital oleh bidan pada masa nifas. Hasil *review* dari enam studi menunjukkan bahwa aplikasi edukasi digital dan media sosial meningkatkan secara signifikan pada pengetahuan, sikap, perilaku, dan efikasi diri ibu nifas ($p < 0,05$). Aplikasi seperti “Bidanku”, “Nifas Sehat”, dan “SEMASA” terbukti efektif dalam mendukung asuhan pascapersalinan (nifas) dan menurunkan risiko komplikasi. Edukasi digital yang diberikan Bidan efektif sebagai pelengkap layanan kebidanan konvensional untuk memberikan asuhan holistik yang komprehensif dan berkesinambungan, sehingga meningkatkan kualitas ibu dan bayi selama masa nifas.

Kata Kunci : edukasi digital, bidan, masa nifas

ABSTRACT

Holistic midwifery care during the postpartum period is important to improve maternal and infant health by integrating physical, psychological, social, and cultural aspects. Although the coverage of delivery by health personnel in Indonesia reached 96.1% by 2023, infant and neonate mortality rates are still high, and antenatal care (ANC) services at 82% do not meet WHO standards. Digital education by midwives is an innovative solution to support holistic care, facilitate access to information, and increase knowledge and self-efficacy of postpartum women. This study used a scoping review method to map scientific evidence related to the effectiveness of digital by midwives in the postpartum period. The results of the review of six studies showed that digital educational applications and social media significantly improved the knowledge, attitudes, behaviors, and self-efficacy of postpartum women ($p < 0.05$). Apps such as “Bidanku”, “Nifas Sehat”, and “SEMASA” were shown to be effective in supporting postpartum care and reducing the risk of complications. Digital education provided by midwives is effective as a complement to conventional midwifery services to provide comprehensive and sustainable holistic care, thereby improving the quality of mothers and babies during the postpartum period.

Keyword : digital education, midwife, postpartum

PENDAHULUAN

Asuhan kebidanan holistik memegang peranan penting dalam meningkatkan kesehatan ibu dan anak di Indonesia. Asuhan kebidanan pasca salin secara holistik berarti asuhan yang mengintegrasikan aspek fisik, psikologis, sosial, dan budaya setelah persalinan sesuai kebutuhan ibu untuk dapat meningkatkan kualitas hidup ibu nifas secara menyeluruh. Cakupan persalinan yang ditolong tenaga kesehatan telah mencapai 96,1% pada tahun 2023, menandakan kemajuan signifikan dalam pelayanan kebidanan yang berpotensi mendukung pendekatan holistik. Masih tingginya Angka Kematian Bayi (AKB) sebesar 2,04% dan Angka Kematian Neonatus (AKN) sebesar 1,42% per 1000 kelahiran hidup di DKI Jakarta tahun 2020 menunjukkan pentingnya

intervensi holistik mulai dari kehamilan hingga masa nifas guna menurunkan angka tersebut. Pelayanan *Antenatal Care* (ANC) sebesar 82% sejak tahun 2020 masih dibawah angka standar *World Health Organization* (WHO) dapat dikaitkan bahwa perlunya edukasi dan dukungan holistik selama kehamilan dan nifas masih harus dilakukan untuk meningkatkan kualitas pelayanan dan hasil kesehatan ibu dan bayi.

Bidan memiliki kewenangan untuk memberikan asuhan kebidanan menyeluruh, mulai dari promotif hingga rehabilitatif sebagaimana tercantum dalam Permenkes No. 28 Tahun 2017. Seiring perkembangan teknologi, layanan ini dapat diberikan melalui media digital seperti video edukasi, aplikasi kesehatan, dan konseling *online*. Edukasi digital merupakan bagian dari transformasi pelayanan kesehatan yang digaungkan oleh Kementerian Kesehatan. Menurut KMK RI No. HK.01.07/Menkes/413/2020 tentang Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Covid-19, teknologi informasi komunikasi juga dikenal sebagai *telemedicine* akan digunakan untuk memberikan informasi dan layanan kesehatan lainnya. Dengan teknologi komunikasi, bidan harus mengubah model praktik yang aman, terpercaya, dan efektif. Edukasi digital telah terbukti membantu bidan dalam memberikan layanan kebidanan holistik pada masa nifas dengan cara meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan ibu secara efektif dan efisien. Melalui media audio visual seperti video, rekaman audio, dan e-modul yang dikemas secara praktis dan menarik, edukasi digital memudahkan bidan untuk menyampaikan informasi yang komprehensif sehingga membantu pemulihan masa nifas. Penggunaan aplikasi edukasi berbasis digital juga memungkinkan pendekatan keluarga yang lebih luas sehingga keluarga dapat mendampingi ibu nifas dalam meningkatkan efikasi diri saat merawat diri dan bayinya. Pendekatan ini dinilai lebih efisien, fleksibel, dan dapat menjangkau ibu nifas di berbagai wilayah.

Masyarakat Indonesia saat ini semakin akrab dengan penggunaan internet dalam aktivitas sehari-hari, termasuk para ibu nifas. Ibu nifas yang mengakses edukasi digital menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan kesadaran mengenai pencegahan komplikasi postpartum serta asuhannya secara holistik. Penelitian Rosyidah 2025, menunjukkan bahwa melalui aplikasi digital yang didalamnya terdapat video animasi, infografik, dan kuis interaktif, dapat meningkatkan pengetahuan ibu nifas dari 60% menjadi 80%, dan lebih dari 70% ibu merasa lebih yakin untuk mengenali komplikasi dan atau tanda bahaya masa nifas. Pendekatan edukasi yang berbasis teknologi berhasil meningkatkan kesadaran ibu pasca salin dari 65% menjadi 90% yang dikaitkan dengan kemudahan akses informasi dan keberlanjutan edukasi melalui media digital.

Salah satu cara efisien untuk mendukung peningkatan kualitas asuhan ibu dan bayi pada masa nifas adalah dengan menggunakan layanan konseling online menyeluruh dari bidan. Bidan dapat mengelola proses edukasi digital dengan pendekatan komprehensif meliputi aspek fisik, psikologis, dan sosial, sekaligus melakukan pengkajian, perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi secara berkesinambungan sesuai prinsip asuhan kebidanan holistik. Studi Emilis & Nilasari 2023, menunjukkan bahwa konseling holistik secara daring terbukti efektif menurunkan tingkat kecemasan ibu pasca melahirkan secara signifikan. Edukasi digital ini juga menjangkau ibu nifas di daerah keterbatasan tenaga kesehatan dan infrastruktur, sehingga meningkatkan akses informasi dan dukungan kesehatan secara merata. Metode *scoping review* dipilih untuk memetakan dan mengidentifikasi bukti ilmiah yang tersedia terkait penggunaan edukasi digital dalam praktik kebidanan holistik masa nifas.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode *Scoping Review*, dengan obyek penelitian efektifitas edukasi digital secara holistik oleh bidan pada masa nifas. Penelitian ini menggunakan beberapa tahapan, dengan rincian tahap pertama yaitu menentukan pertanyaan penelitian (*Research Question/RQ*). RQ 1 adalah distribusi jurnal/publikasi yang membahas pemberian edukasi digital pada ibu nifas. RQ 2 tentang bagaimana edukasi digital efektif untuk ibu nifas. Kriteria inklusi dari penelitian ini adalah artikel yang menggunakan *experiment*. Tahap kedua, mengidentifikasi artikel menggunakan kata kunci “edukasi digital”, “Bidan”, “masa nifas” dan atau “digital education”,

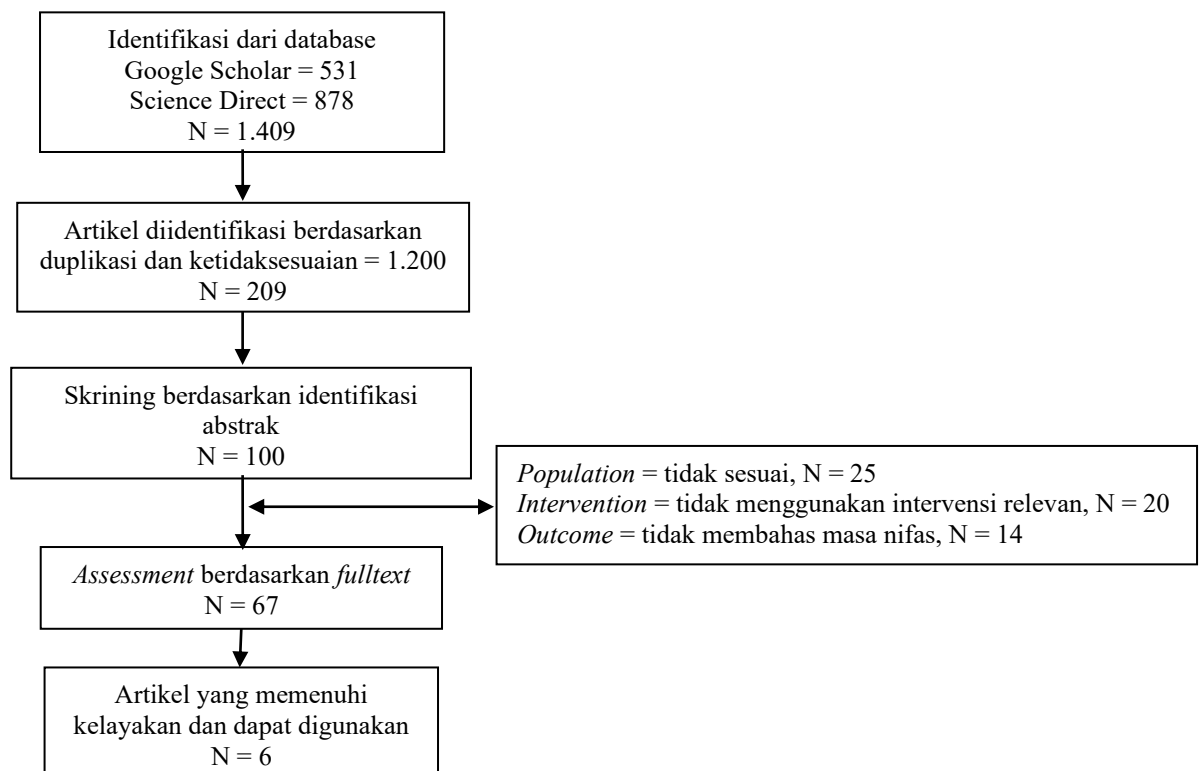
“midwife”, “postpartum”. Filters tahun 2021-2025. Adapun database yang digunakan ada 2, diantaranya adalah *Google Scholar* dan *Science Direct*. Selanjutnya, tahap ketiga yaitu menentukan kriteria inklusi dengan menggunakan tabel PICOS, seperti dibawah ini:

Tabel 1. PICOS

No	Kriteria	Inklusi	Eksklusi
1	<i>Population</i>	Ibu nifas	Ibu nifas dengan komplikasi dan bayi dengan cacat kongenital
2	<i>Intervention</i>	Edukasi digital	Edukasi non-digital
3	<i>Comparison</i>	Semua artikel dengan atau tanpa group pembanding	Studi yang tidak memenuhi desain experiment yang valid
4	<i>Outcome</i>	Holistik masa nifas	Tidak mengukur holistik masa nifas
5	<i>Study Design</i>	<i>True experiment, Quasi experiment</i>	Studi observasional non-experimental

Tahap keempat adalah penyaringan menggunakan *flowchart* PRISMA (*Preferred Reporting Items For Systematic Review and Meta-Analysis*) dan didapatkan hasil skrining seperti berikut:

Tabel 2. PRISMA Skrining



HASIL DAN PEMBAHASAN

Scoping review ini mengidentifikasi efektifitas edukasi digital secara holistik oleh bidan pada masa nifas. Artikel yang terpilih sebanyak 6 artikel, telah melalui proses skrining PRISMA. Berikut hasil dari ekstraksi data yang layak digunakan:

Tabel 3. Ekstraksi Data

No	Judul penelitian, penulis dan tahun	Desain penelitian, sampel dan intervensi	Hasil
1	<ul style="list-style-type: none"> Analisis Kelayakan Aplikasi Media Edukasi <i>Postpartum Care</i> Berbasis Android Bagi Ibu Nifas Darajati Septia W, Meti Widiya L, Endang Astiriyani (2022) 	<ul style="list-style-type: none"> <i>Research and development/R&D</i> dengan rancangan ADDIE (<i>Analysis, Design, Development, Implementation, Evaluation</i>) 2 ahli media, 2 ahli materi, dan 38 ibu nifas Aplikasi edukasi <i>postpartum care</i> berbasis Android (memberikan edukasi mengenai kebutuhan dasar, perubahan psikologi, asuhan, dan tanda bahaya masa nifas) 	<ul style="list-style-type: none"> Uji kelayakan oleh ahli media (88,82%) dan ahli materi (78,82%) dengan hasil kategori sangat layak Uji kelompok ibu nifas pada kecil 89,40% dan besar 90,23% (kategori sangat layak)
2	<ul style="list-style-type: none"> Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Sosial Terhadap Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Teknik Menyusui pada Masa Pandemi COVID 19 di Wilayah Kerja Puskesmas Puncu Kabupaten Kediri Putri Wahyu Wigati, Miftakhul Muallimah (2022) 	<ul style="list-style-type: none"> Pre-experimental dengan <i>design one group pretest-posttest</i> 20 ibu nifas dengan purposive sampling Pendidikan Kesehatan Teknik menyusui melalui media sosial berupa video edukasi 	<ul style="list-style-type: none"> Uji Wilcoxon menunjukkan nilai $p=0,000$ ($\alpha=0,05$) yang berarti ada pengaruh signifikan pendidikan kesehatan melalui media sosial terhadap pengetahuan ibu nifas tentang tehnik menyusui
3	<ul style="list-style-type: none"> Pengaruh Penerapan Aplikasi “Bidanku” Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Efikasi Diri Ibu Nifas Farhati Farhati, Yulia Ulfah, Fatimah, Chris Sriyanti (2023) 	<ul style="list-style-type: none"> Quasi experiment (<i>pretest-posttest</i> dan kelompok kontrol) 60 ibu nifas (30 intervensi aplikasi Bidanku dan 30 tanpa aplikasi) Aplikasi Bidanku berisi informasi dan manajemen asuhan pascapersalinan berfungsi sebagai panduan edukasi 	<ul style="list-style-type: none"> Peningkatan signifikan pada pengetahuan dan efikasi diri ibu nifas dibanding kelompok kontrol $p\text{-value} < 0,05$ Resiko relative (RR) sebesar 2,2 kali lebih tinggi pada kelompok intervensi aplikasi Bidanku
4	<ul style="list-style-type: none"> Pengaruh Pendidikan Kesehatan Berbasis Digital Terhadap Kualitas Hidup Pada Ibu Pasca Salin 0-12 Bulan Dengan Riwayat Menikah Dini Dily Ekasari, Ahmad Wasis Setyadi, Liya Ni’matul Maula, Febrina Dwi Nurcahyanti, Erna Nurochim (2024) 	<ul style="list-style-type: none"> <i>Quasi experiment (one group pretest-posttest)</i> Ibu pasca salin (0-12 bulan) Pendidikan kesehatan berbasis digital (<i>Information Education and Communication/IEC</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> Peningkatan efikasi diri $p\text{-value} 0,014 (< 0,05)$ Terampil menyusui $p\text{-value} 0.001 (< 0,05)$ Adanya peningkatan pengetahuan, keterampilan merawat bayi, dan menyusui

- | | | | |
|---|--|--|--|
| 5 | <ul style="list-style-type: none"> • Efektivitas <i>Mobile Health</i> “Nifas Sehat” Terhadap <i>Selfcare Agency</i> pada Ibu Nifas Primigravida • Antri Ariani, Yanyan Mulyani, Hani Oktafiani (2024) | <ul style="list-style-type: none"> • <i>Quasi experiment (one group pretest-posttest)</i> • Ibu nifas primigravida • Penggunaan aplikasi <i>Mobile Health</i> “Nifas Sehat” sebagai aplikasi kesehatan digital (berisi asuhan pascapersalinan, tanda bahaya, dan langkah <i>self-care</i> masa nifas) | <ul style="list-style-type: none"> • Peningkatan <i>self-care agency</i> setelah menggunakan aplikasi “Nifas Sehat” p-value <0,05 • Aplikasi membantu ibu memahami kebutuhan dan asuhan masa nifas sehingga berpotensi menurunkan risiko komplikasi postpartum |
| 6 | <ul style="list-style-type: none"> • Pengaruh Aplikasi Sistem Edukasi Masa Nifas (SEMASA) Terhadap Perilaku Asuhan Ibu Nifas di Rumah Sakit Humana Prima Bandung • Yanti Herawati, Yeni Mahwati, Ma'mun Sutisna, Herri S Sastramihardja, Teni Nurlatifah, Mia Dwi Lestari (2025) | <ul style="list-style-type: none"> • <i>Quasi experiment (nonequivalent control group design posttest only)</i> • 84 ibu nifas (42 menggunakan aplikasi nifas SEMASA dan 42 menggunakan leaflet) • Penggunaan aplikasi Sistem Edukasi Masa Nifas (SEMASA) berisi informasi edukasi mengenai pengetahuan, sikap, perilaku dan asuhan pascapersalinan, serta pengingat kunjungan ulang ke bidan/layanan kesehatan | <ul style="list-style-type: none"> • Prosentase peningkatan signifikansi p-value <0,05 lebih terlihat pada kelompok intervensi daripada kontrol, yaitu Pengetahuan 85,7% vs 52,4%, Sikap positif 85,7% vs 81,0%, dan Tindakan asuhan nifas 90,5% vs 61,9%, • Uji statistic Mann-Whitney menunjukkan nilai p=0,002 (perbedaan signifikan antara kelompok intervensi dan kontrol dalam perilaku asuhan ibu nifas) |

Berdasarkan hasil ekstraksi data dari enam (6) penelitian yang relevan, edukasi digital oleh bidan pada masa nifas menunjukkan efektifitas yang signifikan untuk peningkatan pengetahuan, sikap, perilaku, dan efikasi diri pasca salin secara holistik. Penelitian melalui metode R&D dengan rancangan ADDIE mengembangkan aplikasi edukasi postpartum berbasis Android yang mendapat penilaian sangat layak dari para ahli yaitu media, materi, dan ibu nifas, menunjukkan kesiapan aplikasi untuk digunakan secara luas (Darajati Septia W, dkk, 2022). Edukasi kesehatan melalui media sosial berupa video edukasi secara signifikan meningkatkan pengetahuan ibu pasca salin tentang tehnik menyusui selama pandemi COVID-19 ($p=0,000$) (Putri Wahyu Wigati dan Miftakhul Muallimah, 2022). Serta, desain quasi eksperimen menemukan peningkatan signifikan pengetahuan dan efikasi diri ibu nifas yang menggunakan aplikasi “Bidanku” dibandingkan kelompok kontrol ($p<0,05$), dengan Risiko Relatif (RR) 2,2 kali lebih tinggi pada kelompok intervensi.

Selain itu, penelitian (Dily Ekasari, dkk, 2024) menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan berbasis digital meningkatkan efikasi diri dan keterampilan menyusui ibu pasca salin ($p=0,014$ dan $p=0,001$). Peningkatan *self-care agency* yang berpotensi menurunkan risiko komplikasi postpartum pada ibu nifas primigravida setelah menggunakan aplikasi *Mobile Health* “Nifas Sehat” adalah ($p<0,05$) (Antri Ariani, dkk, 2024). Terakhir, penelitian (Yanti Herawati, dkk, 2025) dengan desain quasi eksperimen *nonequivalent control group* menegaskan bahwa aplikasi Sistem Edukasi Masa Nifas (SEMASA) secara signifikan lebih efektif dalam peningkatan pengetahuan (87,5%), sikap positif (85,7%), dan perilaku asuhan nifas (90,5%) pada ibu nifas ($p=0,002$).

SIMPULAN

Edukasi digital untuk ibu nifas yang dilakukan oleh Bidan menunjukkan keefektifitasan yang baik dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, perilaku, dan efikasi diri terkait asuhan masa nifas. Berbagai bentuk media digital, termasuk aplikasi mobile dan video edukasi dapat digunakan secara efektif sebagai alat edukasi. Meskipun Bidan sudah melakukan pemeriksaan langsung, sebaiknya layanan digital perlu ditambahkan atau bahkan diintegrasikan menjadi pelengkap Bidan dalam memberikan asuhan komprehensif dan holistik.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, L. et. al. 2023. *Pelayanan Kebidanan Komplementer*. Kota Bandung, Jawa Barat: CV. Media Sains Indonesia.
- Ani, M., Muyassaroh, Y. dan Sari, M.H.N., 2022. 'HOLPARTI (Holistic Postpartum Class Murti) to increase the self-efficacy of postpartum mothers'. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, vol. 16, no. 1, pp. 18-26.
- Ariani, A., Mulyani, Y. dan Oktafiani, H., 2024. 'Efektivitas *Mobile Health* "Nifas Sehat" Terhadap *Selfcare Agency* pada Ibu Nifas Primigravida'. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*. Vol 24, No 1, pp 313-319.
- Ekasari, D., Setyadi, A.W., Maula, L.N., Nurcahyanti, F.D. dan Nurochim, E., 2024. 'Pengaruh Pendidikan Kesehatan Berbasis Digital Terhadap Kualitas Hidup Pada Ibu Pasca Salin 0-12 Bulan Dengan Riwayat Menikah Dini'. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*.
- Emalia, F.H., Nilasari, P., 2021. 'Pengaruh Electronic Health Terhadap Penurunan Tingkat Depresi Postpartum: Tinjauan Sistematis'. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*. Vol.4, No.2
- Farhati, F., Fatimah, Y.U. dan Sriyanti, C., 2023. 'Pengaruh Penerapan Aplikasi "Bidanku" Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Efikasi Diri Ibu Nifas'. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, vol. 15, no. 2, pp. 423-431. <https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v15i2.2407>.
- Herawati, Y., Mahwati, Y., Sutisna, M., Sastramihardja, H.S., Nurlatifah, T. dan Lestari, M.D., 2025. 'Pengaruh Aplikasi Sistem Edukasi Masa Nifas (SEMASA) Terhadap Perilaku Perawatan Ibu Nifas di Rumah Sakit Humana Prima Bandung'. *Journal of Health (JoH)*. Vol.12, No.1, 069-081.
- Kasiati, Wahyul Anis, dan Styaningsih, S., 2023. *Asuhan Kebidanan Dengan Pendekatan Holistik Series 2: Kehamilan*. Yogyakarta: Deepublish.
- Nandia, J.R.D., Anggorowati. 2020. *Pendidikan Kesehatan Pada Ibu Nifas (Sebuah Pendekatan Keluarga)*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Natalia, M.S., Faraswati, R., 2022. 'Pemanfaatan Teknologi Oleh Bidan Dalam Pelayanan Telemedis di Bidang Pelayanan Kesehatan Ibu dan Anak'. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, Vol VII No 4, pp 374-377.
- Nuryuniarti, R., Nurmahmudah, E., 2019. *Regulasi Hukum Bagi Bidan Dalam Melakukan Asuhan Kebidanan Pada Balita di Bidan Praktik mandiri Menurut Permenkes Nomor 28 Tahun 2017 Tentang Izin dan Penyelenggaraan Praktik Bidan*.
- Prisusanti, R.D., Widiatrilup, R.M.V., Sulistiyah, Kiswara, N.W., Rosyidah, R., 2025. 'Pendekatan Edukasi Interaktif Berbasis Teknologi Dalam Meningkatkan Kesadaran Ibu Nifas Terhadap Pencegahan Komplikasi Postpartum'. *Jurnal Abdi Masyarakat*, Vol 3, No 1.
- Rokhimawaty, A., Mardianah, L., Habibah, M., Rachmawati, A., Pramtirta, A.Y. dan rekan, 2025. *Kualitas Hidup Ibu Nifas: Konsep, Faktor, dan Evaluasi dalam Kebidanan*. Bandung: Kaizen Media Publishing.
- Rosyidah, R., 2024. *Meningkatkan Kesadaran Ibu Nifas Melalui Edukasi Interaktif Berbasis teknologi untuk Pencegahan Komplikasi Postpartum*. Diakses tanggal 24 Juni 2025, <https://kebidanan.umsida.ac.id/edukasi-ibu-nifas-berbasis-teknologi/>.

- Septia, D., Widiya, M. dan Astiriyani, E., 2022. 'Analisis Kelayakan Aplikasi Media Edukasi Postpartum Care Berbasis Android Bagi Ibu Nifas'. *Journal of Midwifery Information (JoMI)*, vol. 3, no. 1, pp. 1-12.
- Tanjung, F., Effendy, I., Utami, T. N., Asriwati, dan Nasution, R. S., 2024. 'Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Kunjungan Antenatal Care (ANC)'. *Jurnal Kebidanan Khatulistiwa*, vol. 10, no. 2, pp. 78-90.
- Wigati, P.W., Mualimah M., 2022. 'Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Sosial Terhadap Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Teknik Menyusui pada Masa Pandemi COVID 19 di Wilayah Kerja Puskesmas Puncu Kabupaten Kediri'. *Jurnal Pendidikan Kebidanan*, vol. 5, no. 2, pp. 79-90. <https://doi.org/10.29407/judika.v5i2.17408>.
- World Health Organization. *Maternal mental health: Promotion and prevention*. WHO website, dilihat tanggal 18 Juni 2025, <https://www.who.int/teams/mental-health-and-substance-use/promotion-prevention/maternal-mental-health>.