

## **PERBEDAAN KESEHATAN MENTAL IBU PASCA MELAHIRKAN DITINJAU DARI TINGKAT PENDIDIKAN, JUMLAH ANAK, DAN JENIS PEKERJAAN**

**Nourma Ayu Safithri Purnomo<sup>1</sup>**

Prodi PJJ Psikologi, Universitas Insan Cita Indonesia<sup>1</sup>  
*nourmaayu@uici.ac.id*

### **ABSTRACT**

*This study aims to determine the differences in mental health of postpartum mothers in terms of education level, number of children, and type of employment. This study used quantitative methods with research data collected through Google Forms filled in by mothers who gave birth in the last 6 months. Data analysis in this study used 3-way Anova. Mental health variable was measured using the adapted MHI-18 scale. The results of the three-way ANOVA test showed that the number of children had a significant effect on the mental health of postpartum mothers ( $p < 0.05$ ), while the level of education and types of employment did not show a significant effect. In addition, there was no interaction between the independent variables simultaneously in influencing the mental health of postpartum mothers. The results of this study also highlight the importance of providing support to mothers who have more children. The social support from family and society is key in helping mothers cope with postpartum psychological distress.*

**Keywords :** *Mental Health, Education Level, Number Of Children, Types of Employment*

### **ABSTRAK**

*Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kesehatan mental ibu pasca melahirkan ditinjau dari tingkat pendidikan, jumlah anak, dan jenis pekerjaan. Pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan data penelitian yang dikumpulkan melalui Google Form yang diisi oleh ibu yang melahirkan dalam 6 bulan terakhir. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan Anova 3 jalur. Variabel kesehatan mental diukur menggunakan skala MHI-18 yang telah diadaptasi. Hasil uji Anova tiga jalur menunjukkan bahwa jumlah anak memiliki pengaruh signifikan terhadap kesehatan mental ibu pasca melahirkan ( $p < 0,05$ ), sementara tingkat pendidikan dan bentuk pekerjaan tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan. Selain itu tidak ditemukan interaksi antara variabel bebas secara simultan dalam memengaruhi kesehatan mental ibu pasca melahirkan. Hasil penelitian ini juga menyoroti pentingnya memberikan dukungan atau support pada ibu yang memiliki jumlah anak yang lebih banyak. Dukungan sosial dari keluarga dan lingkungan menjadi kunci dalam membantu para ibu mengatasi tekanan psikologis pasca melahirkan.*

**Kata Kunci:** *Kesehatan Mental, Tingkat Pendidikan, Jumlah anak, Jenis Pekerjaan*

## **PENDAHULUAN**

Kesehatan mental saat ini merupakan isu yang sedang berkembang dimasyarakat. Hal ini terlihat dari banyak sekali diskusi terkait kesehatan mental dari berbagai kalangan. Salah satunya bahasan kesehatan mental bagi ibu pasca melahirkan. *World Health Organization* menjelaskan kesehatan mental sebagai suatu kondisi dimana seseorang mampu menghadapi berbagai stresor dalam hidup, menyadari kemampuan yang dimiliki, dapat belajar dan bekerja dengan baik, dan mampu memberikan kontribusi pada masyarakat (WHO, 2022). Definisi ini juga sesuai dengan yang diungkapkan oleh *Substance Abuse and Mental Health Services Administration* yang mengartikan kesehatan mental sebagai pola perilaku hidup sehat yang ditandai dengan adanya kesejahteraan emosional, psikologis dan sosial pada diri seseorang (SAMHSA, 2023). Situasi ini menjelaskan bagaimana pikiran, perasaan, dan perilaku kita mampu menghadapi stres yang dialami, mampu menjalin interaksi sosial dengan orang lain, dan membuat keputusan yang tepat.

Kesehatan mental bagi seorang ibu pasca melahirkan merupakan sesuatu yang perlu perlu diprioritaskan. Hal ini dikarenakan para ibu telah menjalani perjuangan hingga mengalami kelelahan dan penderitaan sehingga membutuhkan dukungan dari orang-orang sekitarnya. Banyaknya kelelahan yang dialami oleh ibu pasca melahirkan membuat seorang ibu rentan mengalami permasalahan psikologis seperti stres, kecemasan, dan depresi (Obrochta et al., 2020; O’Dea et al., 2023), permasalahan pada kualitas tidur (Cohen et al., 2021), dan gangguan tidur hingga depresi (Al Rehaili et al., 2023).

Melihat kondisi tersebut dapat dilihat jika kesehatan mental ibu pasca melahirkan perlu menjadi hal penting yang perlu diperhatikan, sehingga kita perlu memperhatikan berbagai macam faktor yang dapat mempengaruhi kondisi kesehatan mental para ibu pasca melahirkan. Pendidikan bisa menjadi faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan seorang ibu dalam menjaga kesehatan mental. Melalui pendidikan yang baik, para ibu mampu mengetahui hal apa saja yang dapat dilakukan untuk dapat menjaga kesehatan mentalnya.

Tingkat pendidikan mampu memberikan manfaat pada individu untuk dapat menjalani hidup yang lebih baik. Individu yang memiliki tingkat pendidikan yang lebih baik mampu terhindar dari depresi, gugup, gelisah, dan ketakutan menghadapi masa depan sehingga membuat hidup menjadi tidak bermakna. Pendidikan juga membuat seseorang memiliki sumber daya yang baik pada dirinya sehingga memiliki kemampuan sosial dan proses berpikir yang lebih baik (Jiang et al., 2020). Situasi ini juga sejalan dengan penelitian lain yang menjelaskan jika seseorang yang memiliki tingkat pendidikan yang lebih baik akan mampu terhindar dari berbagai simtom gangguan depresi dan kecemasan (Kondiroli & Sunder, 2022). Selain itu Pendidikan juga berperan penting dalam membentuk perkembangan mental dan emosi seseorang menjadi lebih baik (Ferin, 2020).

Kesehatan mental ibu pasca melahirkan juga berkaitan dengan kondisi yang dimiliki. Jumlah anak yang sebelumnya dimiliki juga memberikan pengaruh terhadap kondisi mental ibu pasca melahirkan. Semakin banyak anak yang dimiliki sebelumnya, maka akan semakin besar tantangan dan tanggung jawab baru yang akan dijalani oleh seorang ibu. Situasi ini akan membuat ibu merasa semakin kelelahan sehingga akan berdampak langsung pada kesehatan mental seorang ibu. Hal ini dibuktikan dalam penelitian yang menunjukkan jika seorang ibu yang merasa kelelahan secara berlebihan pasca melahirkan, maka dapat berpotensi mengalami gangguan depresi pasca melahirkan (*postpartum depression*) (Baattaiah et al., 2024). Situasi ini sejalan dengan penelitian lain yang menyebutkan jika seorang ibu yang mengalami kelelahan pasca melahirkan dapat menimbulkan depresi hingga beresiko mempengaruhi perkembangan tumbuh kembang anaknya (Wang et al., 2024).

Gangguan perkembangan anak dapat berupa keterlambatan dalam berbagai aspek seperti kemampuan motorik, kemampuan dalam berbahasa, kemampuan dalam beradaptasi dan berinteraksi sosial (Lubotzky et al., 2021) dan dalam jangka panjang situasi ini dapat mempengaruhi perkembangan emosi dan kognitif anak (Zakharova et al., 2022). Selain itu dijelaskan juga bahwa *postpartum depression* yang dialami oleh ibu dapat mempengaruhi ikatan atau *bonding* antara ibu dan anak-anaknya. Kondisi ini juga mempengaruhi kondisi

fisik, psikologis, kognitif, serta kemampuan berbahasa yang dimiliki ibu. Selain itu kondisi ini juga telah mempengaruhi kemampuan ibu dalam memberikan asi kepada anaknya (Cafiero & Zabala, 2023).

Kondisi ibu pasca melahirkan nantinya tidak akan terlepas dari jenis pekerjaan yang telah dijalani selama ini. Ada para ibu yang menjalani pekerjaan sebagai ibu pekerja baik dilakukan dari dalam rumah ataupun diluar rumah. Namun ada juga yang memilih secara penuh menjadi ibu rumah tangga didalam rumah. Situasi ini dapat memberikan efek yang berbeda pada seorang ibu saat menjalani perannya didalam rumah tangga. Hal ini digambarkan pada penelitian yang menjelaskan bahwa ibu pekerja memiliki kondisi kesehatan mental (*mental health*) yang lebih buruk dibandingkan dengan ibu rumah tangga (IRT) (Singh et al., 2020). Kondisi ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menjelaskan bahwa ibu pekerja memiliki kesehatan mental yang lebih buruk dibanding oleh IRT (Rajgariah et al., 2021). Hal ini dikarenakan ibu pekerja memiliki beban yang lebih besar untuk bisa menjalani kedua aktivitas tersebut sehingga mempengaruhi kehidupan mereka. Beban yang lebih besar yang dijalani oleh ibu pekerja membuat mereka mengalami stres yang lebih tinggi (Kour et al., 2020) dan stres dalam menjalani berbagai pekerjaan tersebut telah mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka (Mensah, 2021).

Berbagai fenomena dari faktor-faktor diatas membuat peneliti tertarik ingin meneliti hingga melahirkan pertanyaan penelitian, "*Apakah ada perbedaan kesehatan mental ibu pasca melahirkan ditinjau dari tingkat pendidikan, jumlah anak, dan jenis pekerjaan?*"

## **METODE**

### **Desain dan Partisipan**

Pengambilan data penelitian dilakukan selama satu bulan dengan menggunakan *google form*. *Google form* tersebut kemudian disebar kepada responden penelitian. Responden dalam penelitian ini merupakan seorang ibu yang baru saja menjalani proses persalinan secara normal atau operasi caesar dalam jangka waktu persalinan 0-6 bulan

terakhir. *Google form* dalam penelitian ini berisi skala penelitian yaitu skala kesehatan mental yang diterjemahkan kedalam bahasa Indonesia dan dilakukan adaptasi pada aitem-aitemnya sesuai dengan kebutuhan penelitian.

### **Alat Ukur Penelitian**

Kesehatan mental menggunakan skala MHI-18 (*Mental Health Inventory*). Skala MHI-18 merupakan skala yang biasa digunakan untuk melakukan pemeriksaan kesehatan mental pada bidang klinis maupun non klinis. Skala MHI-18 merupakan versi pendek dari skala MHI yang terdiri dari 38 aitem yang dikembangkan oleh Veit dan Ware (Veit & Ware, 1983). MHI-18 terdiri dari 2 aspek yaitu Psychological Distress dan Psychological Well-being. Aspek *psychological distress* atau tekanan psikologis terdiri dari dimensi depresi (*depression*), kecemasan (*anxiety*), dan kehilangan kontrol perilaku atau emosi (*loss of behavioural or emotional control*). Sedangkan aspek *psychological well-being* atau kesejahteraan psikologis terdiri dari aspek efek positif (*positive affect*) dan ikatan emosional (*emotional ties*). Reabilitas dari skala MHI-18 menunjukkan skor Cronbach alpha sebesar 0,93. Sedangkan pada sub dimensi seperti dimensi kecemasan, depresi, kehilangan kontrol perilaku dan emosi, serta afek positif secara berturut-turut sebesar 0.84, 0.83, 0.63, and 0.85 (Meybodi et al, 2011).

Pada skala MHI-18 terdapat 6 pilihan jawaban, namun pada penelitian ini akan dimodifikasi menjadi 4 pilihan jawaban yaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Respon jawaban dari akan dikoding dengan skor 1 sampai 4 pada rentang jawaban sangat tidak setuju, tidak setuju, setuju, dan sangat setuju pada aitem *favorable* sedangkan pada aitem *unfavorable* akan diberi skor kebalikannya yaitu skor 4 sampai 1. Penelitian ini menggunakan bentuk penelitian kuantitatif. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji anova 3 jalur.

### **Analisis Data**

Pada penelitian ini akan menggunakan uji anova 3 jalur adalah uji analisis statistik yang bertujuan untuk menguji pengaruh dari tiga variabel bebas (*independent variable*) terhadap variabel tergantung (*dependent variable*). Dari hasil uji analisis anova 3 jalur bisa

diketahui efek dari masing-masing variabel bebas terhadap variabel tergantung, serta efek dari interaksi 3 variabel bebas dalam mempengaruhi variabel tergantung (Dencik., dkk, 2019).

### **Validitas dan Reabilitas**

Pada skala penelitian yang digunakan akan dilakukan uji validitas dan reabilitas. Hal ini dilakukan untuk mengetahui aitem-aitem mana yang valid, kemudian dilakukan uji reabilitas untuk melihat kehandalan skala MHI-18 dalam mengukur kesehatan mental. Dari hasil uji validitas didapatkan 1 soal yang tidak valid sehingga didalam penelitian akan menggunakan 17 aitem dalam proses pengambilan data. Setelah itu, dilakukan uji reabilitas yang didapatkan skor 0,909. Hal ini menunjukkan skala ini reliabel dalam mengukur aspek kesehatan mental.

### **Hipotesis**

Dalam penelitian ini membuat 7 hipotesis dalam menjelaskan pengaruh tingkat pendidikan, jumlah anak, dan jenis pekerjaan dalam mempengaruhi kesehatan mental pada ibu melahirkan seperti ada atau tidaknya perbedaan kondisi kesehatan mental ibu pasca melahirkan berdasarkan tingkat pendidikannya, ada atau tidaknya perbedaan kondisi kesehatan mental ibu pasca melahirkan berdasarkan jumlah anak yang dimilikinya, ada atau tidaknya perbedaan kondisi kesehatan mental ibu pasca melahirkan berdasarkan jenis pekerjaan yang dijalani, ada atau tidaknya interaksi antara tingkat pendidikan dengan jumlah anak yang dimiliki seorang ibu dalam mempengaruhi kesehatan mentalnya, ada atau tidaknya interaksi antara tingkat pendidikan dengan bentuk pekerjaan yang dijalani seorang ibu dalam mempengaruhi kesehatan mentalnya, ada atau tidaknya interaksi antara jumlah anak dengan bentuk pekerjaan yang dijalani seorang ibu dalam mempengaruhi kesehatan mentalnya, dan ada atau tidaknya interaksi antara tingkat pendidikan, jumlah anak, dan bentuk pekerjaan yang dijalani seorang ibu dalam mempengaruhi kesehatan mentalnya.

## HASIL

### Data Deskriptif

*Tabel 1. Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Tingkat Pendidikan*

| Variabel           | Tingkat Pendidikan | Jumlah | Persentase |
|--------------------|--------------------|--------|------------|
| Tingkat Pendidikan | S1                 | 22     | 49         |
|                    | S2                 | 23     | 51         |
| Total              |                    | 45     | 100%       |

Dari tabel 1 terlihat responden penelitian yang memiliki tingkat Pendidikan dengan jenjang S1 berjumlah 22 ibu (49%), S2 berjumlah 23 ibu (%).

*Tabel 2. Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Jumlah Anak*

| Variabel    | Jumlah Anak | Jumlah | Persentase |
|-------------|-------------|--------|------------|
| Jumlah Anak | 1 Anak      | 18     | 40%        |
|             | 2 Anak      | 16     | 36%        |
|             | >3 Anak     | 11     | 24%        |
| Total       |             | 45     | 100%       |

Dari tabel 2 terlihat responden penelitian yang memiliki jumlah 1 anak sebanyak 18 ibu (40%), 2 anak sebanyak 16 ibu (36%), 3 anak dan seterusnya sebanyak 11 ibu (24%).

*Tabel 3. Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Pekerjaan*

| Variabel         | Bentuk Pekerjaan | Jumlah | Persentase |
|------------------|------------------|--------|------------|
| Bentuk Pekerjaan | IRT              | 20     | 44%        |
|                  | Ibu Pekerja      | 25     | 56%        |
| Total            |                  | 45     | 100%       |

Dari tabel 3 terlihat responden penelitian yang memiliki bentuk pekerjaan sebagai IRT sejumlah 20 ibu (44%) dan ibu pekerja sebanyak 25 ibu (56%).

### Uji Normalitas

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas

|   | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |    |       | Shapiro-Wilk |    |      |
|---|---------------------------------|----|-------|--------------|----|------|
|   | Statistic                       | df | Sig.  | Statistic    | df | Sig. |
| Standardized Residual<br>for Kesehatan_mental | .075                            | 45 | .200* | .980         | 45 | .627 |

Dari tabel 4 dapat dilihat jika nilai signifikansi sebesar 0,627 (>0,05). Hal ini menunjukkan variasi data berdistribusi normal dan dapat dilanjutkan pada uji homogenitas.

### Uji Homogenitas

Tabel 5. Hasil Uji Homogenitas

|                      |   | Levene Statisti |     |            |      |
|----------------------|---|-----------------|-----|------------|------|
|                      |   | c               | df1 | df2        | Sig. |
| Kesehatan_<br>mental | Based on Mean                           | 1.092           | 11  | 33         | .398 |
|                      | Based on Median                         | .565            | 11  | 33         | .843 |
|                      | Based on Median and<br>with adjusted df | .565            | 11  | 18.50<br>9 | .833 |
|                      | Based on trimmed<br>mean                | 1.040           | 11  | 33         | .436 |

Dari tabel 5 dapat dilihat jika nilai signifikansi *based on mean* sebesar 0,398 (>0,05). Hal ini menunjukkan variasi data bersifat homogen. Situasi variasi data yang terdistribusi normal dan homogen membuat data tersebut dapat dilanjutkan dengan melakukan analisis data.



### Uji Anova 3 Jalur

Tabel 6. Hasil Uji Anova 3 Jalur

| Source   | Type III<br>Sum of<br>Squares | df | Mean<br>Square | F       | Sig. |
|--|-------------------------------|----|----------------|---------|------|
| Corrected Model  | 1578.047 <sup>a</sup>         | 11 | 143.459        | 1.357   | .239 |
| Intercept  | 96093.384                     | 1  | 96093.384      | 908.724 | .000 |
| Tingkat_Pendidikan                                       | 12.871                        | 1  | 12.871         | .122    | .729 |
| Jenis_pekerjaan  | 220.248                       | 1  | 220.248        | 2.083   | .158 |
| Jumlah_anak  | 1048.723                      | 2  | 524.362        | 4.959   | .013 |
| Tingkat_Pendidikan *<br>Jenis_pekerjaan                  | 5.058                         | 1  | 5.058          | .048    | .828 |
| Tingkat_Pendidikan *<br>Jumlah_anak                      | 150.895                       | 2  | 75.447         | .713    | .497 |
| Jenis_pekerjaan *<br>Jumlah_anak                         | 46.187                        | 2  | 23.093         | .218    | .805 |
| Tingkat_Pendidikan *<br>Jenis_pekerjaan *<br>Jumlah_anak | 69.296                        | 2  | 34.648         | .328    | .723 |
| Error  | 3489.598                      | 33 | 105.745        |         |      |
| Total  | 109132.000                    | 45 |                |         |      |
| Corrected Total  | 5067.644                      | 44 |                |         |      |

Berdasarkan hasil uji analisis anova 3 jalur didapatkan informasi bahwa tidak terdapat perbedaan kesehatan mental ibu pasca melahirkan berdasarkan tingkat pendidikannya ( $0,729 > 0,05$ ), ada perbedaan kesehatan mental ibu pasca melahirkan berdasarkan jumlah anak yang dimiliki ( $0,013 < 0,05$ ), tidak terdapat perbedaan kesehatan mental ibu pasca melahirkan berdasarkan bentuk pekerjaan yang dijalani ( $0,158 > 0,05$ ), tidak ada interaksi antara tingkat pendidikan dengan jumlah anak yang dimiliki seorang ibu dalam mempengaruhi kesehatan mentalnya ( $0,497 > 0,05$ ), tidak ada interaksi antara tingkat pendidikan dengan bentuk pekerjaan yang dijalani seorang ibu dalam mempengaruhi kesehatan mentalnya ( $0,723 > 0,05$ ), tidak ada interaksi antara jumlah anak dan bentuk pekerjaan yang dijalani seorang ibu dalam mempengaruhi kesehatan mentalnya

(0,805>0,05), dan tidak ada interaksi antara tingkat pendidikan, jumlah anak, dan bentuk pekerjaan dalam mempengaruhi kesehatan mental seorang ibu pasca melahirkan (0,723>0,05).

## **PEMBAHASAN**

Dari hasil hipotesis yang didapatkan informasi jika tidak terdapat perbedaan kesehatan mental ibu pasca melahirkan berdasarkan tingkat pendidikannya. Situasi ini bisa dikarenakan ada faktor-faktor lain yang lebih mempengaruhi kesehatan mental ibu pasca melahirkan seperti dukungan dari keluarga besar (Riem et al., 2023), dukungan dari lingkungan sosialnya (Inekwe & Lee, 2022), ibu yang memiliki keyakinan dan resiliensi yang baik, pendapatan yang cukup, tidak mengalami banyak masalah dengan gangguan tidur bayi, hal inilah yang dapat menjaga kesehatan mental ibu pasca melahirkan (Monteiro et al., 2020).

Dari hasil hipotesis yang kedua didapatkan informasi jika ada perbedaan kesehatan mental ibu pasca melahirkan berdasarkan jumlah anak yang dimiliki. Semakin banyak jumlah anak yang dimiliki beresiko membuat kesehatan mental ibu menjadi terganggu. Kondisi tersebut dapat dikarenakan efek kelelahan yang akan dialami oleh ibu seiring dengan bertambahnya tanggung jawab dan peran yang dijalani (Pearson et al., 2018). Hal ini justru rentan membuat ibu menjadi stress, cemas, bahkan depresi dimana situasi ini dapat mengganggu ikatan atau *bonding* antara ibu dan anaknya, mengganggu produksi asi dan perkembangan bahasa, emosi, kognitif dan perilaku ibu (Cafiero & Zabala, 2023). Anak yang dibesarkan dengan ibu yang mengalami gangguan depresi pasca melahirkan beresiko tinggi memiliki permasalahan pada aspek fisik, kognitif, dan perilaku (Saritha & Rani, 2022).

Dari hasil hipotesis yang ketiga didapatkan informasi jika tidak terdapat perbedaan kesehatan mental ibu pasca melahirkan berdasarkan bentuk pekerjaan yang dijalani. Hal ini sesuai dengan penelitian yang menjelaskan jika kesehatan mental pada ibu pekerja dan ibu rumah tangga tidak memiliki perbedaan yang signifikan (Bhadra dan Kar, 2019). Kondisi ini juga sejalan dengan penelitian yang menunjukkan tidak adanya perbedaan kesejahteraan

psikologis (*psychological well being*) antara ibu pekerja dan ibu rumah tangga (Satbhai, 2020). Situasi ini bisa dikarenakan kesehatan mental pada ibu pasca melahirkan lebih dipengaruhi oleh faktor lain seperti kondisi kesehatan mental yang sebelumnya dimiliki dan dukungan sosial (*social support*) (Inekwe & Lee, 2022).

Dukungan sosial dapat mencegah terjadinya gangguan depresi pasca melahirkan dan resiko penggunaan obat-obatan terlarang pada ibu pasca melahirkan (Howard et al., 2022). Hilangnya dukungan sosial pada ibu pasca melahirkan dapat meningkatkan terjadinya gangguan depresi dan kecemasan, serta terganggunya *bonding* antara ibu dan anak (White et al., 2022). Selain itu dukungan sosial juga dapat menjadi faktor pencegah terjadinya gangguan depresi pada ibu pasca melahirkan (Nugrahaeni dkk, 2022).

Dari hasil hipotesis juga diperoleh informasi jika tidak ada tidak ada interaksi antara tingkat pendidikan dengan jumlah anak, tidak ada interaksi antara tingkat pendidikan dengan bentuk pekerjaan, tidak ada interaksi antara jumlah anak dan bentuk pekerjaan, dan tidak ada interaksi antara tingkat pendidikan, jumlah anak, dan bentuk pekerjaan dalam mempengaruhi kesehatan mental seorang ibu pasca melahirkan. Hal ini menunjukkan jika kesehatan mental seorang ibu pasca melahirkan lebih dominan dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti yang dijelaskan sebelumnya.

## **PENUTUP**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada perbedaan diantara tingkat pendidikan, bentuk pekerjaan, dan jumlah anak terhadap kesehatan mental ibu pasca melahirkan. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa kesehatan mental ibu pasca melahirkan lebih dipengaruhi oleh jumlah anak yang telah dimiliki sebelumnya, daripada tingkat pendidikan dan bentuk pekerjaan yang dimiliki. Hal ini menunjukkan jika semakin banyak anak yang dimiliki oleh seorang ibu membuat para ibu semakin banyak memiliki peran pengasuhan dan tanggung jawab terhadap anak-anaknya. Kondisi ini diharapkan dapat membuat orang-orang yang ada disekitar ibu seperti suami, orang tua, mertua, teman-teman dapat lebih memperhatikan kondisi seorang ibu. Hal ini dapat membuat seorang ibu

merasa lebih diperhatikan dan didukung sehingga membuat kondisi fisik dan mental seorang ibu pasca melahirkan dapat menjadi lebih optimal. Ketika kondisi fisik dan mental seorang ibu merasa lebih baik, maka seorang ibu dapat menjalani peran pengasuhan kepada anak-anaknya dengan lebih baik.

Pada penelitian selanjutnya disarankan peneliti yang lain dapat meneliti variabel bebas lain (*Independent Variabel*) yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh kesehatan mental pada ibu melahirkan. Selain itu juga dapat menambahkan *dependent variabel* selain variabel kesehatan mental untuk bisa mengetahui aspek psikologis lainnya yang berpengaruh terhadap kondisi kesehatan ibu pasca melahirkan.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Al Rehaili, B. O., Al-Raddadi, R., AlEnezi, N. K., & AlYami, A. H. (2023). Postpartum quality of life and associated factors: a cross-sectional study. *Quality of Life Research, 32*(7), 2099–2106. <https://doi.org/10.1007/s11136-023-03384-3>
- Baattaiah, B. A., Alharbi, M. D., Aldhahi, M. I., & Khan, F. (2024). Factors associated with postpartum fatigue: an exploration of the moderating role of resilience. *Frontiers in Public Health, 12*(June), 1–13. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1394380>
- Bhadra, M., & Kar, R. (2021). A comparative study of psychological well-being between house wives and working women. *International Journal of Physiology, 4*(1), 2021–2023. [www.journalofsports.com](http://www.journalofsports.com)
- Cafiero, P. J., & Zabala, P. J. (2024). Postpartum depression: Impact on pregnant women and the postnatal physical, emotional, and cognitive development of their children. An ecological perspective. *Archivos Argentinos de Pediatría, 122*(4), 1–7. <https://doi.org/10.5546/AAP.2023-10217>
- Cohen, M. F., Corwin, E. J., Dunlop, A. L., & Brennan, P. A. (2022). Psychological Distress Prospectively Predicts Later Sleep Quality in a Sample of Black American Postpartum Mothers. *Behavioral Sleep Medicine, 20*(4), 442–459. <https://doi.org/10.1080/15402002.2021.1932499>
- Dencik, A. B., Yahya, F. F., Yoesoef, M. I., & Salim, M. N. (2019). *Statistik multivariat: Analisis anova, manova, ancova, mancova, repeated measures dengan aplikasi excel dan spss (p. 548)*. Depok : Rajawali Pers
- Ferrin, M. (2020). Education in mental health. In *Mental Health and Illness of Children and*

- Adolescents, 2020.* Springer Nature Singapore Pte Ltd.  
[https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-981-10-0753-8\\_41-1](https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-981-10-0753-8_41-1)
- Howard, K. J., Leong, C., Chambless, S., Grigsby, T. J., Cordaro, M., Perrotte, J. K., & Howard, J. T. (2022). Major Depression in Postpartum Women during the COVID-19 Pandemic: Can Social Support Buffer Psychosocial Risks and Substance Use? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(23).  
<https://doi.org/10.3390/ijerph192315748>
- Inekwe, J. N., & Lee, E. (2022). Perceived social support on postpartum mental health: An instrumental variable analysis. *PloS one*, 17(5), e0265941.  
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0265941>
- Jiang, W., Lu, Y., & Xie, H. (2020). Education and mental health: Evidence and mechanisms. In *Journal of Economic Behavior and Organization* (Vol. 180, pp. 407–437).  
<https://doi.org/10.1016/j.jebo.2020.09.032>
- Kondiroli, F., & Sunder, N. (2022). Mental health effects of education. In *Health Economics (United Kingdom)* (Vol. 31, Issue S2, pp. 22–39). <https://doi.org/10.1002/hec.4565>
- Kour, P., Sachdeva, P., & Arora, M. (2020). *A Comparative Study of Stress and Mental Health of Working and Non-Working Women of Jammu*. 32–39.
- Lubotzky-Gete, S., Ornoy, A., Grotto, I., & Calderon-Margalit, R. (2021). Postpartum depression and infant development up to 24 months: A nationwide population-based study. *Journal of Affective Disorders*, 285(February), 136–143.  
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.02.042>
- Mensah, A. (2021). Job stress and mental well-being among working men and women in europe: The mediating role of social support. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(5), 1–19. <https://doi.org/10.3390/ijerph18052494>
- Meybodi, F. A., Saeedi, Z., Behjati, Z., Noorbala, F., Dastbaravardec, A., & Enjedany, E. (2011). Reliability and validity of a Farsi version of 18-item mental health inventory. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30(December), 1425–1429.  
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.277>
- Monteiro, F., Pereira, M., Canavarro, M. C., & Fonseca, A. (2020). Be a mom's efficacy in enhancing positive mental health among postpartum women presenting low risk for postpartum depression: Results from a pilot randomized trial. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(13), 1–19.  
<https://doi.org/10.3390/ijerph17134679>
- Nugrahaeni, M. T., Untari, N. Y., & Veibiani, N. A. (2022). Meta Analysis: The Effect of Social Support in Preventing Postpartum Depression in Postpartum Mothers. *Journal of Epidemiology and Public Health*, 7(1), 80–91.

- <https://doi.org/10.26911/jepublichealth.2022.07.01.07>
- O’Dea, G. A., Youssef, G. J., Hagg, L. J., Francis, L. M., Spry, E. A., Rossen, L., Smith, I., Teague, S. J., Mansour, K., Booth, A., Davies, S., Hutchinson, D., & Macdonald, J. A. (2023). Associations between maternal psychological distress and mother-infant bonding: a systematic review and meta-analysis. *Archives of Women’s Mental Health*, 26(4), 441–452. <https://doi.org/10.1007/s00737-023-01332-1>
- Obrochta, C. A., Chambers, C., & Bandoli, G. (2020). Psychological distress in pregnancy and postpartum. *Women and Birth*, 33(6), 583–591. <https://doi.org/10.1016/j.wombi.2020.01.009>
- Pearson, R. M., Culpin, I., Loret de Mola, C., Quevedo, L., Murray, J., Matijasevich, A., Tilling, K., Barros, F. C., Stein, A., & Horta, B. L. (2019). Transition to parenthood and mental health at 30 years: a prospective comparison of mothers and fathers in a large Brazilian birth cohort. *Archives of Women’s Mental Health*, 22(5), 621–629. <https://doi.org/10.1007/s00737-018-0935-x>
- Rajgariah, R., Malenahalli Chandrashekarappa, S., Venkatesh Babu, D. K., Gopi, A., Murthy Mysore Ramaiha, N., & Kumar, J. (2021). Parenting stress and coping strategies adopted among working and non-working mothers and its association with socio-demographic variables: A cross-sectional study. *Clinical Epidemiology and Global Health*, 9(September), 191–195. <https://doi.org/10.1016/j.cegh.2020.08.013>
- Riem, M. M. E., Bakermans-Kranenburg, M. J., Cima, M., & van IJzendoorn, M. H. (2023). Grandparental Support and Maternal Postpartum Mental Health: A Review and Meta-Analysis. *Human Nature*, 34(1), 25–45. <https://doi.org/10.1007/s12110-023-09440-8>
- Saritha Sari & Rani Bimla. (2023). *Articles post-partum psychosis*. <https://doi.org/DOI:10.47211/tg.2023.v10i02.011>
- Satbhai, A. (2020). A Comparative Study of Psychological Well-Being Between Working and Non-Working Mother. *International Journal Of Advance Research, Ideas And Innovations In Technology*, 6(5), 531–533. [www.IJARIT.com](http://www.IJARIT.com)
- Singh, A., & Kumar, H. (2020). *Mental health of adolescents of working and non-working mothers*. <http://www.ijip.in>
- Substance Abuse and Mental Health Services Administration. (2023, February 2). *What is mental health?* Retrieved December 1, 2024, from <https://www.samhsa.gov/mental-health>
- Veit, C. T., & Ware, J. E. (1983). The structure of psychological distress and well-being in general populations. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 51(5), 730–742. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.51.5.730>
- Wang, M., Bai, T., Zhang, J., Liu, H., Wu, L., & Zhang, F. (2024). Relationship between maternal

- postpartum depression, fatigue, sleep quality and infant growth: A cross-sectional study. In *Japan Journal of Nursing Science*. <https://doi.org/10.1111/jjns.12614>
- White, L. K., Kornfield, S. L., Himes, M. M., Forkpa, M., Waller, R., Njoroge, W. F. M., Barzilay, R., Chaiyachati, B. H., Burris, H. H., Duncan, A. F., Seidlitz, J., Parish-Morris, J., Elovitz, M. A., & Gur, R. E. (2023). The impact of postpartum social support on postpartum mental health outcomes during the COVID-19 pandemic. *Archives of Women's Mental Health*, 26(4), 531–541. <https://doi.org/10.1007/s00737-023-01330-3>
- World Health Organization. (2022, June 17). *Mental health*. Retrieved December 1, 2024, from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Zakharova, I. N., Berezhnaya, I. V., Sugian, N. G., Orobinskaia, I. V., & Karimova, A. E. (2023). Does maternal postpartum depression affect child health and development? A review. In *Pediatrics. Consilium Medicum* (Issue 4, pp. 295–300). <https://doi.org/10.26442/26586630.2022.4.202029>