

Literature Review : Intervensi Peningkatan Kesehatan Mental pada Masa Kehamilan untuk Mencegah Depresi Post Partum

Literature Review: Mental Health Interventions During Pregnancy to Prevent Postpartum Depression

Diah Lestari Nasution^{1*}, Evi Indriani Br Karo¹, Febrina Oktavinola Kaban¹, Nur Afidarti¹, Bina Melvia Girsang¹

¹Prodi Magister Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Sumatera Utara, Sumatera Utara, Indonesia

Kata Kunci :

Kesehatan mental, kehamilan, depresi postpartum, promosi Kesehatan, antenatal.

ABSTRAK

Pendahuluan: Depresi postpartum merupakan gangguan kesehatan mental yang sering terjadi setelah persalinan yang bisa berdampak pada ibu, bayi, dan keluarga. Kondisi ini dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain seperti faktor biologis, psikologis, dan sosial yang telah muncul sejak masa kehamilan. Tujuan literature review ini adalah untuk mengidentifikasi bentuk-bentuk intervensi peningkatan kesehatan mental selama kehamilan yang efektif dalam mencegah depresi postpartum berdasarkan publikasi lima tahun terakhir (2020-2025). **Metode:** Pendekatan literature review melalui penelusuran artikel pada database *Google Scholar*, *PubMed*, *ScienceDirect*, dan *SpringerLink* menggunakan kata kunci “*mental health promotion*”, “*pregnancy*”, “*postpartum depression*”, dan “*prenatal intervention*”. Artikel dipilih berdasarkan kriteria inklusi berupa penelitian berbahasa Indonesia dan Inggris, full text, serta dipublikasikan tahun 2020-2025. **Hasil:** Kajian literatur menunjukkan bahwa intervensi untuk peningkatan kesehatan mental selama kehamilan dapat dilakukan melalui edukasi psikologis, mindfulness, dukungan social, konseling antenatal, terapi nonfarmakologis, skrining dini, dan intervensi berbasis telemedicine. Intervensi tersebut terbukti mampu menurunkan tingkat kecemasan dan risiko depresi postpartum. **Kesimpulan:** Literature review ini menunjukkan bahwa upaya promosi kesehatan mental sejak masa antenatal penting dilakukan secara terintegrasi oleh tenaga kesehatan, khususnya perawat dan bidan, untuk mencegah depresi postpartum serta meningkatkan kualitas hidup ibu dan bayi.

Keyword:

Mental health, pregnancy, postpartum, depression, health promotion, antenatal

ABSTRACT

Introduction: Postpartum depression is a common mental health disorder that occurs after childbirth and can affect the mother, the baby, and the family. This condition is influenced by various factors, including biological, psychological, and social factors that have been present since pregnancy. The purpose of this literature review is to identify forms of mental health promotion interventions during pregnancy that are effective in preventing postpartum depression based on publications from the last five years (2020–2025). **Methods:** A literature review was conducted by searching for articles in the *Google Scholar*, *PubMed*, *ScienceDirect*, and *SpringerLink* databases using the keywords “*mental health promotion*,” “*pregnancy*,” “*postpartum depression*,” and “*prenatal intervention*.” Articles were selected based on inclusion criteria: studies in Indonesian or English, full-text articles, and those published between 2020 and 2025. **Results:** The literature review indicates that interventions to improve mental health during pregnancy can be implemented through psychological education, mindfulness, social support, antenatal counseling, nonpharmacological therapy, early screening, and telemedicine-based interventions. These interventions have been shown to reduce anxiety levels and the risk of postpartum depression. **Conclusion:** This literature review

indicates that integrated mental health promotion efforts beginning in the antenatal period are crucial and should be carried out by healthcare professionals—particularly nurses and midwives—to prevent postpartum depression and improve the quality of life for both mothers and infants.

Copyright © 2026 JKBD

All rights reserved

Corresponding Author:

Diah Lestari Nasution

Email: diah.lestari@usu.ac.id

Article history

Received date : 20 Mei 2026

Revised date : 2 Juli 2026

Accepted date : 30 Juli 2026

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan periode transisi yang menimbulkan perubahan fisik, hormonal, psikologis, dan social pada seorang Wanita. Perubahan tersebut dapat menyebabkan stress emosional yang memengaruhi Kesehatan mental ibu hamil. Apabila tidak ditangani dengan baik, gangguan Kesehatan mental selama kehamilan dapat berkembang menjadi depresi postpartum setelah persalinan. Depresi postpartum adalah gangguan mood yang muncul setelah melahirkan dan ditandai dengan perasaan sedih berkepanjangan, kehilangan minat, kecemasan, gangguan tidur, serta kesulitan menjalin ikatan emosional dengan bayi (Veri, Lajuna and Dewita, 2024). Organisasi Kesehatan dunia menyebutkan bahwa gangguan kesehatan mental perinatal menjadi salah satu komplikasi utama pada masa kehamilan dan postpartum. Faktor risiko depresi postpartum meliputi kurangnya dukungan social, riwayat gangguan mental, stress selama kehamilan, komplikasi obstetric, dan kondisi ekonomi yang buruk (Adyani, Rahmawati and Pebrianti, 2023).

. Depresi postpartum merupakan salah satu gangguan mental yang paling sering terjadi pada ibu setelah melahirkan. Kondisi ini ditandai dengan perasaan sedih berkepanjangan, kehilangan minat terhadap aktivitas sehari-hari, gangguan tidur, kecemasan, kelelahan berlebihan, hingga munculnya perasaan tidak mampu merawat bayi. Dalam kondisi yang berat, depresi postpartum dapat menyebabkan gangguan hubungan ibu dan bayi, penurunan kualitas pengasuhan, bahkan meningkatkan risiko bunuh diri pada ibu (American Psychiatric Association, 2022).

Secara global, prevalensi depresi postpartum diperkirakan mencapai 10-20% pada ibu setelah melahirkan, dengan angka yang lebih tinggi ditemukan di negara berkembang akibat faktor social ekonomi, rendahnya dukungan keluarga, dan keterbatasan akses pelayanan Kesehatan mental (WHO, 2022).

Di Indonesia, depresi postpartum masih menjadi masalah Kesehatan yang memerlukan perhatian serius karena banyak kasus yang tidak terdiagnosis. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil dengan tingkat kecemasan tinggi selama kehamilan memiliki risiko lebih besar mengalami depresi postpartum dibandingkan ibu dengan kondisi psikologis stabil. Faktor risiko depresi postpartum sangat kompleks dan melibatkan faktor biologis, psikologis, serta social. Perubahan hormon estrogen dan progesterone selama kehamilan dan setelah persalinan dapat memengaruhi kestabilan suasana hati ibu. Selain itu, stress psikologis, ketidaksiapan menjadi orang tua, konflik rumah tangga, riwayat gangguan mental, komplikasi obstetric, serta kurangnya dukungan social juga menjadi faktor predisposisi terjadinya depresi postpartum (Solehati, Sriati and Kosasih, 2020).

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa Kesehatan mental ibu perlu diperhatikan sejak masa antenatal sebagai Upaya pencegahan primer.

Promosi kesehatan mental selama kehamilan menjadi salah satu strategi preventif yang efektif untuk menurunkan risiko depresi postpartum. Promosi kesehatan mental tidak hanya berfokus pada pencegahan gangguan psikologis, tetapi juga bertujuan meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi

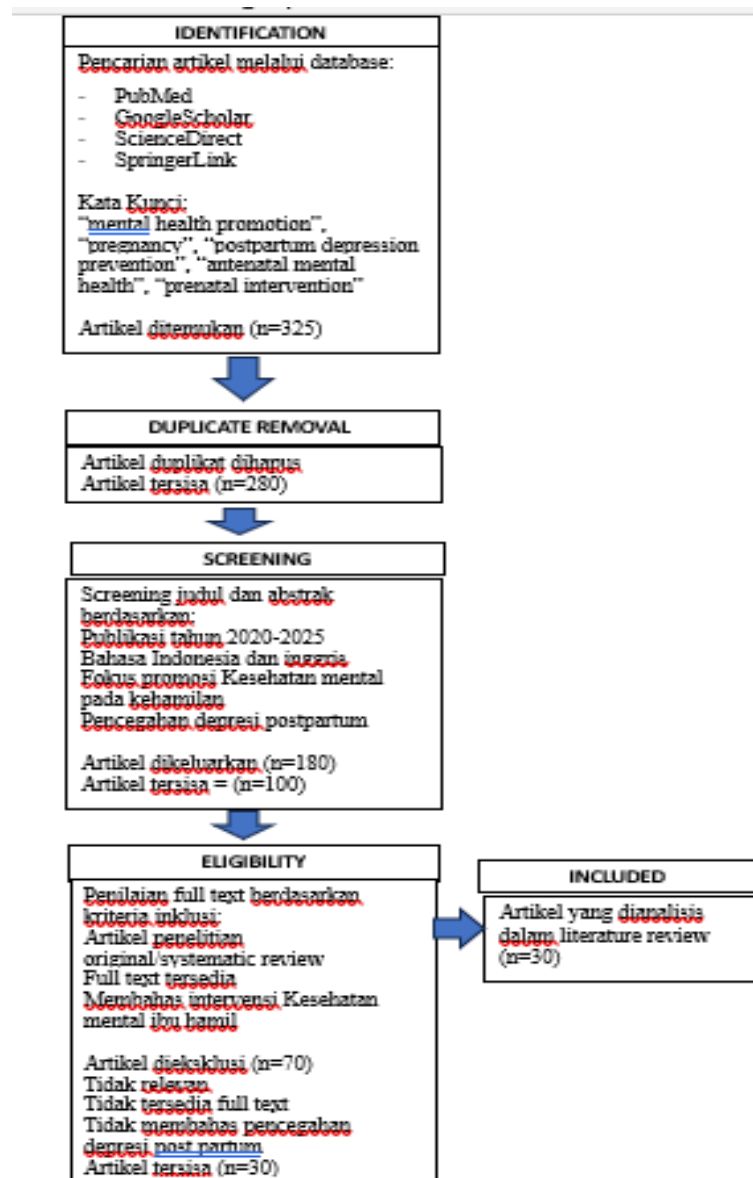
stress, membangun coping mechanism yang adaptif, dan memperkuat dukungan social. Intervensi promosi kesehatan mental dapat dilakukan melalui edukasi psikologis, konseling antenatal, mindfulness, terapi relaksasi, dukungan keluarga, serta skrining dini gangguan mental selama kehamilan (Stentzel *et al.*, 2023a). Perkembangan teknologi kesehatan juga mendukung peningkatan layanan Kesehatan mental maternal melalui telemedicine dan layanan konseling berbasis digital. Pendekatan ini terbukti membantu meningkatkan akses ibu hamil terhadap layanan psikologis, terutama pada daerah dengan keterbatasan tenaga Kesehatan jiwa. Selain itu, keterlibatan tenaga Kesehatan seperti perawat dan bidan dalam memberikan edukasi kesehatan mental selama antenatal care mampu meningkatkan kesiapan psikologis ibu menghadapi persalinan dan masa postpartum (Wahidah *et al.*, 2024).

Berdasarkan uraian tersebut, diperlukan kajian literature review untuk mengidentifikasi berbagai bentuk promosi Kesehatan mental selama kehamilan yang efektif dalam mencegah depresi postpartum. Kajian ini diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan intervensi promotive dan preventif dalam pelayanan Kesehatan maternal sehingga kualitas hidup ibu dan bayi dapat meningkat.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode literature review dengan pendekatan PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses). Penelusuran artikel dilakukan melalui beberapa database elektronik, yaitu PubMed, Google Scholar, ScienceDirect, dan SpringerLink. Kata kunci yang digunakan meliputi “mental health promotion”, “pregnancy”, “postpartum depression prevention”, “antenatal mental health”, dan “prenatal intervention”. Artikel yang ditemukan kemudian diseleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi meliputi artikel penelitian original atau systematic review, dipublikasikan tahun 2020-2025, tersedia dalam full text, menggunakan Bahasa Indonesia atau inggris, serta membahas promosi Kesehatan mental selama kehamilan untuk mencegah depresi postpartum. Kriteria eksklusi meliputi artikel duplikat, artikel tanpa akses full text, dan

artikel yang tidak relevan dengan tujuan penelitian. Proses seleksi artikel dilakukan melalui beberapa tahap, yang terlihat pada gambar 1. Flowchart systematic review; yaitu identification, duplicate removal, screening, eligibility, dan included sesuai alur PRISMA. Dari total 325 artikel yang ditemukan, diperoleh 30 artikel yang memenuhi kriteria dan dianalisis dalam literature review ini. Analisis dilakukan dengan mengidentifikasi bentuk intervensi promosi Kesehatan mental selama kehamilan serta efektivitasnya dalam mencegah depresi postpartum



Gambar 1. Flowchart PRISMA

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Hasil literature review

N o	Penulis/Tahun	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Sampel	Intervensi/ Variabel	Hasil Penelitian	Kesimpulan
1	(Stentzel <i>et al.</i> , 2023b)	<i>Mental health-related telemedicine interventions for pregnant women and new mothers: A systematic literature review</i>	Systematic review	28 artikel	Telemedicine dan konseling online	Intervensi telemedicine efektif meningkatkan akses layanan Kesehatan mental ibu hamil dan postpartum serta menurunkan gejala depresi dan kecemasan	Telemedicine dapat menjadi strategi promosi Kesehatan mental yang efektif selama kehamilan
2	(Solehati, Sriati and Kosasih, 2020)	Intervensi untuk mengurangi depresi postpartum	Literature review	15 artikel	Edukasi, konseling, dukungan sosial	Intervensi psikososial mampu menurunkan risiko depresi postpartum	Dukungan psikologis selama kehamilan penting dilakukan sejak antenatal
3	(Wahidah <i>et al.</i> , 2024)	Terapi non-farmakologis dalam Upaya pencegahan depresi postpartum	Literature review	20 artikel	Aromaterapi, terapi music, relaksasi	Terapi nonfarmakologis membantu mengurangi kecemasan dan stress ibu hamil	Pendekatan nonfarmakologis efektif mendukung Kesehatan mental maternal
4	(Adyani, Rahmawati and Pebrianti, 2023)	Faktor-faktor yang memengaruhi Kesehatan mental pada ibu selama kehamilan	Literature review	18 artikel	Faktor psikososial dan dukungan keluarga	Kurangnya dukungan social meningkatkan risiko depresi postpartum	Dukungan keluarga berperan penting dalam Kesehatan mental ibu
5	(Min <i>et al.</i> , 2023)	<i>The effect of mindfulness-based interventions during pregnancy on postpartum mental health</i>	Meta-analysis	22 peneliti an	Mindfulness-based intervention	Mindfulness terbukti menurunkan gejala depresi dan kecemasan postpartum	Mindfulness efektif sebagai intervensi promotive Kesehatan mental
6	(Veri, Lajuna and Dewita, 2024)	Pencegahan depresi postpartum: Review dan rekomendasi	Review article	17 artikel	Edukasi antenatal dan skrining dini	Skrining dini membantu mendeteksi risiko depresi postpartum lebih awal	Skrining psikologis perlu diintegrasikan dalam ANC
7	(Howard and Khalifeh, 2020)	Perinatal mental health: a review of progress and challenges	Review article	58 peneliti an	Konseling antenatal	Konseling rutin menurunkan tingkat stress dan kecemasan ibu hamil	Perawatan kesehatan mental perinatal spesialis yang dirancang Bersama dan efektif, jika tersedia,

							kemungkinan akan berdampak pada morbiditas psikologis perempuan dan anak-anak makan dibutuhkan strategi pra-konsepsi dan konseling
8	Dennis, C. L., & Dowswell, T. (2021)	Psychosocial interventions for the prevention of postpartum depression	Randomized controlled Trial	210 ibu hamil	Dukungan kelompok dan edukasi	Kelompok dukungan meningkatkan kesejahteraan psikologis ibu	Intervensi komunitas mendukung pencegahan depresi postpartum

Berdasarkan hasil literature review tahun 2020-2025, promosi Kesehatan mental selama kehamilan terbukti memiliki peran penting dalam mencegah depresi postpartum. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa intervensi psikologis dan psikososial yang dilakukan sejak masa antenatal mampu menurunkan tingkat kecemasan, stress, dan gejala depresi pada ibu setelah persalinan. Intervensi yang paling sering digunakan meliputi psychoeducation, mindfulness, cognitive behavioral therapy (CBT), dukungan social, konseling antenatal, telemedicine, serta terapi nonfarmakologis.

Penelitian terbaru oleh Nguyen dan Pengpid (2025) dalam scoping review menemukan bahwa program psychoeducation dan mindfulness merupakan intervensi yang paling konsisten dalam menurunkan risiko depresi postpartum dibandingkan intervensi lainnya. Penelitian tersebut menganalisis 49 studi dan menunjukkan bahwa intervensi lainnya terstruktur, berbasis teori, serta melibatkan dukungan keluarga memberikan hasil yang lebih efektif. Selain itu, intervensi home visit dan interpersonal therapy (IPT) juga efektif meskipun memiliki keterbatasan dalam implementasi luas karena membutuhkan sumber daya yang lebih besar (Nguyen and Pengpid, 2025).

Hasil tersebut sejalan dengan penelitian *Psychological Prevention of Postpartum Depression for Expectant Parents* tahun 2025 yang menyatakan bahwa intervensi psikologis seperti mindfulness, CBT, dan psychoeducation mampu menurunkan kejadian depresi postpartum secara signifikan. Penelitian ini menekankan bahwa intervensi dengan durasi lebih Panjang memberikan hasil yang lebih baik dibandingkan intervensi jangka

pendek. Selain itu, ibu hamil tanpa riwayat gangguan psikiatri berat dan memiliki dukungan social yang baik menunjukkan respons yang lebih optimal terhadap intervensi promotive kesehatan mental (Bjertrup, Rasmussen and Miskowiak, 2025).

Focus intervensi lebih banyak diarahkan pada pendekatan psikososial dan dukungan social dimana intervensi psikososial mampu menurunkan risiko depresi postpartum dengan nilai efektivitas yang cukup signifikan. Bentuk intervensi yang paling efektif meliputi home visit oleh tenaga Kesehatan, dukungan telepon berbasis *peer support*, serta interpersonal psychotherapy. Penelitian ini menegaskan bahwa intervensi individual dan kontak berulang lebih efektif dibandingkan intervensi kelompok dengan durasi pendek (Dennis and Dowswell, 2013).

Periode yang sama, Missler et al. (2021) menemukan bahwa universal prevention intervention pada ibu hamil mampu mengurangi gejala distress psikologis, depresi, dan kecemasan postpartum. Penelitian meta-analysis tersebut menunjukkan bahwa intervensi psikologis preventif selama kehamilan memberikan efek moderat terhadap penurunan stress emosional ibu hamil. Hal ini memperkuat pentingnya promosi Kesehatan mental tidak hanya diberikan kepada ibu dengan risiko tinggi, tetapi juga kepada seluruh ibu hamil sebagai bentuk pencegahan primer (Missler et al., 2021).

Perkembangan penelitian tahun 2023-2025 menunjukkan adanya perubahan pendekatan promosi Kesehatan mental ke arah digital dan telemedicine. Stentzel et al. (2023) menyatakan bahwa telemedicine menjadi strategi yang efektif dalam meningkatkan akses layanan kesehatan mental pada ibu hamil

dan postpartum. Konseling online, aplikasi Kesehatan mental, dan telepsychiatry dinilai mampu mengatasi keterbatasan akses layanan Kesehatan jiwa, terutama di daerah dengan keterbatasan tenaga kesehatan mental (Stentzel *et al.*, 2023a).

Aplikasi kesehatan mental berbasis mobile dengan pendekatan CBT, *mindfulness*, dan telecounseling efektif menurunkan gejala depresi postpartum. Namun, efektivitas aplikasi dipengaruhi oleh tingkat literasi digital ibu, kemudahan penggunaan aplikasi, sensitivitas budaya, dan dukungan social. Dibandingkan penelitian tahun 2020-2021 yang masih berfokus pada intervensi tatap muka, penelitian terbaru lebih menekankan pemanfaatan teknologi digital sebagai inovasi dalam promosi Kesehatan mental maternal (Umaroh *et al.*, 2025).

Selain intervensi promotive, beberapa penelitian terbaru juga menyoroti faktor risiko depresi postpartum sebagai dasar pengembangan strategi pencegahan. Sitawati *et al.* (2025) menemukan bahwa Riwayat gangguan psikiatri, rendahnya dukungan social, komplikasi obstetric, stress perinatal, dan kondisi ekonomi rendah merupakan faktor risiko utama depresi postpartum. Penelitian ini menegaskan bahwa promosi kesehatan mental selama kehamilan harus dilakukan secara holistic dengan mempertimbangkan faktor biologis, psikologis, dan social ibu (Sitawati *et al.*, 2025).

Mindfulness-based intervention menjadi salah satu intervensi yang paling banyak direkomendasikan dalam penelitian terbaru bahwa *mindfulness* selama kehamilan memberikan efek jangka panjang terhadap penurunan depresi postpartum dan peningkatan Kesehatan mental ibu. Teknik *mindfulness* membantu ibu meningkatkan regulasi emosi, mengurangi kecemasan, serta meningkatkan kemampuan coping terhadap perubahan selama masa kehamilan dan postpartum dibandingkan terapi farmakologis. *Mindfulness* lebih aman karena tidak menimbulkan efek samping bagi ibu dan janin.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil literatur review tahun 2020-2025 menunjukkan bahwa intervensi berbasis promosi kesehatan mental selama kehamilan memiliki efektivitas yang signifikan dalam mencegah kejadian depresi postpartum.

Perbedaan antar penelitian terletak pada jenis intervensi, metode penyampaian, dan populasi sasaran. Penelitian awal lebih menekankan dukungan psikososial dan konseling tatap muka, sedangkan penelitian terbaru mulai mengembangkan pendekatan digital melalui telemedicine dan aplikasi Kesehatan mental.

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed., text rev.) American Psychiatric Publishing.
- Adyani, K., Rahmawati, A. and Pebrianti, A. (2023) 'Influencing Factors Mental Health in Mothers During Pregnancy: Literature Review', *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 6(6), pp. 1033–1038. doi: 10.56338/MPPKI.V6I6.3388.
- Anggraini, R., & Setiyowati, N. (2026). Sistematis literatur review: peran budaya dalam intervensi untuk depresi postpartum di berbagai benua. *Jurnal Kesehatan*, 3(11), 731-751.
- Ardan, M., Umar, Z., Kadir, A., & Ariestantia, D. R. (2021). Efektivitas intervensi spiritual management of relaxation therapy (smarter) dalam upaya mencegah depresi ibu postpartum. *Sebatik*, 25(2), 405-410.
- Bjertrup, A. J., Rasmussen, K. H. E. and Miskowiak, K. W. (2025) 'Psychological prevention of postpartum depression for expectant parents', *Journal of Affective Disorders*. Elsevier, pp. 58–73. doi: 10.1016/j.jad.2025.02.077.
- Dennis, C. L. and Dowswell, T. (2013) 'Psychosocial and psychological interventions for preventing postpartum depression', *Cochrane Database of Systematic Reviews*. John Wiley and Sons Ltd. doi: 10.1002/14651858.CD001134.pub3.
- Fatmawati, A., Rachmah, S., & Sari, I. P. (2025). Penguatan Literasi Kesehatan dalam Mencegah Baby Blues: Upaya Mendukung Kesehatan Mental Ibu Nifas. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 3(7), 3414-3421.
- Howard, L. M. and Khalifeh, H. (2020) 'Perinatal mental health: a review of progress and challenges', *World*

- Psychiatry*. Blackwell Publishing Ltd, pp. 313–327. doi: 10.1002/wps.20769.
- Min, W. *et al.* (2023) 'The effect of mindfulness-based interventions during pregnancy on postpartum mental health: A meta-analysis', *Journal of Affective Disorders*. Elsevier, pp. 452–460. doi: 10.1016/j.jad.2023.03.053.
- Missler, M. *et al.* (2021) 'Universal prevention of distress aimed at pregnant women: a systematic review and meta-analysis of psychological interventions', *BMC Pregnancy and Childbirth*, 21(1), pp. 276-. doi: 10.1186/s12884-021-03752-2.
- Nabilla, T., & Dwiyantri, E. (2022). Efektivitas yoga dalam mengatasi kecemasan ibu hamil dan depresi postpartum: Systematic review. *Journal of Community Mental Health and Public Policy*, 5(1), 40-49.
- Nguyen, N. T. and Pengpid, S. (2025) 'Proactive approaches to preventing postpartum depression in non-depressive pregnant women: a comprehensive scoping review', *Frontiers in Global Women's Health*. Frontiers Media SA, p. 1497740. doi: 10.3389/fgwh.2025.1497740.
- Sari, P. I. A., Budiono, I., Indarjo, S., & Widowati, E. (2025, November). Efektivitas intervensi dukungan sosial sebagai upaya pencegahan postpartum blues pada ibu nifas di wilayah kerja. In *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan* (pp. 180-188).
- Sitawati, A. D. *et al.* (2025) 'Risk factors for postpartum psychiatric disorders: A systematic review', *Science Midwifery*, 13(5), pp. 1255–1262. doi: <https://doi.org/10.35335/midwifery.v13i5.2123>.
- Solehati, T., Sriati, A. and Kosasih, C. E. (2020) 'Intervensi untuk Mengurangi Depresi Postpartum', *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(2), p. 177. doi: 10.26714/jkj.8.2.2020.177-184.
- Stentzel, U. *et al.* (2023a) 'Mental health-related telemedicine interventions for pregnant women and new mothers: a systematic literature review', *BMC Psychiatry*, 23(1), pp. 292-. doi: 10.1186/s12888-023-04790-0.
- Stentzel, U. *et al.* (2023b) 'Mental health-related telemedicine interventions for pregnant women and new mothers: a systematic literature review', *BMC Psychiatry*, 23(1), pp. 292-. doi: 10.1186/s12888-023-04790-0.
- Umaroh, V. B. *et al.* (2025) 'The effectiveness of mental health mobile application on postpartum depression in postpartum mothers : A systematic review', *Journal of Health Technology Assessment in Midwifery*, 8(2), pp. 79–92. doi: 10.31101/JHTAM.4385.
- Veri, N., Lajuna, L. and Dewita (2024) 'Pencegahan depresi postpartum: Review dan rekomendasi', *Femina: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 4(2), pp. 345–358. doi: 10.30867/femina.v4i2.765.
- Wahidah, N. J. *et al.* (2024) 'Literatur Review : Terapi Non-Farmakologis dalam Upaya Pencegahan Depresi Postpartum', *Malahayati Nursing Journal*, 6(8), pp. 3287–3296. doi: 10.33024/mnj.v6i8.13194.
- Wahyuni, S., Istikhomah, H., & Murwati, M. (2026). Kebutuhan spiritual: pendekatan psikoneuroimunologi (integrasi teori dan aplikasi klinis dalam pencegahan depresi postpartum). *Penerbit Tahta Media*.
- XI, B. (2026). Integrasi Layanan Kesehatan Mental Maternal untuk Pencegahan Depresi Pasca Persalinan. *Catatan Kuliah Kebijakan, dan Isu Kesehatan Reproduksi*, 270.