

**DETEKSI DINI DEPRESI POSTPARTUM : PENGGUNAAN  
EDINBURGH POST NATAL DEPRESSION SCALE (EPDS)**  
Early Detection of Postpartum Depression: The Use of the Edinburgh  
Postnatal Depression Scale (EPDS).

**Efry Leny Rauf<sup>1</sup>, Fidywati Aprianti A Hiola<sup>2</sup>, Fitri Dewi Angriani<sup>3</sup>.**

<sup>1,2,3.</sup> Univeritas Muhammadiyah Gorontalo.

E-mail: efrilenyrauf@umgo.ac.id

**ABSTRACT**

Postpartum depression is a complication that can endanger the safety of both the mother and the baby. In Indonesia, the prevalence of depression reaches 6.1%, with significant impacts on the well-being of both the mother and the child. Early detection by midwives using the Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) can help prevent postpartum depression. This study aims to detect early postpartum depression using EPDS through an analytical survey with a cross-sectional approach. The study subjects were 41 postnatal mothers. The results showed that 28 respondents (68.3%) had an EPDS score of 0-9 (normal), 6 respondents (14.6%) required rescreening, and 7 respondents (17.1%) showed signs of postpartum depression with an EPDS score of >10. After rescreening, 33 respondents (80.5%) remained in the normal range, while 8 respondents (19.5%) were identified as experiencing postpartum depression. The conclusion of this study is that 17.1% of postnatal mothers experienced postpartum depression, emphasizing the importance of midwives in early detection and management of postpartum depression to improve maternal well-being after childbirth.

**Keyword:** Postpartum Depression, EPDS, Early Detection Postnatal Mothers, Midwife.

**ABSTRAK**

Depresi postpartum merupakan salah satu komplikasi yang dapat membahayakan keselamatan ibu dan bayi. Di Indonesia, prevalensi depresi mencapai 6,1%, dengan dampak yang signifikan terhadap kesejahteraan ibu dan anak. Deteksi dini oleh bidan menggunakan Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) dapat membantu mencegah depresi postpartum. Penelitian ini bertujuan untuk mendeteksi dini depresi postpartum dengan menggunakan EPDS melalui survei analitik dengan pendekatan cross-sectional. Subjek penelitian adalah 41 ibu postnatal. Hasil menunjukkan bahwa 28 responden (68,3%) memiliki nilai EPDS 0-9 (normal), 6 responden (14,6%) memerlukan skrining ulang, dan 7 responden (17,1%) menunjukkan adanya depresi postpartum (nilai >10). Setelah skrining ulang, 33 responden (80,5%) tetap berada dalam nilai normal, sementara 8 responden (19,5%) teridentifikasi mengalami depresi postpartum. Simpulan dari penelitian ini adalah 17,1% ibu postnatal mengalami depresi postpartum, menekankan pentingnya peran bidan dalam deteksi dini dan penanganan depresi postpartum untuk meningkatkan kesejahteraan ibu setelah melahirkan.

**Kata Kunci:** Depresi Postpartum, Edinburgh Postnatal Depression Scale, Deteksi Dini, Postnatal Mothers.

## PENDAHULUAN

Kesehatan mental atau depresi postpartum merupakan salah satu komplikasi postpartum yang menjadi perhatian khusus karena menyangkut keselamatan ibu dan bayi. Diketahui prevalensi depresi di Indonesia mencapai 6,1%, dan gangguan kesehatan ibu di khawatirkan dapat mengganggu kesejahteraan ibu maupun bayi. Deteksi dini penting dilakukan oleh bidan untuk mencegah dan mengatasi hal yang tidak diinginkan. Dengan deteksi dini menggunakan Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS), bidan dapat membantu mencegah depresi sedini mungkin, sehingga kesejahteraan ibu dan bayi dapat lebih terjaga.

Depresi postpartum adalah gangguan perasaan yang dialami oleh ibu setelah melahirkan, di mana ibu merasakan kesedihan, kehilangan energi, kesulitan berkonsentrasi, serta perasaan bersalah dan tidak berharga. Tanda dan gejala depresi postpartum meliputi mudah menangis, mudah putus asa, merasa tidak berguna dalam kehidupannya, serta adanya keinginan untuk bunuh diri, rasa cemas dan khawatir yang berlebihan sering dialami oleh ibu. (Solama et al., 2023)

Depresi postpartum disebabkan oleh ketidakseimbangan zat kimia di otak yang

memengaruhi suasana hati dan emosi ibu setelah persalinan. Sekitar 10% dari ibu yang melahirkan mengalami depresi postpartum. Hal ini yang menunjukkan betapa penting deteksi dan penanganan dini untuk mendukung kesehatan mental ibu dan kesejahteraan bayi (Solama et al., 2023). Oleh karena itu, pemahaman tentang gejala dan penyebab depresi postpartum sangat penting untuk merancang intervensi yang efektif dan memberikan dukungan yang diperlukan selama periode pasca melahirkan.

Menurut data statistik World Health Organization (WHO) tahun 2020, secara global diperkirakan 379 juta orang terkena gangguan jiwa. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 (RISKESDAS), prevalensi depresi di Indonesia mencapai 6,1% dan kondisi ini tersebar di seluruh Indonesia. Salah satu komplikasi postpartum yang signifikan adalah depresi postpartum. Karena alasan ini, kehamilan dan persalinan cenderung lebih membuat stres daripada kondisi medis lainnya. Ibu hamil dan ibu setelah melahirkan cenderung mengalami stres yang hebat. Dampaknya pada ibu antara lain menjadi disfungsional, mengganggu orang lain (keluarga dan teman), serta ketidakmampuan untuk merawat dirinya sendiri dan anaknya.

Dampak pada kesehatan ibu mencakup ketidakmampuan untuk mengikuti anjuran kesehatan selama masa nifas, yang dapat menimbulkan komplikasi bagi ibu. Pada bayi, dampaknya meliputi sering menangis, kesulitan tidur, dan gangguan makan. Dampak lain dari depresi pascamelahirkan adalah kemampuan bayi untuk mengembangkan bahasa, kedekatan emosional dengan orang lain, dan masalah perilaku. Efek yang paling fatal adalah ibu merasa ingin bunuh diri atau bahkan membunuh anaknya.

Dira dan Wahyuni (2016) menjelaskan bahwa depresi postpartum dapat dipengaruhi oleh rendahnya tingkat pendidikan ibu, usia, riwayat kematian anak, kehamilan yang tidak diinginkan, dan proses persalinan. (Wijaya, 2023) juga menyatakan bahwa usia, tingkat pendidikan, dan paritas mempengaruhi depresi postpartum. Namun, tingkat pendidikan ibu yang tinggi dan ibu yang beragama memiliki risiko lebih rendah untuk mengalami depresi postpartum.

Sampai saat ini, belum ada alat tes khusus atau skrining yang dapat secara langsung mendiagnosa depresi postpartum. Secara medis, dokter menyimpulkan adanya depresi postpartum berdasarkan beberapa gejala yang muncul dan memenuhi kriteria

tertentu. Namun, banyak tenaga kesehatan yang memiliki keterbatasan dalam menilai dan menangani depresi postpartum. Mereka seringkali tidak menyadari gejala-gejala depresi yang muncul, merasa tidak yakin bagaimana membantu secara efektif, atau segan untuk mengungkapkan masalah tersebut kepada pasien.

Karena itu, para peneliti menduga bahwa skrining secara signifikan dapat membantu tenaga kesehatan profesional untuk mendeteksi depresi postpartum dengan lebih baik (Tarisa et al., 2020) Skrining yang tepat akan memungkinkan intervensi dini dan penanganan yang lebih efektif, sehingga ibu yang mengalami depresi postpartum dapat menerima dukungan dan perawatan yang mereka butuhkan.

Pada suatu penelitian di *United states (USA)*, *Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)* telah terbukti dapat digunakan sebagai salah satu metode untuk mendeteksi depresi pasca persalinan. Penggunaan skrining dengan menggunakan *Edinburgh postnatal depression scale (EPDS)* pada ibu nifas adalah suatu langkah yang penting dalam perawatan kesehatan ibu dan bayi. EPDS telah dirancang khusus untuk mengidentifikasi tanda-tanda

gangguan depresi psca persalinan atau *postpartum depression* pada ibu nifas.

Relevansi budaya dan agama dengan dukungan sosial merupakan aspek penting dalam konteks Indonesia. Dalam Islam, depresi ibu postpartum juga mendapat perhatian khusus. Allah SWT berfirman dalam Al-Quran Surat Al-Baqarah ayat 286 yang artinya: "Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya." Selain itu, keberadaan keluarga dan peran ibu sangat dihormati dalam Islam, dengan berbagai hadis dan ajaran yang mendorong perlakuan baik terhadap ibu, khususnya pada periode setelah melahirkan.

Penting untuk mencari dukungan dari keluarga, teman, atau profesional kesehatan mental jika seseorang mengalami kesulitan emosional setelah melahirkan. Bantuan dan dukungan sosial dapat memainkan peran penting dalam membantu perempuan mengatasi berbagai tantangan yang mungkin timbul dalam periode pasca melahirkan.

## **METODE PENELITIAN**

Desain Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain survey analitik yang menggunakan desain *cross-*

*sectional*. Desain ini dipilih untuk mengevaluasi prevalensi depresi postpartum dan hubungan antara berbagai faktor yang memengaruhi kesehatan mental ibu postnatal dalam satu titik waktu.

Waktu dan Lokasi Penelitian ini dilakukan pada bulan Desember Tahun 2023 di Puskesmas Limboto, Kabupaten Gorontalo. Pemilihan lokasi dilakukan berdasarkan pertimbangan keberadaan ibu postnatal yang cukup banyak dan kesiapan fasilitas kesehatan untuk melaksanakan penelitian ini.

Populasi dan Sampel Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu postnatal yang berada di wilayah kerja Puskesmas Limboto, yang berjumlah 41 orang responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *sampling jenuh*, yaitu semua anggota populasi yang memenuhi kriteria inklusi diikutsertakan dalam penelitian ini.

Kriteria Inklusi dan Eksklusi dalam penelitian ini yaitu: kriteria inklusi Ibu postnatal yang telah melahirkan dalam waktu kurang dari 6 minggu, bersedia menjadi peserta penelitian, dan dapat berkomunikasi dengan baik dan kriteria eksklusi Ibu postnatal dengan riwayat gangguan mental berat sebelum kehamilan, atau ibu yang tidak dapat

mengikuti proses penelitian karena alasan kesehatan.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS), yang merupakan kuesioner yang dirancang untuk mendeteksi depresi postpartum. EPDS terdiri dari 10 item pertanyaan yang menilai gejala depresi dalam dua minggu terakhir dengan skor total yang menunjukkan tingkat risiko depresi postpartum.

Instrumen EPDS: Setiap item pada EPDS dijawab dengan memilih salah satu dari empat pilihan jawaban yang sesuai dengan gejala yang dirasakan. Skor total dikategorikan menjadi: 0-9: Normal, 10-12: Risiko depresi postpartum, memerlukan skrining ulang dan >12: Mengindikasikan adanya depresi postpartum

Prosedur dalam penelitian dilakukan dengan mengumpulkan data menggunakan kuesioner EPDS yang diisi oleh ibu postnatal di Puskesmas Limboto. Data yang terkumpul dianalisis dengan menggunakan software statistik untuk menentukan prevalensi depresi postpartum berdasarkan hasil kuesioner. Analisis juga mencakup perbandingan antara nilai EPDS awal dan hasil skrining ulang.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menggambarkan karakteristik responden yang diteliti yaitu:

**Tabel 1. Karakteristik Responden**

Umur	f	%
15 - < 20 Tahun	4	9,75
20 – 35 Tahun	36	87,80
>35 Tahun	1	2,45
<b>Jumlah</b>	<b>41</b>	<b>100</b>
Agama	f	%
Islam	41	100
<b>Jumlah</b>	<b>17</b>	<b>100</b>
Pekerjaan	f	%
Pedagang	3	7,3
IRT	35	85,4
PNS	2	4,9
Honorer	1	2,4
<b>Jumlah</b>	<b>41</b>	<b>100</b>
Jenis Persalinan	f	%
Persalinan Normal	32	78
Persalinan Buatan	9	22
<b>Jumlah</b>	<b>41</b>	<b>100</b>

Karakteristik umur responden diperoleh, mayoritas responden berada dalam rentang usia 20 hingga 35 tahun, yang mencakup 87,80% dari total responden. Sebanyak 4 responden (9,75%) berusia antara 15 hingga kurang dari 20 tahun, sedangkan responden yang berusia lebih dari 35 tahun hanya 1 orang (2,45%). Seluruh responden dalam penelitian ini menganut agama Islam. Dalam aspek pekerjaan, mayoritas responden adalah ibu rumah tangga (IRT) dengan persentase sebesar 85,4%, diikuti oleh pedagang (7,3%), PNS (4,9%), dan honorer (2,4%). Persalinan normal menjadi pilihan mayoritas responden dengan frekuensi 32 (78%), sedangkan persalinan buatan (SC)

mencapai 22,0% dari total responden yang menjalani proses persalinan.

**Tabel 2. Hasil Skrining Depresi Postpartum**

<b>Hasil Skrining EPDS</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Nilai 0-9 (Normal)	28	68,3
Nilai 9 -10	6	14,6
Nilai >10	7	17,1
Jumlah	41	100
<b>Hasil Scrinig Ulang EPDS</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Nilai 0-9 (Normal)	33	80,5
Nilai >10	8	19,5
Jumlah	41	100

Hasil skrining untuk mendeteksi depresi postpartum pada responden dalam penelitian ini diperoleh sebanyak 28 responden (68,3%) menunjukkan nilai skrining EPDS dalam rentang 0-9, yang dianggap normal. Enam responden (14,6%) mendapatkan nilai 9-10, memerlukan skrining ulang, sementara tujuh responden (17,1%) memiliki nilai lebih dari 10, menunjukkan adanya depresi postpartum.

Pada skrining ulang, hasil menunjukkan bahwa 33 responden (80,5%) masih berada dalam rentang nilai 0-9, yang dianggap normal. Delapan responden (19,5%) memperoleh nilai lebih dari 10, menandakan adanya depresi postpartum. Total responden yang terlibat dalam penelitian ini adalah sebanyak 41 orang.

Data ini memberikan gambaran mengenai tingkat depresi postpartum dalam populasi responden. Hasil skrining depresi ini menjadi penting dalam upaya identifikasi dini dan tindakan pencegahan terhadap kondisi kesehatan mental ibu pasca melahirkan.

Hasil skrining untuk mendeteksi depresi postpartum pada responden dalam penelitian ini menunjukkan gambaran mengenai kesejahteraan emosional ibu pasca melahirkan. Dari total 41 responden, sebanyak 28 orang menunjukkan nilai skrining EPDS dalam rentang 0-9, yang dianggap normal. Adanya nilai 9-10 pada enam responden mengindikasikan perlunya skrining ulang, sementara tujuh responden lainnya dengan nilai lebih dari 10 menunjukkan adanya depresi postpartum.

Ketika dilakukan skrining ulang, hasil menunjukkan bahwa sebanyak 33 responden masih berada dalam rentang nilai 0-9, yang dianggap normal. Namun, delapan responden memperoleh nilai lebih dari 10, menandakan adanya indikasi depresi postpartum. Secara keseluruhan, dari total 41 responden yang terlibat dalam penelitian ini, sebagian menunjukkan kondisi emosional yang normal, sementara sebagian lainnya menunjukkan tanda-tanda depresi postpartum. Hasil ini

memberikan informasi penting terkait tingkat kesejahteraan emosional ibu pasca melahirkan dalam populasi yang diteliti.

Hasil penelitian yang saya lakukan menggambarkan perbedaan pada beberapa aspek dengan penelitian terdahulu. Pertama, terdapat perbedaan jumlah sampel antara kedua penelitian, yang dapat memengaruhi generalisasi hasil. Penelitian terdahulu memiliki sampel yang lebih besar dibandingkan dengan penelitian saya. Selain itu, perbedaan waktu pelaksanaan penelitian juga menjadi faktor penting yang membedakan keduanya.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap 41 responden, ditemukan bahwa 17,1% ibu postnatal mengalami depresi postpartum. Hasil ini menekankan pentingnya perhatian lebih dari tenaga kesehatan, terutama bidan desa atau bidan pelaksana, dalam mengidentifikasi dan menangani kasus depresi postpartum untuk meningkatkan kesejahteraan ibu setelah melahirkan.

Temuan ini menekankan pentingnya skrining rutin untuk deteksi dini depresi postpartum. Identifikasi dini memungkinkan intervensi cepat, yang dapat mencegah komplikasi lebih lanjut bagi ibu dan bayi. Penelitian ini juga menyoroti perlunya pelatihan lebih lanjut bagi tenaga kesehatan dalam mengelola dan merespons hasil skrining depresi postpartum.

Dengan demikian, penggunaan EPDS sebagai alat skrining dapat menjadi langkah penting dalam meningkatkan kualitas perawatan kesehatan ibu dan bayi di wilayah ini. Penelitian lanjutan diperlukan untuk mengembangkan strategi intervensi yang efektif dan mendukung kesejahteraan mental ibu postnatal secara holistik.

## **UCAPAN TERIMA KASIH/ ACKNOWLEDGEMENT**

Alhamdulillah puji syukur kepada Allah SWT karena kehendak dan ridhaNya tim peneliti dapat menyelesaikan dengan tepat waktu penelitian ini. Tanpa doa, dukungan dan dorongan dari berbagai pihak penelitian ini tidak dapat diselesaikan.

## DAFTAR PUSTAKA

- A, Q. (2021). Hipotesis Penelitian : Pengertian, Jenis, dan Cara Penyusunannya. In *GramediaBlog*.<https://www.gramedia.com/literasi/hipotesis-penelitian/>
- Adiputra, I. M. S., Trisnadewi, N. W., Oktaviani, N. P. W., & Munthe, S. A. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Adli, F. K. (2022). Edinburgh Post-natal Depression Scale (EPDS): Deteksi Dini dan Skrining Depresi Post-partum. *Jurnal Kesehatan*, 13(2), 430. <https://doi.org/10.26630/jk.v13i2.2741>
- Badriyah, S. (2021). Kerangka konseptual: pengertian, tujuan, dan cara membuat. In *Gramedia.com*. <https://www.gramedia.com/literasi/author/siti-badriyah/>
- Indriyani, E., Sari, N. I. Y., & Herawati, N. (2023). *Buku Ajar Nifas Diii Kebidanan Jilid Iii*.
- Irvana. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Depresi Post Partum di RSUD Labuang Baji Makassar. *Nursing Inside Community*, 3(April), 61–66.
- Kucab, A., Barnaś, E., & Błajda, J. (2022). Assessment of the Postpartum Emotional Wellbeing among Women Participating and Not Participating in Antenatal Classes. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(8).<https://doi.org/10.3390/ijerph19084476>
- Kurniawan, E. S., Ratep, N., & Westa, W. (2013). Faktor Penyebab Depresi Pada Ibu Hamil Selama Asuhan Antenatal Setiap Trimester Factors Lead To Depression During Antenatal Care Every Trimester of Pregnant Mother. *E-Jurnal Medika Udayana, perinatal Depressive*, 1-13. <http://ojs.unud.ac.id/index.php/eum/article/viewFile/4936/3726#page=3&zoom=auto,-12,508>.
- Lailiyana. (2021). Pelatihan Penggunaan Edinburgh Postnatal Depression Scale (Epds) Bagi Bidan Di Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki, Puskesmas Langsung Dan Puskesmas Melur Kota Pekanbaru Tahun 2021. *Jurnal Krida Cendikia (JKC)*, 01(05), 15–21. <http://kridacendekia.com/index.php/jkc/article/view/57/47>
- Sari, R. A. (2020). Literature Review: Postpartum Depression. *Jurnal Kesehatan*, 11,1.<http://ejurnal.poltekkestj.k.ac.id/index.php/JK>
- Solama, W., Rivanica, R., Effendi, E., Safitri, S., Studi, P., Kebidanan, D. I. I. I., & Aisyiy, S. (2023). *PENDAHULUAN Angka kematian ibu ( AKI ) sebanyak ( Kemenkes RI , 2021 ). Berdasarkan data Rekam Medis di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang tahun 2020 jumlah seluruh ibu nifas dengan persalinan normal ataupun seksio caesaria sebanyak 164 orang , dan pada t. 8.*
- Susilawati, E., & Lailiyana, L. (2020). Sosialisasi Dan Penerapan Edinburgh Postnatal Depression Scale (Epds) Oleh Bidan Dalam Upaya Deteksi Dini Depresi Pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Kota Pekanbaru. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, 4(1),55-60. <https://doi.org/10.36341/jpm.v4i1.1496>
- Tarisa, N., Octarianingsih, F., Ladyani, F., & Pramesti, W. (2020). Distribusi Frekuensi Kejadian Postpartum Blues Pada Ibu Pascamelahirkan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), 1057–1062. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i2.430>
- Widarini, Y. I. P., Arifah, I., & Werdani, K. E. (2020). Analisis Faktor Risiko Gejala Depresi Pada Ibu di Masa Nifas di Kecamatan Banjarsari, Surakarta. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 48(2), 131–138. <https://doi.org/10.22435/bpk.v48i2.2872>
- Yusril Ihza,dkk, M. (2020). *Hubungan Usia, Paritas, Status Ekonomi, dan Nilai Spiritual Terhadap Kejadian Depresi Pada Ibu Postpartum DI RSIA Paramount Tahun 2020*. 207–214.