

PEMBERDAYAAN KADER DAN IBU NIFAS DALAM MENDETEKSI POSTPARTUM BLUES

Nurfaizah Alza¹, Nurhidayah^{2*}, Ika Suherlin³

^{1,2,3}Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Gorontalo, Indonesia

dhayatasa@gmail.com

ABSTRAK

Abstrak: Postpartum blues merupakan suasana hati yang buruk dan gejala depresi ringan yang bersifat sementara, terjadi pada 10 hari pertama dimana puncaknya pada hari ketiga sampai kelima postpartum. Postpartum blues dapat berdampak pada hubungan ibu dan bayinya yang merupakan dasar perkembangan emosional, relasional, perilaku, dan sosial anak di masa depan. Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam mendeteksi dini *postpartum blues*. Metode yang digunakan yaitu ceramah, tanya jawab, demonstrasi, dan pendampingan. Mitra sasaran adalah 6 kader. Evaluasi berupa *pretest* dan *posttest* untuk pengukuran pengetahuan kader dan ibu nifas, serta observasi keterampilan kader dalam mendeteksi *postpartum blues*. Hasil yang dicapai adalah terdapat peningkatan rata-rata pengetahuan kader terkait *postpartum blues* sebesar 1.80 dan pengetahuan kader terkait penilaian *postpartum blues* 4.20. Semua kader terlibat aktif (100%) dalam mendeteksi dua ibu nifas. Terdapat peningkatan rata-rata pengetahuan ibu nifas terkait *postpartum blues* sebesar 3.00 dan peningkatan keterampilan kader dalam melakukan penilaian *postpartum blues* sebesar 11.81 pada tahap pertama dan 3.81 pada tahap kedua.

Kata Kunci: Nifas; Pemberdayaan; Postpartum Blues; Kader.

Abstract: *Postpartum blues is a bad mood and mild depressive symptoms that are temporary, occurring in the first 10 days and peaking on the third to fifth postpartum days. Postpartum blues can have an impact on the relationship between mother and baby, which is the basis for a child's emotional, relational, behavioral, and social development in the future. The purpose of this activity is to increase the knowledge and skills of cadres in the early detection of postpartum blues. The methods used are lectures, questions and answers, demonstrations, and mentoring. The target partners are 6 cadres. The evaluation process involves administering pretests and posttests to measure the knowledge of cadres and postpartum mothers, as well as observing their skills in detecting postpartum blues. The results were that the average amount of knowledge that cadres had about postpartum blues went up by 1.80 and the amount of knowledge that cadres had about assessing postpartum blues went up by 4.20. All cadres were actively involved (100%) in detecting two postpartum mothers. There was an increase in the average knowledge of postpartum mothers related to postpartum blues by 3.00 and an increase in cadre skills in conducting postpartum blues assessments of 11.81 in the first stage and 3.81 in the second stage.*

Keywords: *Postpartum; Empowerment; Postpartum Blues; Cadre.*



Article History:

Received: 09-01-2025

Revised : 23-02-2025

Accepted: 24-02-2025

Online : 08-04-2025



*This is an open access article under the
CC-BY-SA license*

A. LATAR BELAKANG

Periode postpartum merupakan situasi krisis bagi ibu, pasangan, dan keluarga akibat berbagai perubahan yang terjadi pada ibu postpartum baik secara fisik, psikologis, maupun struktur keluarga yang memerlukan proses adaptasi atau penyesuaian. Adaptasi secara fisik dimulai sejak bayi dilahirkan sampai kembalinya kondisi tubuh ibu pada kondisi seperti sebelum hamil, yaitu kurun waktu 6 sampai 8 minggu (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).

Adanya ketidakmampuan adaptasi pada ibu postpartum terhadap berbagai perubahan tersebut dapat menimbulkan masalah kesehatan mental dan yang sering terjadi adalah *postpartum blues* atau baby blues syndrome yaitu suasana hati yang buruk dan gejala depresi ringan yang bersifat sementara dan dapat sembuh dengan sendirinya, terjadi pada 10 hari pertama dimana puncaknya pada hari ketiga sampai kelima (Balaram & Marwaha, 2023). Selain ketidakmampuan dalam penyesuaian, keadaan ekonomi, riwayat persalinan prematur, usia ibu, pendidikan, paritas, ekonomi, dan dukungan (Ulfa et al., 2024).

Faktor penyebab lainnya juga disebutkan pada penelitian Kirana (2015) bahwa ada hubungan tingkat kecemasan dengan kejadian *postpartum blues* pada fase taking dengan jumlah ibu cemas yang mengalami *postpartum blues* (71,1%) dan yang tidak cemas mengalami *postpartum blues* (35,3%). Demikian halnya penyesuaian diri (56,3%), coping stress (46,1%), dan dukungan sosial (30,2%) menjadi penyebab *postpartum blues* (Ningrum, 2017).

Hasil wawancara Kepala Ruangan Nifas RSUD Prof. Dr. Aloe Saboe Kota Gorontalo menyatakan bahwa tahun 2021 ada dua orang ibu dirawat dikarenakan *postpartum blues*. Pada Puskesmas Kabila Kabupaten Bone Bolango tercatat kejadian *postpartum blues* sekitar 28% pada tahun 2014 dan 30% pada tahun 2019. Adapun di Kecamatan Tanggilingo yang masih merupakan wilayah kerja Puskesmas Kabila Kabupaten Bone Bolango, berdasarkan hasil wawancara pada tiga ibu nifas pada bulan Agustus tahun 2023, dapat disimpulkan bahwa ibu nifas tersebut mengalami gejala *postpartum blues* seperti cemas, sulit tidur, mengalami perubahan mood. Jumlah ibu nifas di wilayah tersebut juga cukup tinggi, rata-rata 15-20 per bulan. Hasil wawancara terhadap salah seorang kader di Desa Tanggilingo, pelatihan atau kegiatan sejenis tentang *postpartum blues* belum pernah diberikan. Pengetahuan terkait *postpartum blues* masih minim dan keterampilan cara mendeteksi ibu nifas yang mengalami *postpartum blues* belum pernah diberikan.

Pemberdayaan kader dalam upaya pencegahan postpartum memberikan dampak positif sebagaimana yang dinyatakan Khairat et al. (2023) yaitu melalui pelatihan dan pendampingan kader dapat menimbulkan keterampilan baru dan meningkat pengetahuan kader dalam pemberian layanan informasi terkait kesehatan mental pada ibu-ibu muda. Hal serupa

juga diperoleh Hanum et al. (2021), pemberdayaan kader melalui pemberian edukasi dapat meningkatkan pengetahuan kader terkait *postpartum blues*. Melalui pengetahuan dan keterampilan yang dimiliki kader menjadi dasar untuk melakukan deteksi dini kejadian *postpartum blues* pada ibu nifas sebagai upaya untuk meningkatkan kualitas hidup ibu nifas (Darmayanti, 2022). Adanya pemberian edukasi oleh kader, pengetahuan ibu nifas terkait *postpartum blues* mengalami peningkatan pengetahuan (Pratiwi, 2024). Hal ini didukung pada penelitian Winarni et al. (2017) yang mendapatkan hasil bahwa pemberian edukasi terkait persalinan dan *postpartum blues* dapat mencegah kejadian *postpartum blues* (Darmayanti, 2022).

Untuk meminimalisir dan mengantisipasi agar tidak berdampak lebih serius pada ibu maupun bayinya, maka upaya pencegahan *postpartum blues* perlu ditingkatkan. Demi mencapai tujuan tersebut, maka diperlukan adanya perhatian dan bantuan dari berbagai pihak bersinergi dengan seluruh komponen masyarakat, termasuk kader kesehatan yang merupakan penggerak atau ujung tombak dalam pelayanan kesehatan di tingkat masyarakat. Pemberdayaan kader dan ibu nifas melalui kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat perlu dilaksanakan di Desa Tanggilingo sebagai solusi dari keterbatasan informasi dan keterampilan kader maupun ibu nifas dalam upaya deteksi dini *postpartum blues* dengan harapan kader dapat lebih berpartisipasi membantu mencegah *postpartum blues* dan mewujudkan ibu nifas yang bahagia, sehat fisik dan mental, khususnya di Desa Tanggilingo Kecamatan Kabila Kabupaten Bone Bolango.

B. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan di Desa Tanggilingo Kecamatan Kabila Kabupaten Bone Bolango sejak bulan Juni sampai dengan September 2024. Metode pelaksanaan kegiatan berupa ceramah, tanya jawab, demonstrasi, dan pendampingan yang didukung dengan penggunaan media berupa poster, kuesioner pengetahuan terkait ibu postpartum dan *postpartum blues*, serta kuesioner deteksi *postpartum blues*. Selama kegiatan melibatkan atau bekerja sama dengan kader, bidan desa, dan perangkat Desa Tanggilingo sebagai mitra dari kegiatan pengabdian masyarakat dimana yang berperan sebagai sasaran utama adalah kader sebanyak enam orang. Adapun tahapan dari kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

Pelaksanaan kegiatan diawali melalui koordinasi dengan Kepala Desa Tanggilingo Kecamatan Kabila Kabupaten Bone Bolango terkait kegiatan yang akan dilakukan dan teknis pelaksanaannya. Selanjutnya koordinasi dengan pihak desa, kader, dan bidan desa terkait jumlah ibu nifas dan waktu dan lokasi pelaksanaan kegiatan. Selain itu, untuk memudahkan koordinasi hingga kegiatan selesai, maka dibuat Whatsapp Group bersama kader dan kepala desa.

Tahapan persiapan berikutnya adalah penyusunan kuesioner pretest dan posttest untuk menilai pengetahuan kader maupun ibu nifas tentang nifas dan *postpartum blues*, serta persiapan media yang akan digunakan berupa spanduk, poster, power point, dan balpoint. Menjelang waktu pelaksanaan dilakukan kembali koordinasi dengan pihak desa, puskesmas, desa, dan kader terkait kesiapan kehadiran dan sarana prasarana pendukung yang akan digunakan saat pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat, seperti LCD dan sound system.

2. Tahap Pelaksanaan

a. Pertemuan I

Pertemuan I merupakan kegiatan pemberian materi terkait *postpartum*, *postpartum blues*, dan deteksi *postpartum blues* kepada kader melalui metode ceramah, tanya jawab, dan demonstrasi. Untuk menilai ketercapaian pemberian materi, maka sebelum dan setelah pemberian materi dilakukan penilaian melalui kuesioner untuk mengukur pengetahuan kader.

b. Pertemuan II

Pada tahap ini, dilakukan pendampingan pada ibu nifas untuk mendeteksi kejadian *postpartum blues* dan sejauh mana instrumen *postpartum blues* bisa digunakan oleh kader.

3. Tahap Monitoring dan Evaluasi

Monitoring keaktifan kader dilakukan melalui Whatsapp Group dan observasi melalui pendampingan. Adapun tahap evaluasi berupa pemberian kuesioner *pretest* dan *posttest* untuk mengukur kemampuan pengetahuan kader pada saat sebelum dan setelah pemberian materi, observasi keaktifan kader dalam menyimak dan tanya jawab selama pemberian materi, evaluasi pengetahuan ibu nifas tentang *postpartum blues*, serta evaluasi kepada kader tentang pencapaian penggunaan instrumen *postpartum blues* melalui lembar observasi. Selain itu, pada tahap akhir dilakukan penilaian kembali pada ibu kader dalam melakukan penilaian *postpartum* pada ibu nifas sebagai upaya agar kader tetap aktif dan keterampilan kader semakin baik dalam mendeteksi *postpartum blues*.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Tahap Persiapan

Pada tahap ini dilakukan koordinasi dengan Kepala Desa Tanggilingo Kecamatan Kabila Kabupaten Bone Bolango terkait kegiatan yang akan dilakukan dan teknis pelaksanaannya pada tanggal 12 Juni 2024. Selain itu dilakukan koordinasi dengan pihak desa, kader, dan bidan terkait jumlah ibu nifas dan waktu maupun lokasi pelaksanaan kegiatan melalui Whatsapp Group. Selanjutnya ketua tim pengabdian mengkoordinir pembagian tugas tim untuk penyusunan kuesioner *pretest* dan *posttest*, materi, absensi, spanduk,

poster, dan perangkat yang dibutuhkan sebelum pelaksanaan kegiatan dilakukan sebagaimana jadwal yang telah disepakati.

2. Tahapan Pelaksanaan

a. Pertemuan I

Pelaksanaan kegiatan dilakukan mulai tanggal 18 Juli 2024 sebagaimana hasil koordinasi dan kesepakatan melalui Whatsapp Group. Kegiatan diawali dengan pembukaan oleh Kepala Desa Tanggilingo. Kegiatan dihadiri oleh kader sebanyak enam orang, tim pengabmas, dan beberapa perangkat desa. Setelah pembukaan, dilanjutkan dengan pretest pada kader terkait materi yang akan diberikan.

Tim membagikan kuesioner kepada setiap kader untuk diisi secara mandiri. Pertanyaan kuesioner memuat materi tentang postpartum (masa nifas) dan *postpartum blues* untuk menilai pengetahuan kader. Selanjutnya pemberian materi secara bergantian oleh tim dengan menggunakan media *power point* dengan didukung dengan sarana LCD dan *sound system*. Materi pertama terkait *postpartum* (masa nifas) kemudian materi terkait *postpartum blues*, dan materi terakhir adalah pelatihan penggunaan instrumen *postpartum blues*. Materi diberikan dengan metode ceramah, tanya jawab, dan demonstrasi penggunaan instrumen *postpartum blues* sebagaimana gambar berikut ini yang menunjukkan pemberian penjelasan terkait instrumen deteksi dini *postpartum blues* sebelum demonstrasi cara pengisiannya, seperti terlihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Pemberian Materi Penilaian Postpartum Blues

Pada kegiatan ini, ditekankan pula kepada kader untuk melakukan tindakan segera melalui kolaborasi dengan pihak puskesmas jika ada ibu nifas yang terdeteksi mengalami *postpartum blues*. Selain pemberian materi secara langsung, kader juga diberikan poster terkait materi yang disampaikan tersebut. Pada akhir kegiatan dilakukan posttest untuk mengukur pengetahuan kader terkait materi yang telah disampaikan. Selama kegiatan berlangsung, mitra aktif bertanya dan beresedia mengaplikasikan pengetahuan yang telah

didapatkan dan saran yang diberikan.

b. Pertemuan II

Kegiatan pertemuan kedua adalah pendampingan kader dalam mendeteksi *postpartum blues* pada ibu nifas secara *door to door*. Semua kader terlibat aktif (100%) dimana masing-masing kader mendeteksi dua ibu nifas. Upaya pertama adalah mengukur pengetahuan ibu nifas terkait *postpartum blues* melalui pretest dan memberikan informasi terkait *postpartum blues* dibantu tim pelaksana kegiatan pengabdian masyarakat. Ibu nifas memberikan perhatian dan feedback dengan memberikan pertanyaan terkait informasi yang disampaikan, kemudian melakukan posttest yang dilanjutkan dengan pendeteksian *postpartum blues* oleh kader dengan menggunakan instrumen. Selama kader berkomunikasi dengan ibu nifas, tim pengabdian mengobservasi kecakapan kader dalam mendeteksi *postpartum blues*, seperti terlihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Pendampingan Kader Tahap I dalam Melakukan Penilaian atau Deteksi Postpartum Blues

Gambar di atas menunjukkan kegiatan kader dalam mendeteksi *postpartum blues* dengan menggunakan instrumen kepada salah seorang ibu nifas dan selama pendampingan diobservasi oleh tim pengabdian kepada masyarakat.

3. Tahap Evaluasi

Selama pemberian materi, semua kader menyimak dan aktif bertanya. Untuk tahapan pendampingan, dilakukan *monitoring* melalui Whatsapp Group untuk memastikan kesiapan kader sesuai jadwal yang telah disepakati pada pertemuan awal. Berdasarkan analisis yang dilakukan terhadap hasil pretest dan posttest didapatkan hasil seperti terlihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Pengetahuan Kader tentang Postpartum Blues

Kelompok	Mean $\pm$ SD	Δ Mean	<i>p</i>
<i>Pretest</i>	11.00 $\pm$ 2.65	1.80	0.021
<i>Posttest</i>	12.80 $\pm$ 2.28		

Berdasarkan hasil analisis dari *pretest* dan *posttest*, terjadi peningkatan pengetahuan kader setelah pemberian materi dimana rata-rata pengetahuan kader sebelum pemberian materi 11.00 dan setelah pemberian materi meningkat menjadi 12.80, sehingga dapat disimpulkan terjadi peningkatan yang signifikan pada rata-rata pengetahuan kader terkait *postpartum blues* sebesar 1.80 dengan $p < 0.05$. Demikian halnya dengan pengetahuan kader terkait penilaian *postpartum blues*, terdapat peningkatan rata-rata pengetahuan kader sebesar 4.20 dengan $p < 0.05$ yang menunjukkan terdapat pengaruh pemberian materi terhadap peningkatan pengetahuan kader yang dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Pengetahuan Kader tentang Penilaian Postpartum Blues

Kelompok	Mean $\pm$ SD	Δ Mean	<i>p</i>
<i>Pretest</i>	4.80 $\pm$ 1.30	4.20	0.000
<i>Posttest</i>	9.00 $\pm$ 1.00		

Selama kegiatan deteksi postpartum pada ibu nifas, semua kader terlibat aktif (100%) di mana masing-masing kader mendeteksi dua ibu nifas. Berdasarkan hasil analisis, didapatkan peningkatan pengetahuan ibu nifas terkait *postpartum blues* sebagaimana yang tertera pada Tabel 3.

Tabel 3. Pengetahuan Ibu Nifas tentang Postpartum Blues

Kelompok	Mean $\pm$ SD	Δ Mean	<i>p</i>
<i>Pretest</i>	9.36 $\pm$ 1.12	3.00	0.004
<i>Posttest</i>	12.36 $\pm$ 2.24		

Hasil analisis di atas menggambarkan adanya peningkatan rata-rata pengetahuan ibu nifas tentang *postpartum blues* sebesar 3.00 dengan $p < 0.05$ yang secara signifikan menunjukkan adanya pengaruh positif pemberian informasi tentang *postpartum blues* oleh kader kepada ibu nifas. Adapun terkait hasil observasi tahap pertama dan tahap kedua terhadap keterampilan kader dalam melakukan penilaian *postpartum blues* sebagaimana tertera pada Tabel 4 dan Tabel 5.

Tabel 4. Pengetahuan Ibu Nifas tentang Postpartum Blues pada Tahap Pertama

Kelompok	Mean $\pm$ SD	Δ Mean	<i>p</i>
<i>Pretest</i>	74.54 $\pm$ 12.69	11.81	0.007
<i>Posttest</i>	86.36 $\pm$ 9.08		

Tabel 5. Pengetahuan Ibu Nifas tentang Postpartum Blues pada Tahap Kedua

Kelompok	Mean $\pm$ SD	Δ Mean	<i>p</i>
<i>Pretest</i>	86.36 $\pm$ 9.08	3.38	0.014
<i>Posttest</i>	89.75 $\pm$ 7.74		

Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan keterampilan kader dalam melakukan penilaian *postpartum blues* dengan rata-rata 11.81, $p < 0.05$ pada tahap pertama. Demikian halnya pada tahap kedua, ketika kader diberikan lagi kesempatan melakukan penilaian untuk lebih meningkatkan keterampilan, didapatkan peningkatan rata-rata pengetahuan sebesar 3.38 dengan $p < 0.05$. Dengan demikian, baik pada tahap pertama maupun kedua, peningkatan tersebut secara signifikan bermakna dimana adanya pengaruh pemberian pelatihan terhadap keterampilan kader dalam mendeteksi atau melakukan penilaian *postpartum blues*.

Selama upaya deteksi *postpartum blues* yang dilakukan oleh kader terhadap 12 ibu nifas selang waktu Juli-Agustus 2024, didapatkan hasil bahwa kedua belas ibu nifas tidak mengalami *postpartum blues* sehingga tidak dilakukan tindak lanjut kader berupa kolaborasi dengan pihak puskesmas untuk penanganan segera. Menurut hasil analisis, adanya dukungan dari suami kedua belas ibu nifas tersebut menjadi faktor pendukung utama ibu nifas terhindar dari peristiwa *postpartum blues* sebagaimana temuan Desfanita et al. (2015) bahwa dukungan suami selama kehamilan dan postpartum sangatlah penting dalam mencegah terjadinya *postpartum blues*.

Setelah pendampingan dan penilaian keterampilan kader selesai, dilakukan kembali pendampingan tahap kedua untuk sebagai upaya agar kader tetap aktif dan keterampilan kader semakin baik dalam mendeteksi *postpartum blues*. Hasil observasi pada pendampingan tersebut menunjukkan peningkatan kemampuan ibu kader menjadi 96.23%. Untuk keberlanjutan kegiatan ini, maka dilakukan komitmen bersama dengan kepala desa, bidan desa, dan kader tetap bersama-sama melanjutkan kegiatan ini yang dituangkan dalam penandatanganan komitmen bersama.

Adanya peningkatan pengetahuan kader dan ibu nifas salah satunya dapat dipengaruhi oleh metode yang digunakan. Metode merupakan aspek penting dalam mentransfer ilmu pengetahuan. Penyampaian informasi atau edukasi melalui metode ceramah dan diskusi merupakan metode yang terbukti dapat dengan mudah meningkatkan pengetahuan. Metode ceramah adalah salah satu metode yang digunakan dalam promosi kesehatan terutama pada pendidikan kesehatan untuk menyampaikan informasi. Metode ceramah dilakukan dengan cara penyampaian bahan dengan komunikasi lisan. Metode ceramah dalam waktu yang lama dapat menimbulkan kebosanan peserta sehingga dapat mempengaruhi motivasi dan perhatian peserta dalam mendengarkan materi yang disampaikan.

Oleh karena itu, untuk optimalisasi dari penyampaian informasi perlu dilengkapi dengan metode lain dan salah satunya adalah metode diskusi. Diskusi merupakan metode yang berfokus pada peserta didik, dengan cara penguasaan bahan pelajaran melalui wahana tukar pendapat dan informasi berdasarkan pengetahuan dan pengalaman yang telah diperoleh guna memecahkan suatu masalah. Adanya perpaduan kombinasi antara metode

ceramah dan diskusi merupakan salah satu pilihan yang tepat dalam pemberian edukasi, peserta tidak hanya pasif mendengarkan tetapi dapat menjadi lebih aktif untuk menyampaikan pendapat, membuat kesimpulan atau memecahkan masalah sesuai materi yang diberikan dan terbukti efektif dapat meningkatkan pengetahuan (Rahmawati & Markamah, 2020).

Media power point yang digunakan pada saat presentasi juga dapat lebih meningkatkan daya tarik dan mudahnya penerimaan materi sebagaimana hasil penelitian Anjarwati et al. (2023) bahwa terdapat pengaruh signifikan antara penggunaan Media Pembelajaran Power point Interaktif dan prestasi belajar IPA siswa SMP Negeri 5 Raja Ampat pada materi Sistem Peredaran Darah Manusia. Media power point merupakan media interaktif yang dapat meningkatkan daya tarik dan minat peserta, meningkatkan pemahaman, serta memperkuat ingatan melalui permainan warna, huruf dan animasi baik animasi teks maupun animasi gambar atau foto teks, bahkan suara (Damitri & Adistana, 2020).

Adanya peningkatan pengetahuan ibu nifas terkait post partum blues sejalan dengan hasil kegiatan pengabdian masyarakat Purwati & Khusniyati (2023) yang menyatakan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan ibu nifas terkait post partum blues setelah diberikan health education. Demikian pula dengan peningkatan pengetahuan kader sesuai dengan hasil yang didapatkan pada salah satu pengabdian masyarakat yaitu terdapat peningkatan rerata pengetahuan kader sebesar 85,93% setelah diberikan.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, dapat disimpulkan bahwa peningkatan rata-rata pengetahuan kader terkait *postpartum blues* sebesar 1.80 dan rata-rata pengetahuan kader terkait penilaian *postpartum blues* sebesar 4.20. Semua kader terlibat aktif (100%) dalam mendeteksi dua ibu nifas. Terdapat peningkatan rata-rata pengetahuan ibu nifas terkait *postpartum blues* sebesar 3.00 dan penilaian *postpartum blues* sebesar 11.81 pada tahap pertama dan 3.38 pada tahap kedua. Diharapkan pemerintah setempat dan pihak Puskesmas Kabila menindaklanjuti upaya deteksi dini *postpartum blues* tersebut dengan melibatkan kader melalui pengetahuan dan keterampilan yang telah dimiliki.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada Poltekkes Kemenkes Gorontalo yang telah mendanai kegiatan pengabdian ini sehingga terlaksana dengan baik. Terima kasih kepada kepala desa, aparat desa, kader, dan ibu nifas yang telah bersedia menjadi bagian dari kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini, serta kepada teman dosen maupun mahasiswa atas kerjasamanya.

DAFTAR RUJUKAN

- Anjarwati, A., Irianti, M., & Sutomo, E. (2023). Pengaruh Media Pembelajaran Powerpoint Interaktif terhadap Hasil Belajar IPA Siswa SMP Negeri 5 Raja Ampat pada Materi Sistem Peredaran Darah pada Manusia. *BASA (BAROMETER SAINS) Jurnal Inovasi Pembelajaran IPA*, 4(1), 1–9. <https://unimuda.e-journal.id/basa/index>.
- Balaram, K., & Marwaha, R. (2023). *Postpartum Blues*. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK554546/>
- Damitri, D. E., & Adistana, G. A. Y. P. (2020). Keunggulan Media Powerpoint Berbasis Audio Visual Sebagai Media Presentasi Terhadap Hasil Belajar Siswa SMK Teknik Bangunan. *Jurnal Kajian Pendidikan Teknik Bangunan*, 06(02), 1–7. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-kajian-ptb/article/view/36296>.
- Darmayanti. (2022). Pendidikan Kesehatan: Kenali dan Tangani Post Partum Blues pada Kader PKK di Kelurahan Cibabat Kecamatan Cimahi Utara. *Comserva Jurnal Penelitoan Dan Pengabdian Masyarakat*, 1(9), 1–5.
- Desfanita, Misrawati, & Arneliwati. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi *postpartum blues*. *JOM*, 2(2), 999–1006. <https://doi.org/10.35681/1560-9189.2015.17.3.100328>.
- Hanum, P., Zega, S., Halawa, D., Theresia, D., & Ginting, B. (2021). Melaksanakan Pemberdayaan Para Kader tentang Teknik Mencegah Post Partum Blues pada Ibu Pasca Persalinan. *Jurnal Mitra Keperawatan Dan Kebidanan Prima*, 3(1), 1–6.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Mengenal Postpartum Blues*. Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan Kemenkes. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2796/mengenal-postpartum-blues.
- Khairat, I., Ramanda, P., & Alfiah, F. (2023). Pelatihan dan Pendampingan Kader Posyandu di Kecamatan Ciomas untuk Meningkatkan Kesadaran Kesehatan Mental pada Ibu Muda Training and Mentoring of Posyandu Cadres in Ciomas Sub-District to Increase Mental Health Awareness in Young Mothers. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 8(1), 240–250.
- Kirana, Y. (2015). Hubungan Tingkat Kecemasan Post Partum dengan Kejadian Post Partum Blues di Rumah Sakit Dustira Cimahi. *Hubungan Tingkat Kecemasan Post Partum Dengan Kejadian Post Partum Blues Di Rumah Sakit Dustira Cimahi*, III(1), 25–37. <https://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/jk/article/view/150>.
- Ningrum, S. P. (2017). Faktor-Faktor Psikologis yang Mempengaruhi Postpartum Blues. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(2), 205–218. <https://doi.org/10.15575/psy.v4i2.1589>.
- Pratiwi, A. (2024). Edukasi pada ibu nifas tentang *postpartum blues*. *Community Development Journal*, 5(4), 8206–8210.
- Purwati, H., & Khusniyati, E. (2023). Peningkatan Pengetahuan Ibu Nifas dengan Pendekatan Promosi Kesehatan tentang Post Partum. *Media Abdimas Indonesia*, 1(2), 28–32. <https://doi.org/10.29082/mai.v1i2.16>.
- Rahmawati, A., & Markamah, S. (2020). Pengaruh Metode Edukasi Ceramah dan Diskusi Terhadap Pengetahuan Kader Kesehatan dalam Deteksi Dini Demam Berdarah Dengue. *Jurnal Ilmiah Pamenang-JIP*, 2(1), 50–55.
- Ulfa, P., Agustina, & Mainidar. (2024). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Baby Blues Syndrome Pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Darul Imarah. *Jurnal Promotif Preventif*, 7(4), 806–813. <http://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP>.
- Winarni, D., Wijayanti, K., & Ngadiyono. (2017). Pengaruh Pemberian Komunikasi Informasi Edukasi (KIE) Persiapan Persalinan dan Nifas terhadap Kejadian Postpartum Blues. *Jurnal Kebidanan*, 6(14), 1–8.