

GANGGUAN MENTAL MASA PERINATAL

Konsep, Cakupan, Screening Dan Terapi

Editor: Ns. Ira Erwina, M.Kep., Sp.Kep.Jiwa.



Ns. Yanti Puspita Sari, M.Kep., Ph.D.

KEM
INDONESIA

GANGGUAN MENTAL MASA PERINATAL

- Konsep, Cakupan, Screening Dan Terapi -

Ns. Yanti Puspita Sari, M.Kep., Ph.D.



PENERBIT KBM INDONESIA

adalah penerbit dengan misi memudahkan proses penerbitan buku-buku penulis di tanah air Indonesia, serta menjadi media *sharing* proses penerbitan buku.

GANGGUAN MENTAL MASA PERINATAL

Konsep, Cakupan, Screening Dan Terapi

Copyright @ 2025 By Ns. Yanti Puspita Sari, M.Kep., Ph.D.

All right reserved

Penulis

Ns. Yanti Puspita Sari, M.Kep., Ph.D.

Desain Sampul

Aswan Kreatif

Tata Letak

Husnud Diniyah

Editor

Ns. Ira Erwina, M.Kep., Sp.Kep.Jiwa

Background isi buku di ambil dari [https://www. freepik. com/](https://www.freepik.com/)

Official

Depok, Sleman-Jogjakarta (Kantor)

Penerbit KBM Indonesia

Anggota IKAPI/No. IKAPI 279/JTI/2021

081357517526 (Tlpn/WA)

Website

[https://penerbitkbm. com](https://penerbitkbm.com)

[www. penerbitbukumurah. com](http://www.penerbitbukumurah.com)

Email

[naskah@penerbitkbm. com](mailto:naskah@penerbitkbm.com)

Distributor

[https://penerbitkbm. com/toko-buku/](https://penerbitkbm.com/toko-buku/)

Youtube

Penerbit KBM Sastrabook

Instagram

@penerbit. kbmindonesia

@penerbitbukujogja

ISBN: 978-634-202-884-1

Cetakan ke-1, November 2025

15,5 x 23 cm, iv + 71 halaman

Isi buku diluar tanggungjawab penerbit
Hak cipta merek KBM Indonesia sudah terdaftar di DJKI-Kemenkumham
dan isi buku dilindungi undang-undang.

Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau
memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini
tanpa seizin penerbit karena beresiko sengketa hukum

Sanksi Pelanggaran Pasal 113
Undang-Undang No. 28 Tahun 2014 Tentang Hak Cipta

- i. Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 100. 000. 000 (seratus juta rupiah).
- ii. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 500. 000. 000,00 (lima ratus juta rupiah).
- iii. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 1. 000. 000. 000,00 (satu miliar rupiah).
- iv. Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 4. 000. 000. 000,00 (empat miliar rupiah).

KATA PENGANTAR

Periode perinatal merupakan masa yang sangat menentukan bagi kesehatan ibu dan anak, baik secara fisik maupun psikologis. Dalam fase ini, seorang perempuan menghadapi berbagai perubahan besar, mulai dari fluktuasi hormonal, penyesuaian peran sosial, hingga tuntutan emosional sebagai calon atau ibu baru. Kondisi tersebut menjadikan masa perinatal sebagai periode yang sangat rentan terhadap timbulnya gangguan kesehatan mental.

Gangguan mental pada masa perinatal, seperti depresi, kecemasan, stress sering kali tidak terdeteksi dengan baik. Padahal, berbagai studi menunjukkan bahwa kondisi tersebut tidak hanya berdampak pada kesejahteraan ibu, tetapi juga berimplikasi terhadap perkembangan janin, kualitas ikatan ibu dan anak (*maternal-infant bonding*), serta tumbuh kembang anak di kemudian hari.

Buku **“Gangguan Mental Masa Perinatal: Konsep, Cakupan, Screening, dan Terapi”** menghadirkan pemahaman komprehensif mengenai konsep dasar gangguan mental perinatal, cakupan masalah yang dihadapi, serta pentingnya deteksi dini melalui berbagai instrumen skrining yang telah tervalidasi. Buku ini juga memperkenalkan pendekatan terapi terkini, baik konvensional maupun inovatif, yang telah terbukti efektif meningkatkan kesejahteraan psikologis ibu perinatal.

Melalui penyusunan buku ini, penulis berharap dapat memberikan kontribusi nyata bagi pengembangan ilmu dan praktik kesehatan mental perinatal di Indonesia. Buku ini tidak hanya ditujukan bagi

tenaga kesehatan, akademisi, peneliti, serta pembuat kebijakan yang peduli terhadap kesejahteraan ibu dan anak.

Semoga karya ini dapat menjadi rujukan ilmiah dan inspirasi untuk memperkuat sistem pelayanan kesehatan mental ibu dan anak yang lebih komprehensif, empatik, dan berbasis bukti ilmiah. Karena kesehatan mental ibu bukan hanya milik individu, ia adalah fondasi bagi tumbuh kembang generasi yang sehat, kuat, dan bahagia.

Padang

Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI	iii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
BAB 2 KONSEP GANGGUAN KESEHATAN MENTAL.....	5
A. Stress	7
B. Kecemasan (Ansietas)	10
C. Depresi	13
BAB 3 MEMAHAMI KONSEP PERINATAL	17
A. Periode Kehamilan	18
B. Periode Persalinan	24
C. Periode Postpartum.....	28
BAB 4 GANGGUAN KESEHATAN MENTAL IBU MASA PERINATAL	33
A. Defenisi dan Cakupan Gangguan Mental Perinatal	34
B. Gangguan Mental Psikosis pada Masa Perinatal.....	35
C. Gangguan Mental Non Psikosis pada Masa Perinatal	36
BAB 5 DAMPAK GANGGUAN KESEHATAN MENTAL BAGI IBU DAN PERKEMBANGAN ANAK	45
A. Dampak terhadap Janin.....	46
B. Dampak terhadap Anak pada Masa Perkembangannya	46
C. Dampak terhadap Pola Asuh Ibu	48
D. Dampak terhadap Bonding dan Attachment	48
BAB 6 PENGKAJIAN DAN SCREENING RESIKO GANGGUAN KESEHATAN MENTAL PADA MASA PERINATAL	51
A. Konteks dan Beban Gangguan Kesehatan Mental pada Masa Perinatal	52

B. Tujuan Pengkajian dan Skrining -----	52
C. Alat Ukur Gold Standard untuk Skrining Kesehatan Mental Perinatal -----	53
D. Implementasi dalam Layanan Kesehatan-----	55
E. Kesimpulan -----	56
BAB 7 INOVATIF INTERVENSI DAN PENATALAKSANAAN GANGGUAN KESEHATAN MENTAL PADA MASA PERINATAL	57
A. Mengenal Psychotherapy dalam Perinatal Care -----	58
B. Mengenal Mindfulness Therapy dalam Perinatal Care-----	61
REFERENSI	67
BIOGRAFI PENULIS	71

REFERENSI

- Brosens, I., Muter, J., Gargett, C. E., Puttemans, P., Benagiano, G., & Brosens, J. J. (2017). The impact of uterine immaturity on obstetrical syndromes during adolescence. *Am J Obstet Gynecol*, 217(5), 546-555. <https://doi.org/10.1016/j.ajog.2017.05.059>
- Ciccia, A. H., Meulenbroek, P., & Turkstra, L. S. (2009). Adolescent Brain and Cognitive Developments: Implications for Clinical Assessment in Traumatic Brain Injury. *Top Lang Disord*, 29(3), 249-265. <https://doi.org/10.1097/TLD.0b013e3181b53211>
- D'Agostini, C., de Oliveira, M., & D'Souza-Li, L. (2013). Comparison of cervical length in adult and adolescent nulliparae at mid-gestation. *J Pediatr Adolesc Gynecol*, 26(4), 209-211. <https://doi.org/10.1016/j.jpag.2013.03.001>
- Foster, D. G., Raifman, S. E., Gipson, J. D., Rocca, C. H., & Biggs, M. A. (2019). Effects of Carrying an Unwanted Pregnancy to Term on Women's Existing Children. *J Pediatr*, 205, 183-189 e181. <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2018.09.026>
- Glick, I., Kadish, E., & Rottenstreich, M. (2021). Management of Pregnancy in Women of Advanced Maternal Age: Improving Outcomes for Mother and Baby. *Int J Womens Health*, 13, 751-759. <https://doi.org/10.2147/IJWH.S283216>
- Griffin, J., John B. (1990). Chapter 202. Anxiety. In *Clinical Methods: The History, Physical, and Laboratory Examinations*. 3rd edition.
- Howard, L. M., Molyneaux, E., Dennis, C. L., Rochat, T., Stein, A., & Milgrom, J. (2014). Non-psychotic mental disorders in the

- perinatal period. *Lancet*, 384(9956), 1775-1788.
[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(14\)61276-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(14)61276-9)
- Jaaskelainen, T., Heinonen, S., Hamalainen, E., Pulkki, K., Romppanen, J., Laivuori, H., & Finnpec. (2019). Impact of obesity on angiogenic and inflammatory markers in the Finnish Genetics of Preeclampsia Consortium (FINNPEC) cohort. *Int J Obes (Lond)*, 43(5), 1070-1081. <https://doi.org/10.1038/s41366-018-0217-8>
- Jeong, Y. J., Nho, J. H., Kim, H. Y., & Kim, J. Y. (2021). Factors Influencing Quality of Life in Early Postpartum Women. *Int J Environ Res Public Health*, 18(6). <https://doi.org/10.3390/ijerph18062988>
- Kawashima, A., Detsuka, N., & Yano, R. (2022). Sleep deprivation and fatigue in early postpartum and their association with postpartum depression in primiparas intending to establish breastfeeding. *J Rural Med*, 17(1), 40-49.
<https://doi.org/10.2185/jrm.2021-027>
- Kristiansen, O., Roland, M. C., Zucknick, M., Reine, T. M., Kolset, S. O., Henriksen, T., Lekva, T., & Michelsen, T. (2022). Maternal body mass index and placental weight: a role for fetal insulin, maternal insulin and leptin. *J Endocrinol Invest*, 45(11), 2105-2121. <https://doi.org/10.1007/s40618-022-01842-2>
- Lopez-Jaramillo, P., Barajas, J., Rueda-Quijano, S. M., Lopez-Lopez, C., & Felix, C. (2018). Obesity and Preeclampsia: Common Pathophysiological Mechanisms. *Front Physiol*, 9, 1838.
<https://doi.org/10.3389/fphys.2018.01838>
- Lu, S., Wei, F., & Li, G. (2021). The evolution of the concept of stress and the framework of the stress system. *Cell Stress*, 5(6), 76-85.
<https://doi.org/10.15698/cst2021.06.250>
- McBean, A. L., & Montgomery-Downs, H. E. (2014). Diurnal Fatigue Patterns, Sleep Timing, and Mental Health Outcomes Among Healthy Postpartum Women. *Biological Research For Nursing*, 17(1), 29-39. <https://doi.org/10.1177/1099800414528278>
- Nelson, H. D., Darney, B. G., Ahrens, K., Burgess, A., Jungbauer, R. M., Cantor, A., Atchison, C., Eden, K. B., Goueth, R., & Fu, R. (2022). Associations of Unintended Pregnancy With Maternal and Infant Health Outcomes: A Systematic Review and Meta-

- analysis. *JAMA*, 328(17), 1714-1729.
<https://doi.org/10.1001/jama.2022.19097>
- O'Hara, M. W., & Wisner, K. L. (2014). Perinatal mental illness: definition, description and aetiology. *Best Pract Res Clin Obstet Gynaecol*, 28(1), 3-12. <https://doi.org/10.1016/j.bpobgyn.2013.09.002>
- Reilly, T. J., Roberts, E., Sagnay De La Bastida, V. C., McGuire, P., Dazzan, P., & Cullen, A. E. (2023). Systematic review of the association between adverse life events and the onset and relapse of postpartum psychosis. *Front Psychiatry*, 14, 1154557. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1154557>
- Sari, Y. P., Hsu, Y. Y., & Nguyen, T. T. B. (2023). The Effects of a Mindfulness-Based Intervention on Mental Health Outcomes in Pregnant Woman: A Systematic Review and Meta-Analysis. *J Nurs Res*, 31(6), e306. <https://doi.org/10.1097/jnr.0000000000000586>
- Song, Y., Jieping, S., Tianshu, Z., Zhijun, Z., Jingxuan, Z., & Bo, W. (2022). Incidence of Down Syndrome by maternal age in Chinese population. *Front Genet*, 13, 980627. <https://doi.org/10.3389/fgene.2022.980627>
- Spradley, F. T., Palei, A. C., & Granger, J. P. (2015). Increased risk for the development of preeclampsia in obese pregnancies: weighing in on the mechanisms. *Am J Physiol Regul Integr Comp Physiol*, 309(11), R1326-1343. <https://doi.org/10.1152/ajpregu.00178.2015>
- VanderKruik, R., Barreix, M., Chou, D., Allen, T., Say, L., Cohen, L. S., & Maternal Morbidity Working, G. (2017). The global prevalence of postpartum psychosis: a systematic review. *BMC Psychiatry*, 17(1), 272. <https://doi.org/10.1186/s12888-017-1427-7>

BIOGRAFI PENULIS

Ns. Yanti Puspita Sari, M.Kep, Ph.D, merupakan Dosen pada Departemen Maternitas dan Anak, Fakultas Keperawatan Universitas Andalas, Padang, Indonesia, sejak tahun 2014 sampai sekarang.

Penulis menyelesaikan pendidikan S1 Keperawatan dan Profesi Ners pada Universitas Andalas (Unand) pada tahun 2005. Melanjutkan pendidikan pada Program Magister Keperawatan Universitas Indonesia (UI), peminatan Keperawatan Maternitas, dan selesai pada tahun 2010. Kemudian, penulis menyelesaikan pendidikan Doktorat di *National Cheng Kung University (NCKU)*, Tainan, Taiwan pada April 2024.

Sepanjang perjalanan karir sebagai dosen, penulis berfokus kajian-kajian kesehatan perempuan dan remaja, mencakup pengembangan model pendidikan kesehatan reproduksi remaja, kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis pada ibu remaja dan ibu hamil, stigma dan *Evidence Based Practice in Nursing*. Penulisan buku, didasarkan pada hasil-hasil penelitian penulis yang telah terbit diberbagai jurnal internasional terindeks Scopus dan WOS, yang diintegrasikan dengan sitasi pada artikel dari peneliti lainnya.

Melalui kegiatan penulisan buku, penulis berharap dapat memberikan kontribusi positif bagi peningkatan pengetahuan dan pemahaman pembaca. Selain itu, melalui penulisan buku, merupakan cara penulis untuk mengabdikan ilmu yang telah diperoleh sehingga bisa bermanfaat bagi banyak orang.

Selanjutnya, tiada kesempurnaan di dunia ini, termasuk penulis dan buku ini sendiri. Sumbangsih dan kritikan yang membangun sangat diterima dengan senang hati, untuk perbaikan diri pribadi dan buku ini dimasa yang akan datang.