

**PEMBERDAYAAN KADER DAN KELUARGA DALAM ASUHAN KEBIDANAN
BERBASIS EKOLOGI DAN TEKNOLOGI UNTUK MENINGKATKAN
KESEHATAN MENTAL IBU NIFAS DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS BANTARGEBAH BEKASI**

Raras Setyaningrum^{1*}, Saqih Lintang Sungesti², Siti Fatimah³

¹⁻³Program Studi Kebidanan, STIKES RSPAD Gatot Soebroto, Jakarta

Email Korespondensi: rarasmamangga85.rs@gmail.com

Disubmit: 03 September 2026 Diterima: 06 September 2026 Diterbitkan: 01 Oktober 2026
Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v9i10.28121>

ABSTRAK

Masa nifas merupakan periode yang rentan terhadap perubahan fisik dan psikologis yang dapat meningkatkan risiko terjadinya masalah kesehatan mental, termasuk depresi postpartum. Deteksi dini, dukungan keluarga, serta keterlibatan kader menjadi komponen penting dalam upaya promotif dan preventif kesehatan mental ibu nifas. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan meningkatkan kapasitas kader dalam deteksi dini masalah kesehatan mental ibu nifas, meningkatkan pengetahuan ibu nifas dan keluarga, serta memperkuat dukungan keluarga melalui pemanfaatan telemidwifery. Kegiatan dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Bantargebah Bekasi dengan pendekatan pemberdayaan masyarakat yang melibatkan kader kesehatan, ibu nifas, dan suami/anggota keluarga. Peserta kegiatan terdiri atas 30 kader kesehatan, 30 ibu nifas yang mengikuti skrining EPDS, serta 30 suami/anggota keluarga. Intervensi meliputi pelatihan kader mengenai kesehatan mental ibu nifas dan penggunaan *Edinburgh Postnatal Depression Scale* (EPDS), edukasi kepada ibu nifas dan keluarga, penguatan dukungan keluarga, serta pemanfaatan WhatsApp sebagai media telemidwifery untuk edukasi, konsultasi, dan pemantauan. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test, observasi keterampilan kader dalam penggunaan EPDS, hasil skrining kesehatan mental ibu nifas, serta pemantauan keterlibatan keluarga dan aktivitas telemidwifery. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa program dapat dilaksanakan dengan melibatkan kader dan keluarga sebagai bagian dari sistem pendampingan ibu nifas. Skrining terhadap 30 ibu nifas menghasilkan pemetaan kondisi psikologis yang dapat digunakan sebagai dasar edukasi dan tindak lanjut sesuai kebutuhan. Pendekatan integratif berbasis kader, keluarga, bidan, dan teknologi komunikasi berpotensi memperkuat deteksi dini dan pendampingan kesehatan mental ibu nifas secara berkelanjutan.

Kata Kunci: Ibu Nifas, Kesehatan Mental, Depresi Postpartum, EPDS, Kader, Dukungan Keluarga, Telemidwifery.

ABSTRACT

The postpartum period is a vulnerable phase characterized by physical and psychological changes that may increase the risk of maternal mental health problems, including postpartum depression. Early detection, family support,

and community health cadre involvement are important components of promotive and preventive efforts to improve postpartum maternal mental health. This community service program aimed to strengthen health cadres' capacity in the early detection of postpartum mental health problems, improve the knowledge of postpartum mothers and their families, and strengthen family support through telemidwifery. The activity was conducted in the working area of Bantargebang Community Health Center, Bekasi, using a community empowerment approach involving health cadres, postpartum mothers, and husbands/family members. The participants consisted of 30 health cadres, 30 postpartum mothers who underwent EPDS screening, and 30 husbands/family members. The intervention included cadre training on postpartum mental health and the use of the Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS), education for postpartum mothers and families, strengthening family support, and the use of WhatsApp as a telemidwifery platform for education, consultation, and monitoring. Evaluation was conducted through pre-test and post-test assessments, observation of cadres' EPDS skills, maternal mental health screening results, and monitoring of family involvement and telemidwifery activities. The results demonstrated that the program could be implemented by engaging cadres and families as an integrated support system for postpartum mothers. Screening of 30 postpartum mothers provided an initial mapping of their psychological conditions that could be used to guide education and appropriate follow-up. An integrated approach involving cadres, families, midwives, and communication technology has the potential to strengthen early detection and sustainable mental health support for postpartum mothers.

Keywords: *Postpartum Mothers, Maternal Mental Health, Postpartum Depression, EPDS, Health Cadres, Family Support, Telemidwifery.*

1. PENDAHULUAN

Masa nifas merupakan periode penting dalam kehidupan perempuan yang ditandai dengan berbagai perubahan fisik, hormonal, psikologis, dan sosial. Pada periode ini, ibu perlu beradaptasi dengan perubahan peran sebagai ibu, proses menyusui, pola tidur yang berubah, kelelahan, serta tanggung jawab dalam merawat bayi. Kondisi tersebut dapat memengaruhi kesehatan mental ibu dan, apabila tidak memperoleh dukungan yang memadai, dapat meningkatkan risiko munculnya masalah psikologis, termasuk depresi postpartum (Gore, A. C., Chappell, V. A., Fenton, S. E., Flaws, J. A., Nadal, A., Prins, G. S., Toppari, J., & Zoeller, R. T., 2020). Depresi postpartum merupakan salah satu masalah kesehatan mental yang perlu mendapatkan perhatian karena gejalanya sering kali tidak mudah dikenali oleh ibu maupun keluarga. Perasaan sedih, kelelahan, gangguan tidur, kecemasan, kehilangan minat, serta perasaan tidak mampu menjalankan peran sebagai ibu dapat dianggap sebagai kondisi normal setelah persalinan. Padahal, gangguan psikologis yang tidak teridentifikasi secara dini dapat berdampak terhadap kesejahteraan ibu, kemampuan pengasuhan, serta hubungan ibu dan bayi. Oleh karena itu, deteksi dini dan pendampingan kesehatan mental perlu menjadi bagian dari pelayanan pada masa nifas (Diamanti-Kandarakis, E., Bourguignon, J. P., Giudice, L. C., Hauser, R., Prins, G. S., Soto, A. M., Zoeller, R. T., & Gore, A. C., 2020).

Salah satu instrumen yang dapat digunakan untuk membantu deteksi dini gejala depresi postpartum adalah *Edinburgh Postnatal Depression*

Scale (EPDS). Penggunaan EPDS dapat membantu mengidentifikasi ibu yang memerlukan perhatian dan asesmen lebih lanjut. Namun, pelaksanaan deteksi dini di masyarakat memerlukan dukungan sumber daya manusia yang mampu melakukan skrining secara tepat, memberikan komunikasi suportif, serta mengarahkan ibu kepada tenaga kesehatan apabila ditemukan hasil yang memerlukan tindak lanjut. Wilayah Bantargebang Kota Bekasi memiliki karakteristik lingkungan yang perlu mendapatkan perhatian dalam upaya peningkatan kesehatan masyarakat karena keberadaan Tempat Pengolahan Sampah Terpadu (TPST) Bantargebang. Pendekatan kesehatan berbasis ekologi dalam kegiatan ini mempertimbangkan lingkungan fisik dan sosial yang dapat memengaruhi kenyamanan, stres, pola istirahat, serta kondisi psikologis ibu nifas. Dengan demikian, upaya menjaga kesehatan mental ibu nifas perlu dilakukan secara komprehensif dengan memperhatikan individu, keluarga, kader, dan lingkungan tempat ibu menjalani masa nifas (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Berdasarkan identifikasi permasalahan pada mitra, masih diperlukan penguatan pengetahuan dan keterampilan kader dalam mengenali masalah kesehatan mental ibu nifas dan menggunakan instrumen EPDS. Selain itu, pemahaman suami dan keluarga mengenai pentingnya dukungan terhadap ibu nifas juga perlu ditingkatkan. Keterbatasan media edukasi dan belum optimalnya mekanisme pemantauan secara berkelanjutan menjadi tantangan dalam memastikan ibu nifas memperoleh dukungan setelah kembali ke lingkungan keluarga (Lidya, B. N., Setiyawati, D., St, S., Fis, M., Hasnita, Y., Keb, S. T., & Musfiroh, S, 2026). Keluarga merupakan lingkungan terdekat yang memiliki peran penting dalam proses adaptasi ibu selama masa nifas. Dukungan keluarga dapat diberikan dalam bentuk dukungan emosional, bantuan dalam perawatan bayi dan pekerjaan rumah tangga, pemberian informasi, serta penciptaan lingkungan yang mendukung ibu untuk beristirahat dan memperoleh pelayanan kesehatan ketika dibutuhkan. Oleh karena itu, pemberdayaan kader perlu berjalan secara terpadu dengan peningkatan keterlibatan suami dan keluarga serta penguatan koordinasi dengan bidan dan Puskesmas (Rattan, S., Zhou, C., Chiang, C., Mahalingam, S., Brehm, E., & Flaws, J. A, 2022).

Pemanfaatan teknologi komunikasi melalui telemidwifery menjadi salah satu alternatif untuk memperkuat edukasi, konsultasi, komunikasi, dan pemantauan ibu nifas secara berkelanjutan. Media WhatsApp yang telah banyak digunakan masyarakat dapat dimanfaatkan sebagai sarana komunikasi antara ibu nifas, keluarga, kader, dan bidan. Pendekatan ini memungkinkan proses pendampingan tidak berhenti pada kegiatan tatap muka, tetapi dilanjutkan melalui pemantauan dan komunikasi selama masa nifas. Berdasarkan permasalahan tersebut, kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dilaksanakan melalui pendekatan Eco-TeleMidwifery-Based Midwife-Family Support Programme (Eco-TM-MFSP) (Hamidiyah, A., KM, S., Lamtumiari, D. J., Mufidaturrosida, A., ST, S., Indriani, P. L. N., ... & Keb, M, 2026). Program ini mengintegrasikan edukasi kesehatan mental, skrining dini menggunakan EPDS, penguatan kapasitas kader, pemberdayaan suami/keluarga, serta pemanfaatan WhatsApp sebagai media telemidwifery. Kegiatan diarahkan untuk meningkatkan kemampuan kader dalam deteksi dini dan pendampingan, meningkatkan pengetahuan ibu nifas dan keluarga, serta membangun dukungan keluarga yang berkelanjutan dalam menjaga kesehatan mental ibu nifas.

Dengan pendekatan tersebut, kegiatan ini bertujuan meningkatkan kapasitas kader kesehatan dalam deteksi dini masalah kesehatan mental ibu nifas, meningkatkan pengetahuan dan keterlibatan ibu nifas serta suami/keluarga, dan memperkuat sistem pendampingan berbasis telemidwifery melalui integrasi kader, keluarga, bidan, dan Puskesmas di wilayah Bantargebang Bekasi.

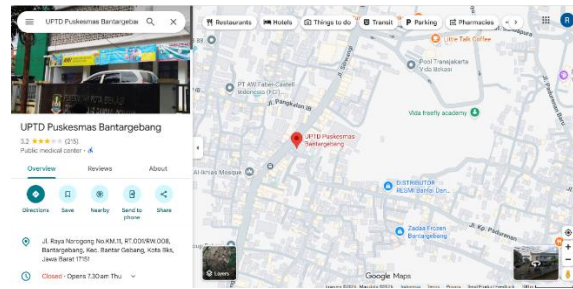
2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Berdasarkan hasil identifikasi kondisi mitra di wilayah kerja Puskesmas Bantargebang Bekasi, ditemukan beberapa permasalahan yang berkaitan dengan upaya peningkatan kesehatan mental ibu nifas. Deteksi dini masalah kesehatan mental, khususnya gejala depresi postpartum, belum optimal dilakukan di tingkat masyarakat. Kondisi tersebut antara lain berkaitan dengan keterbatasan pengetahuan dan keterampilan kader dalam mengenali tanda-tanda masalah psikologis pada ibu nifas serta penggunaan instrumen *Edinburgh Postnatal Depression Scale* (EPDS). Selain permasalahan pada tingkat kader, pengetahuan dan keterlibatan suami serta keluarga dalam memberikan dukungan kepada ibu nifas juga masih perlu diperkuat. Dukungan keluarga sangat penting karena ibu menjalani proses adaptasi fisik dan psikologis setelah persalinan serta menghadapi perubahan pola istirahat, menyusui, dan perawatan bayi. Dukungan yang kurang optimal dapat menjadi salah satu kondisi yang perlu diperhatikan dalam pemantauan kesehatan mental ibu nifas.

Permasalahan lainnya adalah belum optimalnya ketersediaan media edukasi dan mekanisme pemantauan ibu nifas secara berkelanjutan setelah kembali ke lingkungan keluarga. Pemanfaatan teknologi komunikasi melalui telemidwifery, khususnya WhatsApp, belum dimanfaatkan secara optimal sebagai media edukasi, konsultasi, komunikasi, dan pemantauan antara ibu nifas, keluarga, kader, dan bidan. Berdasarkan permasalahan tersebut, kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat memfokuskan intervensi pada penguatan kapasitas kader, peningkatan pengetahuan ibu nifas dan keluarga, deteksi dini menggunakan EPDS, penguatan dukungan keluarga, serta pemanfaatan telemidwifery sebagai media pendampingan berkelanjutan. Berdasarkan permasalahan mitra tersebut, pertanyaan yang menjadi dasar pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat adalah:

Tabel 1. Rumusan Masalah

Masalah	Intervensi
Kemampuan kader dalam deteksi dini belum optimal	Pelatihan kesehatan mental & EPDS
Pengetahuan ibu nifas dan keluarga belum optimal	Edukasi ibu dan keluarga
Dukungan keluarga belum optimal	<i>Midwife-Family Support</i>
Pemantauan belum berkelanjutan	Telemidwifery melalui WhatsApp



Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

3. KAJIAN PUSTAKA

Masa nifas merupakan periode transisi yang ditandai oleh perubahan fisik, hormonal, psikologis, dan sosial. Setelah persalinan, ibu perlu beradaptasi dengan perubahan peran, proses menyusui, pola tidur, kelelahan, serta tanggung jawab dalam merawat bayi. Kondisi tersebut dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis ibu sehingga pemantauan kesehatan mental perlu menjadi bagian dari pelayanan pascapersalinan. Masalah kesehatan mental pada masa nifas dapat berada dalam spektrum yang luas, mulai dari perubahan suasana hati ringan hingga gangguan yang lebih serius seperti depresi postpartum. Depresi postpartum dapat memengaruhi kondisi emosional ibu, kemampuan menjalankan fungsi sehari-hari, proses pengasuhan, serta hubungan ibu dengan bayi. Oleh karena itu, pengenalan gejala secara dini dan pemberian dukungan yang tepat merupakan bagian penting dalam pelayanan kesehatan ibu setelah persalinan (Rahmawati, D., Aurora, W. I. D., & Sulistiawan, A, 2026).

Depresi postpartum merupakan masalah kesehatan mental yang dapat terjadi setelah persalinan dan ditandai antara lain oleh perasaan sedih yang menetap, kehilangan minat, kelelahan, gangguan tidur, kecemasan, perasaan tidak mampu menjalankan peran sebagai ibu, dan munculnya pikiran negatif. Gejala tersebut dapat sulit dibedakan dari kelelahan normal pada masa nifas sehingga deteksi dini diperlukan untuk mengidentifikasi ibu yang membutuhkan perhatian lebih lanjut. Deteksi dini tidak dimaksudkan untuk menetapkan diagnosis, tetapi untuk mengidentifikasi ibu yang memiliki kemungkinan mengalami masalah psikologis dan membutuhkan asesmen lebih lanjut oleh tenaga kesehatan. Pendekatan ini penting terutama pada tingkat masyarakat karena memungkinkan masalah kesehatan mental dikenali lebih awal sebelum berkembang menjadi kondisi yang lebih berat.

Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) merupakan instrumen skrining yang banyak digunakan untuk membantu mengidentifikasi gejala depresi pada periode perinatal dan postpartum. Penggunaan EPDS dalam pelayanan komunitas dapat membantu tenaga kesehatan maupun kader melakukan identifikasi awal terhadap ibu yang menunjukkan gejala yang memerlukan perhatian. Dalam pelaksanaannya, penggunaan EPDS membutuhkan pemahaman mengenai tujuan skrining, cara pengisian, interpretasi skor, komunikasi hasil, serta mekanisme tindak lanjut. Kader yang telah mendapatkan pelatihan dapat berperan dalam membantu proses skrining dan pemantauan di masyarakat dengan tetap berada dalam koordinasi tenaga kesehatan. Hasil skrining yang menunjukkan risiko perlu ditindaklanjuti melalui asesmen dan pelayanan oleh bidan atau tenaga

kesehatan sesuai dengan kondisi ibu (Rattan, S., Zhou, C., Chiang, C., Mahalingam, S., Brehm, E., & Flaws, J. A, 2022).

Perkembangan teknologi komunikasi memberikan peluang untuk memperluas akses komunikasi antara ibu dan tenaga kesehatan. Telemidwifery dapat dimanfaatkan untuk memberikan edukasi, komunikasi, konsultasi, pemantauan, dan penguatan dukungan selama masa nifas. Penggunaan WhatsApp sebagai media komunikasi relatif mudah diterapkan karena merupakan platform komunikasi yang familiar bagi masyarakat. Dalam kegiatan ini, WhatsApp dimanfaatkan sebagai media pendampingan yang menghubungkan ibu nifas dan keluarga dengan kader serta bidan. Komunikasi digital dapat digunakan untuk menyampaikan edukasi, mengingatkan pemantauan kondisi ibu, menerima konsultasi awal, dan membantu mengidentifikasi kebutuhan tindak lanjut.

4. METODE

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Bantargebang, Bekasi, dengan pendekatan pemberdayaan masyarakat yang melibatkan kader kesehatan, ibu nifas, dan suami/anggota keluarga. Kegiatan dilaksanakan melalui tahapan persiapan, pelaksanaan edukasi dan skrining, serta evaluasi. Tahap persiapan meliputi koordinasi dengan mitra, penyiapan materi edukasi, media penyuluhan, instrumen evaluasi, serta instrumen *Edinburgh Postnatal Depression Scale* (EPDS). Materi yang diberikan meliputi kesehatan mental masa nifas, depresi postpartum, tanda dan gejala yang perlu diwaspadai, dukungan keluarga, serta pemanfaatan komunikasi digital dalam pendampingan ibu nifas.

Tahap pelaksanaan diawali dengan registrasi dan penjelasan kegiatan kepada peserta. Selanjutnya diberikan edukasi melalui ceramah interaktif, diskusi, dan tanya jawab. Kader mendapatkan penguatan keterampilan dalam mengenali masalah kesehatan mental ibu nifas dan penggunaan EPDS. Ibu nifas dilakukan skrining menggunakan EPDS, sedangkan suami/anggota keluarga diberikan edukasi mengenai peran dan bentuk dukungan terhadap ibu selama masa nifas. Pemanfaatan WhatsApp diperkenalkan sebagai media komunikasi dan pendampingan antara ibu nifas, keluarga, kader, dan tenaga kesehatan.

Tahap evaluasi dilakukan melalui pengukuran pengetahuan menggunakan pre-test dan post-test, observasi keterampilan kader dalam penggunaan EPDS, serta analisis hasil skrining ibu nifas. Evaluasi proses juga dilakukan dengan melihat keaktifan peserta selama edukasi dan diskusi. Hasil skrining EPDS digunakan sebagai dasar untuk menentukan kebutuhan edukasi dan tindak lanjut oleh tenaga kesehatan, dengan memperhatikan bahwa EPDS merupakan instrumen skrining dan bukan alat diagnosis.

Sebanyak 75 peserta hadir dalam kegiatan, yang terdiri atas 30 ibu nifas, 30 suami/anggota keluarga, dan 15 kader kesehatan. Dengan demikian, pelaksanaan kegiatan melibatkan tiga kelompok sasaran yang saling melengkapi, yaitu ibu nifas sebagai sasaran utama, keluarga sebagai sumber dukungan terdekat, dan kader sebagai penggerak deteksi dini serta pendampingan di masyarakat.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Bantargebang Bekasi diikuti oleh 75 peserta, terdiri atas 30 ibu nifas, 30 suami/anggota keluarga, dan 15 kader kesehatan. Kegiatan berlangsung melalui edukasi, diskusi, skrining kesehatan mental, serta penguatan peran kader dan keluarga dalam pendampingan ibu nifas.

Tabel 1. Distribusi Peserta Kegiatan

Kelompok peserta	Jumlah	Persentase
Ibu nifas	30	40,0%
Suami/anggota keluarga	30	40,0%
Kader kesehatan	15	20,0%
Total	75	100%

Hasil pelaksanaan menunjukkan bahwa kegiatan dapat melibatkan ibu nifas, keluarga, dan kader dalam satu rangkaian kegiatan. Ibu nifas memperoleh edukasi mengenai kesehatan mental dan mengikuti skrining EPDS. Suami/anggota keluarga memperoleh edukasi mengenai pentingnya dukungan emosional, instrumental, dan informasional selama masa nifas. Sementara itu, kader memperoleh penguatan pengetahuan dan keterampilan dalam mengenali masalah kesehatan mental serta penggunaan EPDS.

Skrining kesehatan mental dilakukan terhadap 30 ibu nifas menggunakan EPDS. Hasil skrining digunakan untuk memberikan gambaran awal kondisi psikologis ibu nifas dan menjadi dasar dalam menentukan kebutuhan pendampingan serta tindak lanjut. Ibu yang memperoleh hasil skrining yang memerlukan perhatian diarahkan untuk mendapatkan pemantauan dan asesmen lebih lanjut melalui tenaga kesehatan. Selain kegiatan tatap muka, diperkenalkan pemanfaatan WhatsApp sebagai media telemidwifery untuk mendukung komunikasi, edukasi, konsultasi awal, dan pemantauan ibu nifas. Pendekatan ini diharapkan dapat memperpanjang proses pendampingan setelah kegiatan selesai dan memperkuat hubungan antara kader, keluarga, ibu nifas, dan tenaga kesehatan.

Secara umum, kegiatan memberikan ruang bagi peserta untuk meningkatkan pemahaman mengenai kesehatan mental masa nifas dan pentingnya deteksi dini. Keterlibatan keluarga dan kader juga memperkuat pendekatan pemberdayaan masyarakat karena dukungan terhadap ibu nifas tidak hanya dilakukan oleh tenaga kesehatan, tetapi melibatkan lingkungan terdekat ibu.



Gambar 2. Kegiatan Penyuluhan Pengenalan serta Penanganan Depresi Postpartum pada ibu Nifas dan Menyusui dengan Melibatkan dosen, suami/keluarga, kader, dan mahasiswa kebidanan

b. Pembahasan

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat menunjukkan bahwa pelatihan dan pemberdayaan kader merupakan langkah penting dalam meningkatkan kemampuan masyarakat dalam mendukung kesehatan mental ibu nifas. Pelibatan 30 kader memberikan penguatan pengetahuan mengenai kesehatan mental postpartum, komunikasi suportif, serta penggunaan EPDS untuk deteksi dini. Kader berperan sebagai penghubung antara ibu nifas, keluarga, dan tenaga kesehatan sehingga deteksi masalah dapat dilakukan lebih dekat dengan masyarakat. Skrining EPDS terhadap 30 ibu nifas memberikan gambaran awal mengenai kondisi psikologis ibu dan menjadi dasar untuk menentukan kebutuhan edukasi serta tindak lanjut. EPDS berfungsi sebagai instrumen skrining dan bukan alat diagnosis, sehingga ibu dengan hasil yang memerlukan perhatian perlu mendapatkan asesmen dan tindak lanjut oleh bidan atau tenaga kesehatan.

Keterlibatan suami dan keluarga juga menjadi komponen penting dalam kegiatan. Edukasi mengenai dukungan emosional, instrumental, informasional, dan lingkungan membantu keluarga memahami perannya dalam proses adaptasi ibu selama masa nifas. Pendekatan ini penting karena sebagian besar proses pemulihan ibu berlangsung di lingkungan keluarga. Pemanfaatan WhatsApp sebagai media telemidwifery memperkuat keberlanjutan pendampingan setelah kegiatan tatap muka (Vrijheid, M., Casas, M., Gascon, M., Valvi, D., & Nieuwenhuijsen, M, 2020). Media ini dapat digunakan untuk edukasi, komunikasi, konsultasi awal, dan pemantauan kondisi ibu nifas. Telemidwifery dalam kegiatan ini berfungsi sebagai pelengkap pelayanan tatap muka dan bukan sebagai pengganti pemeriksaan langsung. Secara keseluruhan, integrasi kader, ibu nifas, suami/keluarga, bidan, dan telemidwifery melalui pendekatan Eco-TM-MFSP memberikan model pemberdayaan yang lebih komprehensif. Program tidak hanya berorientasi pada deteksi dini, tetapi juga memperkuat dukungan keluarga dan kesinambungan komunikasi sehingga berpotensi mendukung pemeliharaan kesehatan mental ibu nifas di

tingkat komunitas (Sulistiyanti, A., SiT, S., Merben, B. O., Keb, S. T., Gultom, B. R. F. B., Keb, M. T., ... & Purnamasari, B. I, 2025).

6. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul “Pemberdayaan Kader dan Keluarga dalam Asuhan Kebidanan Berbasis Ekologi dan Teknologi untuk Meningkatkan Kesehatan Mental Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Bantargebang Bekasi” telah terlaksana dengan baik dan mendapatkan respons positif dari peserta. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat melalui pendekatan Eco-TeleMidwifery-Based Midwife-Family Support Programme (Eco-TM-MFSP) telah terlaksana dengan melibatkan 75 peserta, terdiri atas 30 ibu nifas, 30 suami/anggota keluarga, dan 15 kader kesehatan. Kegiatan edukasi, skrining EPDS, dan pemberdayaan kader serta keluarga dapat memperkuat upaya deteksi dini dan pendampingan kesehatan mental ibu nifas. Pemanfaatan telemidwifery melalui WhatsApp juga menjadi media pendukung untuk komunikasi dan pemantauan ibu nifas secara berkelanjutan.

SARAN

Kegiatan serupa perlu dilaksanakan secara berkelanjutan melalui penguatan kapasitas kader, peningkatan keterlibatan suami dan keluarga, serta pemantauan kesehatan mental ibu nifas secara berkala. Integrasi skrining EPDS dan telemidwifery dengan pelayanan bidan dan Puskesmas juga perlu diperkuat agar ibu yang membutuhkan perhatian dapat memperoleh tindak lanjut secara tepat dan berkesinambungan.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Diamanti-Kandarakis, E., Bourguignon, J. P., Giudice, L. C., Hauser, R., Prins, G. S., Soto, A. M., Zoeller, R. T., & Gore, A. C. (2020). Endocrine-Disrupting Chemicals: An Endocrine Society Scientific Statement. *Endocrine Reviews*, 41(6), 1-60.
- Gore, A. C., Chappell, V. A., Fenton, S. E., Flaws, J. A., Nadal, A., Prins, G. S., Toppari, J., & Zoeller, R. T. (2020). EDC-2: The Endocrine Society's Second Scientific Statement On Endocrine-Disrupting Chemicals. *Endocrine Reviews*, 41(6), 1-82.
- Hamidiyah, A., Km, S., Lamtumiari, D. J., Mufidaturrosida, A., St, S., Indriani, P. L. N., ... & Keb, M. (2026). *Buku Referensi: Kebidanan Komunitas Dalam Penurunan Aki Dan Akb Di Indonesia*. Optimal Untuk Negeri.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Pedoman Pelayanan Kesehatan Reproduksi Remaja. Jakarta: Direktorat Kesehatan Keluarga Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Pedoman Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (Pkpr). Jakarta: Direktorat Kesehatan Keluarga Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Lingkungan Hidup Dan Kehutanan Republik Indonesia. (2023). Sistem Informasi Pengelolaan Sampah Nasional (Sipsn). Jakarta: KLHK.
- Landrigan, P. J., Fuller, R., Acosta, N. J. R., Et Al. (2018). The Lancet Commission On Pollution And Health. *The Lancet*, 391(10119), 462-

512.

- Lidya, B. N., Setiyawati, D., St, S., Fis, M., Hasnita, Y., Keb, S. T., & Musfiroh, S. (2026). *Bunga Rampai: Pengabdian Dan Peran Nyata Tenaga Kesehatan Dalam Masyarakat*. Optimal Untuk Negeri.
- Mariyona, K., St, S., Kartika, R. P., Nadhiroh, A. M., Nugrahmi, M. A., St, S., ... & St, S. (2026). *Kesehatan Ibu Dan Anak Di Kebidanan Komunitas Yang Terintegrasi Dengan Al Islam Kemuhammadiyah (Aik)*. Pt Cipta Digital Edukasi.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rahmawati, D., Aurora, W. I. D., & Sulistiawan, A. (2026). Pemberdayaan Kader Pkk Dan Keluarga Melalui Program Gerakan Masyarakat Peduli Kesehatan Mental Ibu (Gemapi) Untuk Pencegahan Depresi Postpartum. *Jurnal Medika: Medika*, 5(1), 195-205.
- Rattan, S., Zhou, C., Chiang, C., Mahalingam, S., Brehm, E., & Flaws, J. A. (2022). Exposure To Endocrine Disruptors During Puberty And Reproductive Health Outcomes. *Environmental Research*, 203, 111830.
- Rochmawati, B., Lubis, B. T., Sugiharti, B. I., & Sitorus, B. R. A. (2026). *Perspektif Baru Kebidanan Komunitas: Konsep, Kebijakan, Dan Praktik Profesional*. Penamuda Media.
- Sulistiyanti, A., Sit, S., Merben, B. O., Keb, S. T., Gultom, B. R. F. B., Keb, M. T., ... & Purnamasari, B. I. (2025). *Asuhan Kebidanan Berbasis Komunitas*. Pt Bukuloka Literasi Bangsa.
- United Nations Environment Programme. (2021). *From Pollution To Solution: A Global Assessment Of Marine Litter And Plastic Pollution*. Nairobi: Unep.
- Vrijheid, M., Casas, M., Gascon, M., Valvi, D., & Nieuwenhuijsen, M. (2020). Environmental Pollutants And Child Health—A Review Of Recent Evidence. *International Journal Of Hygiene And Environmental Health*, 227, 113520.
- Wang, Y., Liu, C., Wang, Q., Zhang, Y., & Chen, X. (2023). Endocrine Disrupting Chemicals Exposure And Female Reproductive Health: A Systematic Review. *Environmental Research*, 216, 114495.
- World Health Organization. (2018). *Adolescent Health And Development: A Resource Guide*. Geneva: Who.
- World Health Organization. (2021). *Who Guideline On School Health Services*. Geneva: Who.