

ABSTRAK

Depresi postpartum merupakan salah satu masalah kesehatan mental yang dapat terjadi setelah persalinan dan berpengaruh terhadap kesehatan ibu, bayi, serta keberlangsungan proses menyusui. Kondisi ini memiliki penyebab yang kompleks dan bersifat multikausal, meliputi faktor biologis, psikologis, sosial, dan lingkungan. Perubahan hormonal setelah persalinan, kelelahan, kurang tidur, kesulitan dalam menyusui, pengalaman persalinan, rendahnya dukungan keluarga, kondisi sosial ekonomi, serta riwayat gangguan psikologis dapat meningkatkan risiko terjadinya depresi postpartum. Dalam konteks laktasi, depresi postpartum dapat memengaruhi motivasi dan kepercayaan diri ibu untuk menyusui, sedangkan kesulitan menyusui juga dapat memperburuk kondisi psikologis ibu.

Inferensi multikausa digunakan untuk memahami hubungan berbagai faktor yang secara bersama-sama berkontribusi terhadap terjadinya depresi postpartum dan gangguan laktasi. Pendekatan ini membantu tenaga kesehatan mengidentifikasi faktor risiko secara menyeluruh sehingga intervensi dapat diberikan sesuai kebutuhan ibu. Asuhan kebidanan dapat dilakukan melalui deteksi dini kondisi psikologis, edukasi mengenai kesehatan mental dan laktasi, dukungan menyusui, pemenuhan kebutuhan istirahat dan nutrisi, serta penguatan dukungan keluarga dan lingkungan. Kolaborasi antara bidan, dokter, konselor laktasi, psikolog, dan tenaga kesehatan lainnya diperlukan untuk memberikan pelayanan yang komprehensif. Dengan pendekatan multikausa dan deteksi dini yang tepat, risiko depresi postpartum dapat diminimalkan dan keberhasilan laktasi serta kualitas hidup ibu dan bayi dapat ditingkatkan.

Kata kunci: inferensi multikausa, depresi postpartum, laktasi, kesehatan mental, asuhan kebidanan.