



RELEVANSI HAK CUTI SUAMI DALAM UU KETENAGAKERJAAN PASAL 93 AYAT (2) DAN (4); ISTRI DEPRESI PASCA-PERSALINAN

Faruq Alkafi *

Fakultas Pascasarjana, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta

Email: faruqkhan739@gmail.com

Ita Rodiah *

Email: ita.rodiah@uin-suka.ac.id

Fakultas Pascasarjana, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta

*Korespondensi: email: ita.rodiah@uin-suka.ac.id

Abstrak

Artikel:

Diterima 6 Agustus 2024

Direvisi 7 Agustus 2024

Diterima 8 Agustus 2024

Tersedia online 9 Agustus 2024

Postpartum depression in women has become a serious concern, especially with its increasing prevalence in various countries. Factors such as lack of attention from partners and emotional instability are often the main causes. This study investigates the limitations of post-partum paternity leave policies in addressing this issue. Qualitative research methods were used to understand this phenomenon through literature search and descriptive analysis. The results highlighted the importance of the husband's role in supporting his wife's mental health postpartum, with effective psychosocial interventions to prevent postpartum depression. However, current paternity leave policies are limited and ineffective. Based on the study, the extension of paid paternity leave and the implementation of paid family leave could have a significant positive impact. This study concludes that holistic efforts, including psychological support and adequate leave policies, are needed to maintain women's mental health postpartum

Kata kunci:

Husband's Leave Policy, Postpartum Women's Depression, Mental Health

Pendahuluan/ مقدمة

Depresi yang dialami perempuan pasca-persalinan menjadi fokus permasalahan penting. Berdasarkan survey yang dilakukan Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) 2023, sebanyak 27 persen perempuan rentan mengalami depresi pasca-persalinan. Penyebab keadaan ini adalah kurangnya perhatian keluarga terutama suami terhadap kondisi kesehatan mental seorang istri. Dilansir dari liputan6.com sebanyak 70 persen ibu mengalami *baby blues* setelah persalinan. Hal yang paling dibutuhkan seorang perempuan setelah persalinan adalah kenyamanan dan dukungan dari pasangan agar emosionalnya stabil.¹

¹ Dinny Mutiah, "27 Persen Ibu di Indonesia Alami Depresi Pasca-Persalinan, Baby Blues Jadi Kasus Terbanyak," 4 Mei 2024, <https://www.liputan6.com/lifestyle/read/5586999/27-persen-ibu-di-indonesia-alami-depresi-pasca-persalinan-baby-blues-jadi-kasus-terbanyak?page=2>.

Contoh kasus depresi pasca-persalinan ini dapat dilihat pada kejadian tahun 2019 di kota Bandung, seorang perempuan tega membunuh bayinya karena mendapat bisikan gaib “mengirim anaknya ke surga”. Elvine Gunawan, dokter spesialis kejiwaan mengatakan bahwa kasus ini adalah gangguan mental emosional pasca-persalinan.² Selanjutnya kasus yang terjadi di Pesanggrahan, Jakarta Selatan, seorang ibu dengan sengaja menceburkan bayinya kedalam ember berisi air, hal itu ia lakukan sambil merekam dan tertawa. Berdasarkan hasil diagnosa penyebabnya adalah sang ibu mengalami depresi mengurus tiga anaknya yang masih balita.³ Berdasarkan tinjauan sistematis, gangguan kesehatan mental yang dialami perempuan setelah persalinan di Indonesia tercatat sebanyak 22,4%.⁴ Beberapa kasus tersebut mempunyai latar belakang yang tidak bisa diabaikan, terutama peran pasangan/suami pasca-persalinan. Selain kesehatan fisik, seorang suami berperan penting untuk memperhatikan emosional istri agar kesehatan mentalnya tetap stabil. Dukungan dan kenyamanan suami menjadi perhatian utama dalam mengurus bayi pasca-persalinan.

Kurangnya perhatian suami terhadap istri pasca-persalinan merupakan imbas dari kebijakan pemerintah dalam memberikan hak cuti ayah untuk mendampingi istri pasca-persalinan. Berdasarkan UU ketenagakerjaan Pasal 93 Ayat (2) dan (4) seorang suami diberikan hak cuti selama 2 hari ketika istri persalinan.⁵ Berpedoman pada Badan Kesehatan Dunia (WHO), masa perinatal pasca-persalinan terjadi pada rentang waktu satu tahun. Penyebab depresi ini tidak diketahui secara pasti, disinyalir adanya perubahan hormon menjadi alasan perasaan perempuan lebih sensitif dan ketidakstabilan emosional.⁶ Pada rentang waktu ini kondisi istri rentan mengalami depresi sebagaimana beberapa kasus yang telah terjadi. Untuk menghindari munculnya depresi pada istri, maka seorang suami perlu mendampingi istri dalam jangka waktu yang cukup agar emosional istri kembali stabil pasca-persalinan. Berdasarkan teori keseimbangan kerja-hidup mendefinisikan bahwa kehidupan ini terdiri lebih dari sekadar pekerjaan yang mencakup kebutuhan pribadi, sosial, dan keluarga yang harus diakomodasi agar hidup menjadi bermakna dan memuaskan. Hal itu dapat tercapai dengan mempertahankan keseimbangan yang sehat antara pekerjaan dan kehidupan pribadi, individu dapat menghindari burnout, meningkatkan kesehatan mental dan fisik mereka, serta meningkatkan kepuasan hidup dan kinerja di tempat kerja. Oleh karena itu, penting untuk memahami dan mengakomodasi kebutuhan dan preferensi individu dalam mencapai keseimbangan yang sesuai.⁷

Isu hak cuti bagi suami yang istrinya persalinan telah dibahas dalam beberapa penelitian terdahulu. Sebuah penelitian yang ditulis oleh Dewi Ariyani mengungkap konsep Paternity Leave yaitu cuti yang diberikan kepada ayah untuk merawat anak yang baru lahir. Penelitian ini juga menjelaskan hak cuti yang diperoleh ayah semakin meningkat di beberapa negara. Sedangkan di Indonesia, ayah mendapat jatah cuti 2 hari berdasarkan ketentuan UU tentang

² BBC NEWS Indonesia, “Kesehatan mental: Depresi perinatal, pembunuh senyap yang mengintai keselamatan jiwa ibu dan anaknya,” 14 April 2021, <https://www.bbc.com/indonesia/indonesia-56714093>.

³ Atiek Ishlahiyah Al Hamasy dan Aguido Adri, “Kasus Ibu Menceburkan Bayinya, Pendekatan Keluarga Menjadi Utama,” 18 Oktober 2023, <https://www.kompas.id/baca/metro/2023/10/17/baby>.

⁴ The Conversation, “Seperempat ibu depresi setelah persalinan, tapi penanganannya belum optimal. Mengapa?,” 20 Mei 2019, <https://theconversation.com/seperempat-ibu-depresi-setelah-persalinan-tapi-penanganannya-belum-optimal-mengapa-117205>.

⁵ *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 2003 Tentang Ketenagakerjaan*.

⁶ BBC NEWS Indonesia, “Kesehatan mental: Depresi perinatal, pembunuh senyap yang mengintai keselamatan jiwa ibu dan anaknya.”

⁷ Ellen Ernst Kossek dan Brenda A. Lautsch, “Work-Life Flexibility for Whom?: Occupational Status and Work-Life Inequality in Upper, Middle, and Lower Level Jobs,” *Annals / The Academy of Management* 12, no. 1 (19 Mei 2017): 1–36.

Ketenagakerjaan Nomor 13 Tahun 2003.⁸ Penelitian hak cuti bagi ayah juga pernah ditulis lebih khusus tentang hak rentang waktu cuti Aparatur Sipil Negara (ASN) di Indonesia. Dalam penelitian ini fokus pembahasan penulis adalah kualitas kesejahteraan dimana tanggung jawab dan peran seorang ayah menentukan kualitas kehidupan keluarga dalam konteks persalinan.⁹ Selain pentingnya hak cuti bagi ayah, sebuah penelitian mengungkapkan bahwa peran suami pasca-persalinan mempunyai dampak yang besar untuk mengurangi jumlah angka perempuan depresi pasca-persalinan. Dengan dukungan yang diberikan suami kepada istri dalam merawat anak yang baru lahir secara tidak langsung menstabilkan emosi istri.¹⁰ Sebuah jurnal menuliskan evaluasi sistematis terhadap pengalaman wanita yang menerima intervensi psikologis untuk depresi pasca melahirkan (PPD). Memahami pengalaman wanita terhadap intervensi psikologis untuk PPD dapat meningkatkan efektivitas dan penerimaan perawatan. Jurnal ini menekankan pentingnya pendekatan yang dipersonalisasi dan berfokus pada kebutuhan individu wanita yang mengalami PPD, serta pentingnya dukungan sosial dan aspek praktis dalam pelaksanaan perawatan.¹¹ Peta penelitian terdahulu ini dijadikan sebagai pertimbangan dalam menentukan rentang waktu cuti kerja yang relevan bagi suami untuk mendampingi istri pasca-persalinan.

Peraturan hak cuti suami pasca-istri persalinan belum berpihak pada keadaan kondisi mental istri. Dampak yang ditimbulkan dari peraturan UU tentang Ketenagakerjaan Nomor 13 Tahun 2003 adalah banyak kasus istri mengalami depresi pasca-persalinan. Walaupun penyebab utama depresi tersebut bukan karena kurangnya dukungan suami, namun sebagian besar kasus mengarah pada kesehatan mental istri ketika tidak adanya dukungan suami pasca-persalinan. Dalam hal ini pemerintah diharapkan ikut andil dalam kebijakan membuat aturan agar perusahaan swasta memberikan kompensasi hak cuti bagi suami pasca-istri persalinan setidaknya sampai batas istri mampu mengontrol emosionalnya sehingga tidak sampai terjadi kasus *baby blues*. Berdasarkan studi penelitian mengungkapkan bahwa resiko meningkatnya depresi pasca-persalinan sampai pada batas waktu 4 bulan.¹²

Penerapan peraturan tentang hak cuti kerja bagi suami pasca-persalinan tidak efektif dalam mengurangi kasus istri depresi pasca-persalinan. Selain itu, kurangnya perhatian perusahaan terhadap kesejahteraan karyawan sebagai salah satu penyebab suami tidak dapat mengambil cuti pasca-istri persalinan. Jatah cuti yang tercatat dalam UU tentang Ketenagakerjaan tidak cukup untuk mendampingi istri, karena terlalu singkat waktu cuti yang diberikan. Oleh karena itu, penelitian ini mengkaji rentang waktu jatah cuti yang dibutuhkan suami dalam menjaga kondisi kesehatan mental istri pasca-persalinan dari kacamata psikologis. Penelitian ini juga bertujuan sebagai bahan pertimbangan pemerintah dalam menentukan kebijakan cuti kerja bagi suami dalam memberikan pendampingan istri pasca-persalinan.

⁸ Dewi Ariyani, "Paternity Leave (Cuti Ayah): Apa, Bagaimana dan untuk Apa?," *YINYANG: Jurnal Studi Islam, Gender dan Anak* 12, no. 2 (29 Desember 2017): 351–366.

⁹ Andi Arjuna Shaputra dkk., "Hak Cuti Persalinan Bagi Ayah: Tinjauan Analitis Dalam Perspektif Hak Individu Aparatur Sipil Negara," *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 2022.

¹⁰ Fitria Ratu Ayu dan Siti Noor Fatmah Lailatushifah, "Dukungan Suami Dan Depresi Pasca Persalinan,"

¹¹ Pamela Massoudi dkk., "Women's Experiences of Psychological Treatment and Psychosocial Interventions for Postpartum Depression: A Qualitative Systematic Review and Meta-Synthesis," *BMC Women's Health* 23, no. 1 (14 November 2023): 604, <https://doi.org/10.1186/s12905-023-02772-8>.

¹² Erin Hetherington dkk., "Social Support and Maternal Mental Health at 4 Months and 1 Year Postpartum: Analysis from the All Our Families Cohort," *Journal of Epidemiology and Community Health* 72, no. 10 (Oktober 2018): 933–939, <https://doi.org/10.1136/jech-2017-210274>.

Metode/ منهجية البحث

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif yaitu suatu upaya memahami dan menafsirkan objek penelitian berdasarkan pengamatan dan observasi untuk mendapatkan kesimpulan topik penelitian.¹³ Metode penelitian kualitatif adalah pendekatan penelitian yang digunakan untuk memahami fenomena kompleks dalam konteks nyata, dengan mengumpulkan data yang bersifat deskriptif dan mendalam. Beberapa metode penelitian kualitatif yang umum digunakan meliputi wawancara, observasi, analisis konten, dan studi kasus.¹⁴ Tulisan ini merupakan jenis penelitian pustaka (*library research*) yaitu suatu penelitian dengan teknik pengumpulan data yang merujuk pada beberapa referensi terkait topik penelitian. Beberapa referensi tersebut berupa buku, artikel jurnal, website dan segala informasi dari sumber yang kredibilitas. Dengan menggunakan teknik analisis deskriptif peneliti mengelompokkan subpembahasan agar peneliti dapat menggambarkan secara detail topik permasalahan pada penelitian ini.¹⁵

Objek kajian pada pembahasan ini adalah peraturan jatah cuti bagi suami pasca istri persalinan dalam UU ketenagakerjaan Pasal 93 Ayat (2) dan (4). Peneliti menggunakan teknik pengumpulan data melalui literatur terdahulu terkait pendampingan dan dukungan suami untuk menjaga kesehatan mental istri pasca-persalinan

Hasil dan Pembahasan Psikologis Perempuan pasca-persalinan

Kesehatan mental mendapat perhatian dari majelis umum PBB tahun 2015 dalam agenda pembangunan global, menandakan bahwa kesehatan mental menjadi prioritas untuk ditingkatkan dalam kebijakan komunitas global. Kasus kesehatan mental perempuan merupakan permasalahan hak asasi manusia yang berdampak negatif bagi sejumlah besar perempuan di dunia. Penyebab utamanya adalah kondisi depresi yang dialami perempuan pasca-persalinan. Di negara-negara berpenghasilan tinggi pengaruh depresi ini sekitar 10%-13%, sedangkan di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah dampak pengaruh depresi sebanyak 15,6%-19,8%.¹⁶ Depresi timbul karena faktor stres yang dialami oleh istri pasca-persalinan. Ada dua jenis stres yang dikenal dengan stres akut dan stres kronis. Penyebab terjadinya stres akut berasal dari kejadian perubahan besar dalam hidup, seperti kematian pasangan sehingga berdampak besar pada kesehatan dan dalam jangka waktu yang panjang. Stres ini termasuk kedalam kategori depresi berat, diantara pemicunya adalah faktor resiko kehamilan yang buruk. Stres kronis muncul karena adanya permasalahan dalam kehidupan yang bisa dijumpai dalam kehidupan sehari-hari. Diantara penyebabnya adalah masalah pekerjaan, pernikahan dan yang lainnya. Stres kronis akan mengancam kesehatan jika berlangsung lama dan berkelanjutan. Maka depresi yang timbul pasca-persalinan termasuk kedalam kategori depresi berat yang terindikasi bagian dari stres akut.¹⁷

¹³ Hamid Patilima, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: Alfabeta, 2013): 2-4.

¹⁴ Norman K. Denzin dan Yvonna S. Lincoln, *The SAGE Handbook of Qualitative Research*, 5 ed. (SAGE Publications, 2017).

¹⁵ Moh Soehadha, *Metode Penelitian Sosial Kualitatif Untuk Studi Agama* (Yogyakarta: SUKA-Press, 2012): 134

¹⁶ Shelley Brown, Gillian Macnaughton, dan Courtenay Sprague, "A Right-to-Health Lens on Perinatal Mental Health Care in South Africa," *Health and Human Rights* 22, no. 2 (Desember 2020): 125–138, <https://www.jstor.org/stable/10.2307/27040007>.

¹⁷ Keshia M. Reid dan Miles G. Taylor, "Stress and Maternal Postpartum Depression: The Importance of Stress Type and Timing," *Population Research and Policy Review* 34, no. 6 (Desember 2015): 851–875, <https://doi.org/10.1007/s11113-015-9368-7>.

Kondisi kesehatan mental ibu sangat mempengaruhi perkembangan bayi selama sembilan bulan pertama kehidupan bayi. Pada rentang waktu tersebut kondisi bayi mengalami perkembangan neurobiologis yang dramatis. Hal ini juga dialami ibu dengan perubahan fisik dan mental secara signifikan. Berdasarkan sebuah penelitian, hubungan antara ibu mempunyai keterkaitan yang erat dalam menentukan kesejahteraan keduanya. Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan kesehatan ibu dan mengurangi stres selama periode perkembangan bayi. Termasuk cuti orang tua berbayar dan asuransi berdampak positif pada bayi agar menjaga kesehatan mental seorang ibu.¹⁸ Penyakit mental berpengaruh secara signifikan 1 dari 5 perempuan setahun pertama setelah kelahiran. Tercatat 1 dari 20 perempuan mengalami kondisi yang serius akibat dari pengaruh kesehatan mental. Keadaan ini berpotensi menimbulkan resiko besar pada ibu dan anaknya. Akibat dari terganggunya kesehatan mental orang tua yaitu pembunuhan bayi, kekerasan serius terhadap anak, dan yang paling beresiko usia anak kurang dari satu tahun.¹⁹ Para psikiater memiliki harapan diwajibkannya merawat perempuan setelah persalinan untuk menjaga kesehatan mental. Di beberapa negara yang memberikan perhatian terhadap kesehatan mental perempuan pasca-persalinan diapresiasi sebagai bagian penting dari pendidikan teoritis.²⁰

Penyakit mental berat pada wanita pasca-persalinan beresiko pada bunuh diri yang berdampak negatif pada hubungan ibu-bayi dan perkembangan anak. Berdasarkan sampel sebanyak 1.439 perempuan yang mengalami gangguan kesehatan mental dirawat bersama bayinya di unit ibu dan bayi, tercatat 154 (11,7%) melakukan percobaan bunuh diri, 49 pada masa kehamilan, (3,7%) dan 105 (8,0%) pada masa post-partum. Percobaan bunuh diri perempuan pasca-persalinan terjadi pada perempuan yang memiliki profil psikopatologis dan lingkungan yang berbeda. Salah satu upaya mencegah terjadinya percobaan bunuh diri pada perempuan pasca-persalinan dengan memberikan perhatian khusus selama masa perinatal.²¹

Permasalahan depresi yang dialami perempuan pasca-persalinan berdasarkan angka lebih banyak terjadi di negara-negara yang berpenghasilan rendah atau negara berkembang. Banyak faktor yang menjadi penyebab depresi pada perempuan pasca-persalinan. Stres merupakan salah satu penyebab yang dapat mengganggu kesehatan mental seseorang terlebih lagi terhadap perempuan pasca-persalinan. Resiko yang muncul akibat depresi ini berbagai macam yang berdampak pada ibu, anak maupun keluarga. Berdasarkan pendekatan psikologis maka perlu adanya pendampingan atau perhatian khusus yang diberikan kepada perempuan pasca-persalinan. Hal ini dilakukan untuk menjaga kestabilan emosi dan menghindari dampak yang lebih buruk terjadi pada perempuan pasca-persalinan.

Hal yang membutuhkan perhatian khusus dalam penanganan kondisi kesehatan mental perempuan pasca-persalinan adalah upaya pencegahan terjadinya stres dan memberikan pendampingan serta perhatian kepada perempuan pasca-persalinan. Upaya tersebut dilakukan

¹⁸ Alexandra O'Sullivan dan Catherine Monk, "Maternal and Environmental Influences on Perinatal and Infant Development," *The Future of Children* 30, no. 2 (September 2020): 11–34, <https://doi.org/10.1353/foc.2020.a807759>.

¹⁹ A. Wieck, "Risks and Challenges in Perinatal Mental Health," *European Psychiatry* 41, no. S1 (April 2017): S64–S64, <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2017.01.060>.

²⁰ E. Sönmez, M. Casanova Dias, dan M. Pinto Da Costa, "Psychiatric Trainees' Experience of Their Training in Perinatal Mental Health," *European Psychiatry* 41, no. S1 (April 2017): S65–S65, <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2017.01.064>.

²¹ A. Mucci dkk., "Recovery in Schizophrenia: A Network Analysis of Inter-Relationships among Disease-Related Variables, Personal Resources, Context-Related Factors and Real-Life Functioning," *European Psychiatry* 64, no. S1 (April 2021): S43–S43, <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2021.144>.

berkesinambungan sampai pada rentang waktu yang cukup agar perempuan pasca-persalinan dapat memahami perbedaan kondisi yang terjadi pasca-persalinan. Sebagaimana yang dikatakan oleh para psikiater untuk menjaga kesehatan mental perempuan pasca-persalinan diharapkan agar perempuan tersebut dirawat dan diperhatikan. Terutama perhatian pasangan untuk memberikan dukungan agar kesehatan mental istri dalam kondisi yang baik.

Kesehatan mental, terutama kesehatan mental perempuan pasca-persalinan, telah menjadi fokus penting dalam agenda pembangunan global, menandakan kebutuhan akan perhatian yang lebih besar terhadap masalah ini di seluruh dunia. Depresi pasca-persalinan merupakan salah satu masalah utama yang dihadapi oleh perempuan, dengan prevalensi yang lebih tinggi terjadi di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. Faktor stres, baik stres akut maupun stres kronis, memiliki dampak besar terhadap terjadinya depresi pasca-persalinan, dengan implikasi serius terhadap kesehatan mental ibu dan perkembangan bayi. Perhatian terhadap kesehatan mental perempuan pasca-persalinan, termasuk melalui cuti orang tua berbayar dan asuransi kesehatan yang memadai, dapat membantu mengurangi dampak negatif depresi pasca-persalinan. Perawatan dan pendampingan khusus selama masa perinatal merupakan langkah penting dalam mencegah terjadinya percobaan bunuh diri dan mengurangi risiko gangguan kesehatan mental yang serius pada perempuan pasca-persalinan. Terdapat kebutuhan yang besar untuk pendekatan holistik dalam menangani masalah kesehatan mental perempuan pasca-persalinan, termasuk pencegahan stres, dukungan psikologis, dan perhatian terus-menerus terhadap kondisi kesehatan mental perempuan pasca-persalinan. Dengan demikian, upaya yang komprehensif dan berkelanjutan diperlukan untuk menjaga kesehatan mental perempuan pasca-persalinan, termasuk perhatian pada faktor-faktor risiko, pencegahan stres, dan dukungan psikologis yang memadai.

Upaya dukungan kesehatan mental perempuan pasca-persalinan

Kasus depresi yang dialami perempuan pasca-persalinan membutuhkan pengobatan dan tindakan pencegahannya. Diantara tindakan pencegahan depresi pasca-persalinan dapat dilakukan dengan menargetkan faktor resiko biologis, psikologis, dan sosioekonomi selama kehamilan atau awal periode pasca-persalinan. Berdasarkan analisis penelitian terdahulu membuktikan bahwa intervensi psikososial efektif mencegah gangguan masalah kesehatan mental selama periode pasca-persalinan.²² Solusi pasangan untuk mengurangi depresi perempuan pasca-persalinan dapat menjadi pertimbangan untuk mendukung terwujudnya kesehatan mental perempuan pasca-persalinan. Berdasarkan sebuah penelitian yang ditulis oleh Judith Yargawa dan Jo Leonardi-Bee membuktikan laki-laki memiliki keterkaitan hubungan secara signifikan terhadap kondisi depresi yang dialami perempuan pasca-persalinan. Keterlibatan laki-laki dalam peningkatan kesehatan perempuan pasca-persalinan memiliki dampak yang lebih besar daripada keterlibatan laki-laki pada saat melahirkan. Kasus ini lebih banyak terjadi di negara-negara berkembang dan bertentangan dengan laporan yang terjadi pada negara-negara maju.²³

Sebuah keluarga yang mengharapkan kehadiran buah hati merupakan kebahagiaan yang dinantikan. Namun, perlu diperhatikan juga bahwa kondisi ibu pasca-persalinan menjadi faktor yang penting dalam kebahagiaan keluarga. Masa transisi dari prenatal ke masa pasca-persalinan merupakan perkembangan dan kognitif yang memiliki reaksi emosional kompleks.

²² Ahmed Waqas dkk., "Prevention of Common Mental Disorders among Women in the Perinatal Period: A Critical Mixed-Methods Review and Meta-Analysis," *Global Mental Health* 9 (2022): 157–72, <https://doi.org/10.1017/gmh.2022.17>.

²³ Judith Yargawa dan Jo Leonardi-Bee, "Male Involvement and Maternal Health Outcomes: Systematic Review and Meta-Analysis," *Journal of Epidemiology and Community Health* 69, no. 6 (Juni 2015): 604–12, <https://doi.org/10.1136/jech-2014-204784>.

Dampak yang muncul pada masa ini adalah depresi pasca-persalinan. Hal ini merupakan permasalahan serius terkait kesehatan ibu, bayi dan keluarga pada tahun pertama pasca-persalinan. Menurut sebuah penelitian bahwa infertilitas bisa membantu pengobatan depresi pasca-persalinan selama diagnosis dan pengobatan infertilitas.²⁴

Sebuah penelitian yang didanai oleh National Institutes of Health (NIH) menunjukkan bahwa intervensi kesehatan mental yang diberikan kepada perempuan hamil di Pakistan secara signifikan mengurangi kemungkinan mereka mengalami kecemasan atau depresi sedang hingga berat enam minggu setelah melahirkan. Intervensi ini dilakukan oleh penyedia non-spesialis yang memiliki gelar sarjana psikologi, tetapi tanpa pengalaman klinis. Hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan serupa dapat efektif di lingkungan dengan sumber daya terbatas.²⁵

Upaya penanganan perempuan dengan depresi pasca-persalinan dalam pendekatan psikologis melibatkan serangkaian intervensi yang bertujuan untuk mengurangi gejala depresi, meningkatkan kesejahteraan psikologis, dan memperkuat coping serta pemulihan. Ada beberapa pendekatan yang umum dilakukan dalam penanganan depresi pasca-persalinan dalam pendekatan psikologis: Terapi Kognitif-Perilaku (CBT) yaitu terapi yang bertujuan untuk mengidentifikasi dan mengubah pola pikir negatif serta perilaku yang berkontribusi pada depresi. CBT membantu individu mengatasi pikiran-pikiran negatif, memodifikasi sikap dan keyakinan yang tidak sehat, serta mengembangkan strategi coping yang lebih efektif. Terapi Dukungan Sosial yaitu terapi yang berfokus pada penguatan jaringan dukungan sosial individu, baik dari keluarga, teman, maupun komunitas. Dukungan sosial yang kuat dapat membantu mengurangi isolasi sosial dan meningkatkan kesejahteraan psikologis. Terapi Interpersonal (IPT), fokus terapi ini pada perbaikan hubungan interpersonal dan pemahaman terhadap perubahan yang terjadi dalam kehidupan sosial individu. IPT membantu individu untuk mengidentifikasi dan menyelesaikan masalah interpersonal yang mungkin menjadi pemicu depresi. Terapi Psikoedukasi, terapi ini melibatkan pemberian informasi tentang depresi pasca-persalinan, termasuk gejala, faktor risiko, dan strategi penanganan. Psikoedukasi membantu individu memahami kondisinya dengan lebih baik dan memberikan pengetahuan tentang cara mengelola gejala depresi. Terapi Aktivitas yaitu terapi yang bertujuan untuk meningkatkan aktivitas fisik dan sosial sebagai cara untuk mengurangi gejala depresi. Terapi aktivitas mengajarkan individu untuk membangun rutinitas harian yang sehat dan meningkatkan partisipasi dalam aktivitas yang menyenangkan dan bermakna.²⁶

Kasus depresi pasca-persalinan pada perempuan memerlukan pendekatan yang komprehensif untuk pengobatan dan pencegahannya. Tindakan pencegahan dapat dimulai dengan menargetkan faktor risiko biologis, psikologis, dan sosioekonomi selama kehamilan atau periode awal pasca-persalinan. Berdasarkan penelitian, intervensi psikososial terbukti efektif dalam mencegah gangguan kesehatan mental selama periode pasca-persalinan. Sebuah keluarga yang mengharapkan kehadiran anak merupakan saat kebahagiaan, tetapi kondisi

²⁴ M. Seven dan A. Akyuz, "An Under-Recognized Factor in the Development of Postpartum Depression: Infertility," *European Psychiatry* 30 (Maret 2015): 1305, [https://doi.org/10.1016/S0924-9338\(15\)31021-X](https://doi.org/10.1016/S0924-9338(15)31021-X).

²⁵ Pamela J. Surkan, "Intervensi Mengurangi Kemungkinan Mengembangkan Kecemasan dan Depresi Pascapersalinan Lebih dari 70% - Institut Kesehatan Mental Nasional (NIMH)," *NIMH*, 27 Februari 2024.

²⁶ Cindy-Lee Dennis, Jennifer Valeska Elli Brown, dan Hilary K Brown, "Interventions (Other than Psychosocial, Psychological and Pharmacological) for Treating Postpartum Depression," ed. oleh Cochrane Common Mental Disorders Group, *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 5 November 2019, 1–13, <https://doi.org/10.1002/14651858.CD013460>.

kesehatan mental ibu pasca-persalinan juga sangat penting. Transisi dari masa prenatal ke pasca-persalinan melibatkan perkembangan dan reaksi emosional kompleks, yang dapat mempengaruhi kesehatan ibu, bayi, dan keluarga secara keseluruhan selama tahun pertama setelah kelahiran. Dengan memahami konteks ini, pendekatan yang terkoordinasi dan dukungan yang memadai dapat membantu mengurangi insiden depresi pasca-persalinan, meningkatkan kesejahteraan ibu, dan menciptakan lingkungan yang sehat untuk perkembangan bayi dan kebahagiaan keluarga secara keseluruhan.

Depresi pasca-persalinan merupakan masalah serius yang membutuhkan perhatian dan tindakan pencegahan yang efektif. Upaya pencegahan dapat ditargetkan pada faktor risiko biologis, psikologis, dan sosioekonomi selama kehamilan atau awal periode pasca-persalinan. Melibatkan pasangan dalam penanganan depresi perempuan pasca-persalinan memiliki dampak yang signifikan, dengan bukti menunjukkan bahwa keterlibatan pasangan dapat membantu mengurangi risiko depresi dan meningkatkan kesejahteraan psikologis perempuan. Masa transisi dari prenatal ke pasca-persalinan adalah periode yang kompleks secara emosional, dengan depresi pasca-persalinan menjadi masalah serius yang memengaruhi kesehatan ibu, bayi, dan keluarga. Pendekatan psikologis, termasuk terapi kognitif-perilaku, terapi dukungan sosial, terapi interpersonal, terapi psikoedukasi, dan terapi aktivitas, dapat membantu mengurangi gejala depresi, meningkatkan kesejahteraan psikologis, dan memperkuat coping serta pemulihan pada perempuan dengan depresi pasca-persalinan. Dengan demikian, pendekatan yang holistik dan beragam diperlukan dalam menangani depresi pasca-persalinan, dengan fokus pada pencegahan, intervensi, dan dukungan yang memadai untuk memastikan kesehatan mental yang optimal bagi perempuan pasca-persalinan.

Efektivitas hak cuti suami pasca istri persalinan

Sebuah penelitian mengungkapkan bahwa hak cuti bagi ayah perlu mendapat perhatian dari pemerintah-pemerintah seluruh dunia. Usulan berupa reformasi kebijakan terkait hak cuti orang tua harus segera terealisasi. Alasan mendasarnya adalah pengasuhan ayah terhadap anak lebih terbatas dibandingkan ibu. Keterbatasan ini berdampak pada intervensi kebijakan terhadap gangguan peran gender. Selain itu, hak cuti bagi ayah berimplikasi pada kesehatan mental seorang ibu dalam merawat anak.²⁷ Kebijakan cuti bagi ayah berdampak besar terhadap kondisi sosial ekonomi dan kesehatan keluarga. Suatu penelitian menemukan 5 dampak dari kebijakan cuti orang tua. *Pertama*, cuti orang tua berbayar yang diperpanjang rentang waktunya menjadi antara 6 dan 12 bulan disertai dengan peningkatan jumlah cuti dan jangka waktu cuti lebih lama. *Kedua*, sedikit bukti yang mengungkap dampak negatif perpanjangan durasi cuti berbayar terhadap lapangan kerja atau ekonomi. *Ketiga*, cuti yang tidak dibayar tidak memberikan manfaat seperti halnya cuti yang dibayar. *Keempat*, berdasarkan pendapat bidang kesehatan peningkatan cuti berbayar secara konsisten memiliki keterkaitan dengan kesehatan bayi, sehingga dapat menekan angka kematian menjadi lebih rendah. *Kelima*, kebijakan cuti berbayar dengan jangka waktu yang memadai telah membantu para ayah untuk mengambil cuti setelah kelahiran seorang anak.²⁸

Kebijakan cuti keluarga berbayar memberikan kesempatan kepada ayah pekerja untuk mengambil cuti dan mengurus keluarganya. Kesempatan tersebut dapat digunakan untuk merawat anak yang baru lahir, anak yang baru diadopsi, maupun merawat anggota keluarga

²⁷ Hetherington dkk., "Social Support and Maternal Mental Health at 4 Months and 1 Year Postpartum."

²⁸ Arijit Nandi dkk., "The Impact of Parental and Medical Leave Policies on Socioeconomic and Health Outcomes in OECD Countries: A Systematic Review of the Empirical Literature," *The Milbank Quarterly* 96, no. 3 (September 2018): 434–471, <https://doi.org/10.1111/1468-0009.12340>.

yang sakit parah. Kesempatan cuti berbayar ini dapat menjalin ikatan dengan anak yang baru lahir maupun keluarga kemudian kembali bekerja tanpa adanya gangguan karir. Berbeda dengan kebijakan Amerika Serikat yang menawarkan cuti tidak berbayar selama 12 minggu kepada beberapa pekerja berdasarkan Undang-Undang cuti keluarga dan medis federal. Berdasarkan laporan tahun 2012 perusahaan di Amerika Serikat yang menawarkan cuti ayah berbayar pada karyawan laki-laki hanya berkisar 14 persen. Cuti orang tua berbayar pertama kali bersumber pada program PFL di California yang disediakan pemerintah bagi para ayah di Amerika Serikat. Hasil dari kebijakan tersebut terjadi peningkatan signifikan secara statistik sebanyak 46 % jumlah ayah yang memiliki bayi.²⁹ Swedia memiliki salah satu kebijakan cuti orang tua yang paling komprehensif, menawarkan 480 hari cuti berbayar yang dapat dibagi antara kedua orang tua. Penelitian menunjukkan bahwa ayah yang mengambil cuti ini lebih mungkin terlibat dalam aktivitas pengasuhan, yang pada gilirannya membantu meningkatkan kesetaraan gender baik di rumah maupun di tempat kerja.³⁰

Sebuah penelitian yang ditulis oleh Elza Qorina Pangestika mendukung komitmen pemerintah untuk mewujudkan generasi emas Indonesia berdasarkan Rancangan Undang-Undang Kesejahteraan Ibu dan Anak (RUU KIA) yang mencakup pengaturan terkait cuti yang tercantum dalam UU Ketenagakerjaan. Dukungannya adalah analisis dampak terkait adanya RUU KIA bagi ketenagakerjaan sebagai bahan pertimbangan bagi pemerintah, pengusaha maupun pekerja. RUU KIA berisi beberapa poin terkait aturan cuti, yaitu perubahan cuti melahirkan dari 3 bulan menjadi 6 bulan. Jika ibu mengalami keguguran maka cuti yang diberikan selama 1,5 bulan. Selain itu perubahan peraturan cuti ini juga berlaku bagi suami yang mendampingi istrinya melahirkan. Berdasarkan UU Ketenagakerjaan suami yang mendampingi istrinya melahirkan diberikan jatah cuti 2 hari, kemudian dalam RUU KIA diubah menjadi 40 hari. Kemudian jika terjadi keguguran pada istri, cuti yang diberikan kepada suami selama 7 hari.³¹

Kebijakan cuti kerja bagi suami pasca-persalinan berimplikasi secara signifikan terhadap kondisi mental istri untuk komunikasi interpersonal antara suami dan istri. Irfan Sharif Lukman dan Chatia Hastasari dalam penelitiannya terhadap pegawai rumah sakit umum PKU Muhammadiyah Bantul menuliskan manfaat penerapan hak cuti suami untuk meningkatkan komunikasi Interpersonal dalam keluarga. Hasil dari penelitian tersebut adalah terdapat tiga model komunikasi interpersonal. *Pertama*, komunikasi interpersonal yaitu komunikasi interaksional berupa percakapan ringan kepada istri pada waktu pemulihan pasca-persalinan, bertujuan untuk memberikan kesan baik agar kesehatan mental istri tetap stabil. Hal ini dilakukan karena efek pasca-persalinan pada minggu pertama yaitu *Postpartum Blues* atau lebih familiar disebut dengan *Baby Blues Syndrome*. Interaksi ini dapat mengurangi tingkat depresi istri pasca-persalinan karena mendapat dukungan sosial suami pada masa pemulihan pasca-persalinan. Sehingga dapat mengurangi dampak negatif pada istri pasca-persalinan. *Kedua*, komunikasi *Stimulus-Respons* yaitu komunikasi ayah berupa sentuhan ringan kepada bayi dan memberikan kenyamanan kepada bayi. Kenyamanan yang diberikan ayah kepada bayi pada awal kelahirannya dapat melekatkan hubungan antara keduanya. Adanya interaksi ini memberikan peluang bagi ayah mendapat kesempatan untuk menjadi figur yang lekat pada

²⁹ Ann P. Bartel dkk., "Paid Family Leave, Fathers' Leave-Taking and Leave-Sharing in Dual-Earner Households," *Wiley on Behalf of Association for Public Policy Analysis and Management* 37, no. 1 (2018): 10–37, <https://www.jstor.org/stable/45105193>.

³⁰ Susanne Ricee, "What have we accomplished? and opportunities ahead for parental leave policies," *Diversity Equity Inclusion Workplace*, 29 Maret 2023, <https://diversity.social/parental-leave/>.

³¹ Elza Qorina Pangestika, "Dampak Bagi Ketenagakerjaan Terkait Adanya RUU Kia (Kesejahteraan Ibu Dan Anak)" 06, no. 04 (2024): 19271–19282.

anak walaupun bayi lebih dominan menghabiskan waktu bersama ibu. *Ketiga*, komunikasi ABX yaitu komunikasi antara suami istri dengan adanya unsur rasa toleransi dan pengertian lebih. Artinya dalam komunikasi tersebut pengertian dan toleransi yang luput dilakukan oleh suami tidak menimbulkan konflik. Karena komunikasi ABX merupakan sistem yang fleksibel dalam sebuah hubungan komunikasi interpersonal.³²

Dinamika yang terjadi pada kebijakan hak cuti kerja bagi suami pasca istri melahirkan melalui berbagai macam pertimbangan. Studi literatur terdahulu mengemukakan gambaran secara umum dampak dari peraturan Undang-Undang Ketenagakerjaan sebagai dukungan terhadap studi gender dan terealisasinya kebijakan terkait hak cuti orang tua. Durasi cuti memberikan dampak secara signifikan terhadap kondisi kesehatan mental pasangan berdasarkan komunikasi yang terjadi antara suami dan istri. Berdasarkan statistik kebijakan cuti kerja bagi suami pasca istri persalinan memberikan manfaat terhadap berbagai aspek terutama keluarga. Selain itu, suami dapat memberikan pendampingan pada istri untuk menghindari depresi akibat kondisi masa transisi pasca-persalinan.

Undang-Undang ketenagakerjaan Pasal 93 Ayat (2) dan (4) belum relevan dalam mengurangi kasus depresi perempuan pasca-persalinan. Kebijakan ini perlu dikaji ulang agar sesuai dengan tujuan pemenuhan hak-hak kesejahteraan ibu dan anak. Rancangan Undang-Undang Kesejahteraan Ibu dan Anak (RUU KIA) yang membahas hak cuti suami diubah menjadi 40 hari dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan bahwa kebijakan tersebut memperhatikan kesejahteraan istri pasca-melahirkan. Penelitian terdahulu menyoroti pentingnya perhatian terhadap hak cuti bagi ayah di seluruh dunia, dengan usulan reformasi kebijakan untuk mewujudkannya. Keterbatasan pengasuhan ayah terhadap anak dibandingkan ibu mempengaruhi intervensi kebijakan terhadap gangguan peran gender dan kesehatan mental ibu. Kebijakan cuti orang tua berbayar memiliki dampak besar pada kondisi sosial ekonomi dan kesehatan keluarga, dengan peningkatan cuti berbayar yang berpotensi menekan angka kematian bayi dan membantu ayah merawat anak setelah kelahiran. Di Amerika Serikat, kebijakan cuti ayah berbayar masih terbatas, namun program seperti PFL di California telah menunjukkan peningkatan signifikan dalam jumlah ayah yang mengambil cuti. Dukungan terhadap RUU KIA di Indonesia menunjukkan komitmen pemerintah terhadap kesejahteraan ibu dan anak, dengan perubahan signifikan dalam aturan cuti melahirkan untuk suami dan istri. Penelitian menunjukkan bahwa kebijakan cuti kerja bagi suami pasca-persalinan memiliki implikasi positif terhadap kondisi mental istri, terutama dalam meningkatkan komunikasi interpersonal dalam keluarga. Kebijakan cuti bagi ayah memiliki dampak positif dalam mendukung kesejahteraan keluarga dan kesehatan mental, serta memperkuat hubungan interpersonal dalam keluarga.

Kesimpulan/ الخلاصة

Depresi pasca-persalinan merupakan masalah serius yang mempengaruhi kesehatan mental perempuan pasca-persalinan, dengan prevalensi yang lebih tinggi terjadi di negara-negara berkembang. Faktor stres, baik akut maupun kronis, menjadi penyebab utama terjadinya depresi pasca-persalinan, dengan dampak serius terhadap kesehatan ibu, bayi, dan keluarga. Upaya pencegahan dan penanganan depresi pasca-persalinan harus melibatkan pendekatan holistik dan beragam, termasuk dukungan sosial, intervensi psikologis, dan perhatian terus-menerus terhadap kondisi kesehatan mental perempuan pasca-persalinan. Dalam konteks ini,

³² Irfan Sharif Lukman dan Chatia Hastasari, "Penerapan Paternity Leave Sebagai Upaya Peningkatan Komunikasi Interpersonal Dalam Keluarga (Studi pada Pegawai Rumah Sakit Umum PKU Muhammadiyah Bantul)," *Lektur: Jurnal Ilmu Komunikasi* 2, no. 5 (9 Januari 2020): 461–474, <https://doi.org/10.21831/lektur.v2i5.16375>.

peran suami memiliki dampak yang signifikan dalam mengurangi risiko depresi pasca-persalinan pada istri. Dukungan dan keterlibatan suami dalam merawat anak baru lahir dapat membantu menjaga kesehatan mental istri, sehingga hak cuti bagi suami pasca-istri persalinan menjadi penting. Namun, kebijakan cuti orang tua, terutama bagi suami, masih belum memadai dalam memberikan dukungan yang cukup untuk kesehatan mental istri pasca-persalinan.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa perpanjangan dan perluasan cuti berbayar bagi suami dapat memiliki dampak positif terhadap kesehatan mental perempuan pasca-persalinan, serta meningkatkan keterlibatan suami dalam merawat anak dan keluarga. Oleh karena itu, reformasi kebijakan terkait hak cuti orang tua, khususnya bagi suami, perlu dipertimbangkan untuk memperkuat dukungan terhadap kesehatan mental perempuan pasca-persalinan. Secara keseluruhan, perlunya perhatian yang lebih besar terhadap kesehatan mental perempuan pasca-persalinan menjadi prioritas dalam pembangunan kebijakan yang berkelanjutan. Pendekatan komprehensif yang melibatkan dukungan sosial, intervensi psikologis, dan peran suami dalam perawatan anak dapat membantu mengurangi dampak negatif depresi pasca-persalinan, serta menciptakan lingkungan yang sehat untuk perkembangan bayi dan kebahagiaan keluarga secara keseluruhan.

Penelitian ini mengandalkan data dari literatur terdahulu dan tidak melaporkan hasil dari penelitian empiris baru. Meskipun tulisan memberikan ringkasan yang komprehensif tentang isu-isu tersebut, kesimpulan dan rekomendasi yang diajukan mungkin belum didukung secara langsung oleh data empiris baru atau penelitian lanjutan. Mengingat keterbatasan-keterbatasan ini, penting untuk mempertimbangkan interpretasi dan implikasi dari temuan-temuan dalam tulisan ini sebagai bahan untuk penelitian kedepannya.

Referensi/ المصادر والمراجع

- Al Hamasy, Atiek Ishlahiyah, dan Aguido Adri. "Kasus Ibu Menceburkan Bayinya, Pendekatan Keluarga Menjadi Utama," 18 Oktober 2023. <https://www.kompas.id/baca/metro/2023/10/17/baby>.
- Ariyani, Dewi. "Paternity Leave (Cuti Ayah): Apa, Bagaimana dan untuk Apa?" *Yinyang: Jurnal Studi Islam, Gender dan Anak* 12, no. 2 (29 Desember 2017). <https://doi.org/10.24090/yinyang.v12i2.2017.pp351-366>.
- Ayu, Fitria Ratu, dan Siti Noor Fatmah Lailatushifah. "Dukungan Suami Dan Depresi Pasca Melahirkan," t.t.
- Bartel, Ann P., Maya Rossin-Slater, Christopher J. Ruhm, Jenna Stearns, dan Jane Waldfogel. "Paid Family Leave, Fathers' Leave-Taking and Leave-Sharing in Dual-Earner Households." *Wiley on Behalf of Association for Public Policy Analysis and Management* 37, no. 1 (2018). <https://www.jstor.org/stable/45105193>.
- Brown, Shelley, Gillian Macnaughton, dan Courtenay Sprague. "A Right-to-Health Lens on Perinatal Mental Health Care in South Africa." *Health and Human Rights* 22, no. 2 (Desember 2020). <https://www.jstor.org/stable/10.2307/27040007>.
- Dennis, Cindy-Lee, Jennifer Valeska Elli Brown, dan Hilary K Brown. "Interventions (Other than Psychosocial, Psychological and Pharmacological) for Treating Postpartum Depression." Disunting oleh Cochrane Common Mental Disorders Group. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 5 November 2019. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD013460>.
- Denzin, Norman K., dan Yvonna S. Lincoln. *The SAGE Handbook of Qualitative Research*. 5 ed. SAGE Publications, 2017.
- Ellen Ernst Kossek, dan Brenda A. Lautsch. "Work-Life Flexibility for Whom? : Occupational Status and Work-Life Inequality in Upper, Middle, and Lower Level Jobs." *Annals /*

- The Academy of Management* 12, no. 1 (19 Mei 2017).
<https://doi.org/10.5465/annals.2016.0059>.
- Hetherington, Erin, Sheila McDonald, Tyler Williamson, Scott B Patten, dan Suzanne C Tough. "Social Support and Maternal Mental Health at 4 Months and 1 Year Postpartum: Analysis from the All Our Families Cohort." *Journal of Epidemiology and Community Health* 72, no. 10 (Oktober 2018). <https://doi.org/10.1136/jech-2017-210274>.
- Indonesia, BBC NEWS. "Kesehatan mental: Depresi perinatal, pembunuh senyap yang mengintai keselamatan jiwa ibu dan anaknya," 14 April 2021. <https://www.bbc.com/indonesia/indonesia-56714093>.
- Lukman, Irfan Sharif, dan Chatia Hastasari. "Penerapan Paternity Leave Sebagai Upaya Peningkatan Komunikasi Interpersonal Dalam Keluarga (Studi pada Pegawai Rumah Sakit Umum PKU Muhammadiyah Bantul)." *Lektur: Jurnal Ilmu Komunikasi* 2, no. 5 (9 Januari 2020). <https://doi.org/10.21831/lektur.v2i5.16375>.
- Massoudi, Pamela, Leif A. Strömwall, Johan Åhlen, Maja Kärrman Fredriksson, Anna Dencker, dan Ewa Andersson. "Women's Experiences of Psychological Treatment and Psychosocial Interventions for Postpartum Depression: A Qualitative Systematic Review and Meta-Synthesis." *BMC Women's Health* 23, no. 1 (14 November 2023). <https://doi.org/10.1186/s12905-023-02772-8>.
- Mucci, A., S. Galderisi, P. Rucci, A. Rossi, P. Rocca, A. Bertolino, dan M. Maj. "Recovery in Schizophrenia: A Network Analysis of Inter-Relationships among Disease-Related Variables, Personal Resources, Context-Related Factors and Real-Life Functioning." *European Psychiatry* 64, no. S1 (April 2021). <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2021.144>.
- Mutiah, Dinny. "27 Persen Ibu di Indonesia Alami Depresi Pasca-Melahirkan, Baby Blues Jadi Kasus Terbanyak," 4 Mei 2024. <https://www.liputan6.com/lifestyle/read/5586999/27-persen-ibu-di-indonesia-alami-depresi-pasca-melahirkan-baby-blues-jadi-kasus-terbanyak?page=2>.
- Nandi, Arijit, Deepa Jahagirdar, Michelle C. Dimitris, Jeremy A. Labrecque, Erin C. Strumpf, Jay S. Kaufman, Ilona Vincent, dkk. "The Impact of Parental and Medical Leave Policies on Socioeconomic and Health Outcomes in OECD Countries: A Systematic Review of the Empirical Literature." *The Milbank Quarterly* 96, no. 3 (September 2018). <https://doi.org/10.1111/1468-0009.12340>.
- O'Sullivan, Alexandra, dan Catherine Monk. "Maternal and Environmental Influences on Perinatal and Infant Development." *The Future of Children* 30, no. 2 (September 2020). <https://doi.org/10.1353/foc.2020.a807759>.
- Pangestika, Elza Qorina. "Dampak Bagi Ketenagakerjaan Terkait Adanya RUU Kia (Kesejahteraan Ibu Dan Anak)" 06, no. 04 (2024).
- Patilima, Hamid. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta, 2013.
- Reid, Keshia M., dan Miles G. Taylor. "Stress and Maternal Postpartum Depression: The Importance of Stress Type and Timing." *Population Research and Policy Review* 34, no. 6 (Desember 2015). <https://doi.org/10.1007/s11113-015-9368-7>.
- Ricee, Susanne. "What have we accomplished? and opportunities ahead for parental leave policies." *Diversity Equity Inclusion Workplace*, 29 Maret 2023. <https://diversity.social/parental-leave/>.
- Seven, M., dan A. Akyuz. "An Under-Recognized Factor in the Development of Postpartum Depression: Infertility." *European Psychiatry* 30 (Maret 2015). [https://doi.org/10.1016/S0924-9338\(15\)31021-X](https://doi.org/10.1016/S0924-9338(15)31021-X).
- Shaputra, Andi Arjuna, Andryana Perkasaputra, Irsad Adi Nugraha, dan Sultan Zachri Dipo Arifin. "Hak Cuti Persalinan Bagi Ayah: Tinjauan Analitis Dalam Perspektif Hak Individu Aparatur Sipil Negara." *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 2022.

- Soehadha, Moh. *Metode Penelitian Sosial Kualitatif Untuk Studi Agama*. Yogyakarta: SUKA-Press, 2012.
- Sönmez, E., M. Casanova Dias, dan M. Pinto Da Costa. "Psychiatric Trainees' Experience of Their Training in Perinatal Mental Health." *European Psychiatry* 41, no. S1 (April 2017). <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2017.01.064>.
- Surkan, Pamela J. "Intervensi Mengurangi Kemungkinan Mengembangkan Kecemasan dan Depresi Pascapersalinan Lebih dari 70% - Institut Kesehatan Mental Nasional (NIMH)." *NIMH*, 27 Februari 2024.
- The Conversation. "Seperempat ibu depresi setelah melahirkan, tapi penanganannya belum optimal. Mengapa?," 20 Mei 2019. <https://theconversation.com/seperempat-ibu-depresi-setelah-melahirkan-tapi-penanganannya-belum-optimal-mengapa-117205>.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 2003 Tentang Ketenagakerjaan*, t.t.
- Waqas, Ahmed, Syeda Wajeeha Zafar, Hafsa Meraj, Mahjabeen Tariq, Sadiq Naveed, Batool Fatima, Neerja Chowdhary, Tarun Dua, dan Atif Rahman. "Prevention of Common Mental Disorders among Women in the Perinatal Period: A Critical Mixed-Methods Review and Meta-Analysis." *Global Mental Health* 9 (2022). <https://doi.org/10.1017/gmh.2022.17>.
- Wieck, A. "Risks and Challenges in Perinatal Mental Health." *European Psychiatry* 41, no. S1 (April 2017). <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2017.01.060>.
- Yargawa, Judith, dan Jo Leonardi-Bee. "Male Involvement and Maternal Health Outcomes: Systematic Review and Meta-Analysis." *Journal of Epidemiology and Community Health* 69, no. 6 (Juni 2015). <https://doi.org/10.1136/jech-2014-204784>.