

Efektifitas Aromaterapi Lemon Terhadap Pencegahan Depresi *Postpartum* Pada Ibu Nifas Primipara Di RSUD Dr. H. Moch. Ansari Saleh Banjarmasin

Adelia Leluni¹, Zulliati², Yuni Riska Nur Fariana³, Dede Mahdiyah⁴
^{1,2,3,4} Universitas Sari Mulia

*E-mail: adelleluni@gmail.com

Article History:

Received Dec 3rd, 2025

Accepted Dec 12th, 2025

Published Feb 28th, 2026

Abstrak

Latar belakang: Depresi *postpartum* adalah masalah kesehatan mental yang terjadi pada masa nifas. WHO 2017 mencatat sekitar 322 juta orang di dunia mengalami kondisi ini. Di Indonesia tahun 2023, berkisar antara 50% -70%. Di Kalimantan Selatan tahun 2018, 14,3%. Di RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh Banjarmasin tahun 2020, 55,7% mengalami depresi ringan, 28,6% sedang dan 15,7% berat. Efek dari depresi *postpartum* ini tidak hanya terjadi pada ibu, namun bisa juga terjadi pada bayi dari ibu tersebut. Bayi akan mengalami keterlambatan dari berbagai aspek, baik dari segi kognitif, psikologi, neurologi, dan motorik. Hal ini menunjukkan perlunya intervensi yang efektif untuk mengatasi masalah tersebut. Aromaterapi lemon dapat menjadi alternatif untuk mengatasi masalah ini. **Tujuan penelitian:** Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektifitas aromaterapi lemon dalam mencegah depresi *postpartum* pada ibu nifas primipara di RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh Banjarmasin. **Metode penelitian:** Penelitian bersifat kuantitatif dengan metode penelitian *quasi-experiment* dan menggunakan desain *two group pre-test post-test*. Jumlah sampel 20 ibu nifas primipara yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen yang menerima intervensi aromaterapi lemon dan kelompok kontrol yang tidak menerima intervensi aromaterapi lemon. Pengambilan sampel menggunakan Teknik *non -probability sampling* dengan cara *purposive sampling*. Dengan uji analisis menggunakan uji *Shapiro-Wilk* dan *paired sample T-test*. **Hasil penelitian:** Terdapat efektifitas aromaterapi lemon dalam pencegahan depresi *postpartum* dengan p-value < 0,05. **Simpulan:** Aromaterapi lemon terbukti efektif sebagai alternatif non-farmakologis untuk mencegah depresi *postpartum*.

Kata kunci: Aromaterapi Lemon, Depresi *Postpartum*, Ibu Nifas Primipara.

Abstract

Background: *Postpartum depression is a mental health problem that occurs during the postpartum period. WHO 2017 recorded that around 322 million people in the world experience this condition. In Indonesia in 2023, it ranges from 50%-70%. In South Kalimantan in 2018, it was 14.3%. At Dr. H. Moch Ansari Saleh Hospital Banjarmasin in 2020, 55.7% experienced mild depression, 28.6% moderate and 15.7% severe. The effects of postpartum depression do not only occur in the mother, but can also occur in the mother's baby. Babies will experience delays in various aspects, both in terms of cognitive, psychological, neurological and motor. This shows the need for effective interventions to address this problem. Lemon aromatherapy can be an alternative to address this problem. Research objectives: This study aims to evaluate the effectiveness of lemon aromatherapy in preventing postpartum depression in primipara postpartum mothers at Dr. H. Moch Ansari Saleh Banjarmasin Hospital. Research method: The research was quantitative with a quasi-experiment research method and used a two-group pre-test post-test design. The number of samples of 20 primipara postpartum mothers was divided into two groups, namely the experimental group that received lemon aromatherapy intervention and the control group that did not receive lemon aromatherapy intervention. Sampling using non-probability sampling techniques by purposive sampling. With the analysis test using the Shapiro-Wilk test and paired sample T-test. Study results: There was an effectiveness of lemon aromatherapy in the*

prevention of postpartum depression with a p-value of < 0.05. Conclusion: Lemon aromatherapy has been shown to be effective as a non-pharmacological alternative to prevent postpartum depression.

Keywords: *Lemon Aromatherapy, Postpartum Depression, Primipara Postpartum Mothers.*

1. PENDAHULUAN

Masa nifas merupakan masa transisi yang dapat menimbulkan krisis kehidupan bagi ibu dan keluarganya. Ibu nifas akan mengalami perubahan yang meliputi fisik dan psikologis, perubahan fisik yaitu terjadi perubahan pada organ reproduksi dan organ tubuh lainnya, sedangkan perubahan psikologis meliputi perubahan pada kesehatan mental dan emosional. Ibu yang gagal beradaptasi terhadap perubahan, baik fisiologis maupun psikologis, diketahui mengalami depresi pasca melahirkan. Depresi *postpartum* atau depresi pasca melahirkan adalah gangguan *mood* yang dapat mempengaruhi wanita setelah melahirkan. Ibu yang mengalami depresi *postpartum* akan lebih sering merasa kesedihan yang ekstrim, cemas, dan kelelahan yang mungkin membuat sulit bagi mereka untuk menyelesaikan aktivitas dan perawatan untuk diri mereka sendiri atau untuk orang lain sehari-hari (Dwi Natalia Setiawati et al., 2019).

Menurut laporan WHO tahun 2017, ada 322 juta orang di seluruh dunia yang mengalami depresi *postpartum*. Di Indonesia pada tahun 2023, angka kejadian depresi *postpartum* antara 50%-70% dari ibu *postpartum*. Menurut data dari Riskesdas Kalimantan Selatan tahun 2018, prevalensi depresi di kalangan penduduk Kalimantan Selatan, khususnya wanita adalah 6.06%. Sementara itu untuk prevalensi kasus depresi pada ibu *postpartum* pada studi oleh Lisa 2018 dalam (Sefta Nugraha Pratiwi 2021) diketahui angka kejadian depresi *postpartum* sebanyak 14,3%. Dalam studi oleh Kiki Fatmala pada tahun 2020 yang melibatkan 70 ibu yang baru melahirkan di RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh Banjarmasin dengan berbagai kategori responden yang mengalami depresi *postpartum*, pada kategori *postpartum* ringan sebanyak 39 responden atau 55,7%, depresi *postpartum* sedang sebanyak 20 responden atau 28,6%, dan depresi *postpartum* berat sebanyak 11 responden atau 15,7%.

Ibu primipara atau ibu yang baru pertama kali melahirkan lebih banyak mengalami depresi *postpartum*. Hal tersebut terjadi karena secara psikologis ibu primipara belum siap menghadapi kelahiran bayi dibandingkan ibu multipara atau ibu yang sudah pernah melahirkan lebih dari satu kali. Ibu multipara sudah memiliki pengalaman menghadapi kelahiran sebelumnya sehingga tidak *stres* saat melahirkan anak berikutnya.

Berbagai faktor yang dapat menjadi penyebab dari depresi *postpartum* seperti, terjadinya neurologi *postpartum* yang ditandai dengan adanya pengurangan volume otak, penurunan drastis dari hormon estrogen dan progesteron, gangguan autoimun, gangguan tidur dan ritme sirkadian serta status paritas. Selain itu, ada pula faktor lain yang dapat memicu terjadinya depresi *postpartum*, yaitu keadaan dimana ibu tidak berhasil menyesuaikan diri dengan peran dan aktivitas barunya sebagai seorang ibu, kemudian umur ibu serta jenis persalinan (Retno Arientia Sari, 2020).

Untuk mengetahui ibu mengalami depresi *postpartum*, ada instrumen atau alat ukur berupa kuisioner yang digunakan untuk mengidentifikasi tanda dan gejala depresi *postpartum*. Alat ukur tersebut adalah EPDS (*Edinburgh Postnatal Depression Scale*), yang berisikan 10 pertanyaan mengenai perasaan pasien selama masa nifas. Dari 10 pertanyaan tersebut, masing-masing pertanyaan memiliki nilai 1-3, dengan nilai total maksimal 30 poin. Jika seorang perempuan mendapatkan poin 10 atau lebih dan memiliki pikiran untuk membahayakan diri sendiri maupun bayinya, maka diperlukan wawancara lebih lanjut dan diarahkan ke psikiater untuk melihat tanda dan gejala serta

menentukan diagnosis. Pada umumnya, perempuan yang mendapatkan hasil nilai skrining EPDS antara 5-9 dengan gejala depresi tanpa ide bunuh diri harus dievaluasi kembali 2-4 minggu setelah tes dilakukan (Retno Arienta Sari, 2020).

Beberapa upaya yang dapat dilakukan pada ibu nifas yang mengalami gangguan psikologis. Diantaranya adalah memberikan dukungan sosial dari suami, keluarga, teman, sahabat, rekan kerja, tenaga kesehatan untuk terapi *farmakologi* serta beberapa alternatif pengobatan *nonfarmakologi* berupa aromaterapi yang dikenal dapat memberikan relaksasi. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa aromaterapi lemon dapat memberikan efek positif dalam mengatasi depresi *postpartum*. Dalam penelitian oleh Noviyati Rahardjo Putri et al., (2023) yang menyebutkan beberapa terapi komplementer diberikan untuk mengatasi masalah kesehatan mental ibu nifas, serta penelitian oleh Siti Nurlaili et al. (2024) yang menyimpulkan bahwa aromaterapi lemon memiliki efek positif terhadap kesehatan ibu *postpartum*, baik dari segi fisik maupun psikologis.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis kuantitatif menggunakan metode *Quasi Eksperiment* dan menggunakan desain *Two Group Pre-test Post-test*. Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja RSUD dr.H.Moch.Ansari Saleh Banjarmasin. Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah keseluruhan ibu nifas primipara yang berada di RSUD dr.H.Moch. Ansari Saleh Banjarmasin dengan jumlah 37 orang. Sampel yang digunakan pada penelitian ini berjumlah 20 orang, 10 sampel untuk kelompok eksperimen dan 10 sampel untuk kelompok kontrol. Pengambilan sampel ini sesuai dengan kriteria telah ditentukan oleh peneliti.

Instrumen pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner *Edinburgh Postnatal Depression Scale* (EPDS), untuk mengetahui tingkat depresi *postpartum* ibu nifas primipara di wilayah kerja RSUD dr.H.Moch.Ansari Saleh Banjarmasin. Keefektifitasan aromaterapi lemon terhadap penurunan tingkat depresi *postpartum* pada ibu nifas primipara dapat dilihat dari nilai signifikansi berdasarkan hasil uji statistik melalui nilai signifikansi (p-value). Nilai signifikansi menunjukkan apakah terdapat perbedaan yang bermakna secara statistik antara kelompok yang diberikan intervensi aromaterapi lemon dan yang tidak. Jika nilai $p < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa aromaterapi lemon efektif terhadap pencegahan depresi *postpartum* pada ibu nifas primipara yang mendapatkan intervensi aromaterapi lemon.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Tingkat depresi *postpartum* sebelum dan sesudah diberikan intervensi

Tingkat Depresi <i>Post Partum</i>	Eksperimen				Kontrol			
	Pre-Test		Post-Test		Pre-Test		Post-Test	
	F	%	F	%	F	%	F	%
Normal	0	0%	10	100%	0	0%	0	0%
Ringan	8	80%	0	0%	7	70%	8	80%
Sedang	2	20%	0	0%	3	30%	2	20%
Total	10	100%	10	100%	10	100%	10	100%

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa hasil *pre-test* pada ibu nifas primipara kelompok eksperimen, rata-rata tingkat depresi *postpartum* normal berjumlah 0 responden (0%), ringan berjumlah 8 responden (80%), sedang berjumlah 2 responden (20%). Sedangkan pada ibu nifas

primipara kelompok kontrol, rata-rata tingkat depresi *postpartum* normal berjumlah 0 responden (0%), ringan berjumlah 7 responden (70%), sedang berjumlah 3 responden (30%). Berdasarkan data *post-test* pada ibu nifas primipara kelompok eksperimen, rata-rata tingkat depresi *postpartum* normal berjumlah 10 responden (100%), ringan berjumlah 0 responden (0%), sedang berjumlah 0 responden (0%). Sedangkan pada ibu nifas primipara kelompok kontrol, rata-rata tingkat depresi *postpartum* normal berjumlah 0 responden (0%), ringan berjumlah 8 responden (80%), sedang berjumlah 2 responden (20%). Dari hasil gambaran tingkat depresi *postpartum* pada tabel distribusi frekuensi, terdapat perbedaan tingkat depresi antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pada kelompok eksperimen terjadi penurunan tingkat depresi *postpartum*, sedangkan pada kelompok kontrol cenderung tidak mengalami penurunan tingkat depresi.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan Siti Nurlaili et al. (2024) yang menyimpulkan bahwa aromaterapi lemon memiliki efek positif terhadap kesehatan ibu *postpartum*, baik dari segi fisik maupun psikologis.

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia	F	%	Sebelum			Setelah		
			Tingkat Depresi			Tingkat Depresi		
			N	R	S	N	R	S
20-30 tahun	8	80%	0	5	3	8	0	0
>30 tahun	2	20%	0	2	0	2	0	0
Total	10	100%	0	7	3	10	0	0

Berdasarkan tabel 2 yang menunjukkan bahwa jumlah ibu nifas primipara sebelum diberikan intervensi aromaterapi lemon dengan tingkat depresi *postpartum* ringan pada usia 20-30 tahun berjumlah 5 responden dan yang berusia >30 tahun berjumlah 2 responden, sedangkan jumlah ibu nifas primipara sebelum diberikan intervensi aromaterapi lemon dengan tingkat depresi *postpartum* sedang pada usia 20-30 tahun berjumlah 3 responden.

Setelah diberikan intervensi aromaterapi lemon, jumlah ibu nifas primipara yang memiliki tingkat depresi *postpartum* normal yang berusia 20-30 tahun berjumlah 8 responden dan yang berusia >30 tahun berjumlah 2 responden.

Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	F	%	Sebelum			Setelah		
			Tingkat Depresi			Tingkat Depresi		
			N	R	S	N	R	S
IRT	8	80%	0	7	1	8	0	0
PNS	2	20%	0	1	1	2	0	0
Total	10	100%	0	8	2	10	0	0

Berdasarkan tabel diatas yang menunjukkan bahwa jumlah ibu nifas primipara sebelum diberikan intervensi aromaterapi lemon dengan tingkat depresi *postpartum* ringan dengan status pekerjaan IRT berjumlah 7 responden dan yang berstatus PNS berjumlah 1 responden, sedangkan jumlah ibu nifas primipara sebelum diberikan intervensi aromaterapi lemon dengan tingkat depresi *postpartum* sedang dengan status pekerjaan IRT berjumlah 1 responden dan yang berstatus PNS berjumlah 1 responden.

Setelah diberikan intervensi aromaterapi lemon, jumlah ibu nifas primipara yang memiliki tingkat depresi *postpartum* normal setelah diberikan intervensi aromaterapi lemon dengan status pekerjaan IRT berjumlah 8 responden dan yang berstatus PNS berjumlah 2 responden

Tabel 4. Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Persalinan

Lama Persalinan	F	%	Sebelum			Setelah		
			Tingkat Depresi			Tingkat Depresi		
			N	R	S	N	R	S
Lama	8	80%	0	0	2	8	0	0
Tidak	2	20%	0	8	0	2	0	0
Total	10	100%	0	8	2	10	0	0

Berdasarkan tabel diatas yang menunjukkan bahwa jumlah ibu nifas primipara sebelum diberikan intervensi aromaterapi lemon dengan tingkat depresi *postpartum* ringan dengan proses persalinan tidak lama berjumlah 8 responden dan tingkat depresi *postpartum* sedang dengan proses persalinan lama berjumlah 2 responden.

Setelah diberikan intervensi aromaterapi lemon, jumlah ibu nifas primipara yang memiliki tingkat depresi *postpartum* normal dengan proses persalinan lama berjumlah 8 responden dan yang proses persalinan tidak lama berjumlah 2 responden.

Tabel 5. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Persalinan

Lama Persalinan	F	%	Sebelum			Setelah		
			Tingkat Depresi			Tingkat Depresi		
			N	R	S	N	R	S
<i>Sectio Caesarea</i>	8	80%	0	2	0	2	0	0
Pervaginam	2	20%	0	0	8	8	0	0
Total	10	100%	0	8	2	10	0	0

Berdasarkan tabel diatas yang menunjukkan bahwa jumlah ibu nifas primipara sebelum diberikan intervensi aromaterapi lemon dengan tingkat depresi *postpartum* ringan dengan jenis persalinan *section caesarea* berjumlah 2 responden dan tingkat depresi *postpartum* sedang dengan jenis persalinan pervaginam berjumlah 8 responden. Setelah diberikan intervensi aromaterapi lemon, jumlah ibu nifas primipara yang memiliki tingkat depresi *postpartum* normal setelah diberikan intervensi aromaterapi lemon dengan jenis persalinan *section caesarea* berjumlah 2 responden dan yang jenis persalinan pervaginam berjumlah 8 responden.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan Sefta Nugraha Pratiwi et al. (2021), penelitian menunjukkan hasil analisis jurnal diketahui bahwa faktor usia, paritas dan pendidikan berhubungan dengan kejadian depresi *postpartum*. Kemudian mencantumkan angkakejadia depresi *postpartum* di Kalimantan Selatan khususnya di Banjarmasin sebanyak 14,3%.

Tabel 6. Efektifitas aromaterapi lemon terhadap pencegahan depresi *postpartum*

No.	Tingkat Depresi	Eksperimen		Kontrol	
		F	%	F	%
1	Ringan	0	0	8	80
2	Sedang	0	0	2	20
	Total	0	0%	10	100
Nilai p value <0,05		0,000		0,532	

Hasil analisis bivariat tentang efektifitas pemberian aromaterapi lemon terhadap pencegahan depresi *postpartum* pada ibu nifas primipara di RSUD dr.H.Moch.Ansari Saleh Banjarmasin didapatkan hasil berdasarkan tabel Ibu nifas primipara yang tidak diberikan aromaterapi lemon mengalami depresi *postpartum* ringan berjumlah 8 responden (80%) dan ibu nifas primipara yang

mengalami depresi postpartum sedang berjumlah 2 responden (20%), sedangkan pada ibu nifas primipara yang diberikan aromaterapi lemon dan mengalami depresi postpartum ringan maupun sedang berjumlah 0 responden (0%). Hasil uji normalitas menggunakan uji Shapiro-Wilk diperoleh nilai Sig >0,05 yang menunjukkan bahwa data berdistribusi normal. Kemudian pada uji-t diperoleh nilai Sig (2-tailed) sebesar 0,000 atau < 0,05, maka disimpulkan H₀ ditolak dan H_a diterima. Yang berarti aromaterapi lemon efektif terhadap pencegahan depresi postpartum pada ibu nifas primipara yang mendapatkan intervensi aromaterapi lemon.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Noviyati Rahardjo Putri et al. (2023), penelitian yang menunjukkan bahwa berbagai bentuk terapi komplementer dapat meningkatkan kesehatan mental ibu nifas termasuk aromaterapi lemon dengan sediaan diffuser.

Pembahasan

Penelitian menunjukkan bahwa prevalensi depresi *postpartum* di Indonesia cukup tinggi, terutama di kalangan ibu primipara yang mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan peran baru sebagai seorang ibu.

Hasil penelitian ini sejalan dengan data yang ada, di mana mayoritas responden yang terlibat dalam penelitian menunjukkan gejala depresi *postpartum*, baik dalam kategori ringan maupun sedang. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang faktor-faktor yang menyebabkan depresi ini, seperti dukungan sosial yang kurang, kesiapan mental, dan pengalaman persalinan, intervensi yang lebih tepat dapat dirancang untuk menangani masalah ini.

Aromaterapi lemon muncul sebagai pilihan *non-farmakologis* yang menjanjikan untuk mencegah depresi *postpartum*. Aroma lemon segar yang dihasilkan oleh senyawa *Limonene* dapat membantu merangsang sistem saraf parasimpatis, yang bertanggung jawab untuk menenangkan dan mengurangi stres serta meningkatkan perasaan tenang. Penelitian ini menunjukkan bahwa aromaterapi lemon dapat memberikan dampak positif bagi ibu nifas primipara. Dengan penerapan minyak esensial lemon, penelitian ini mengindikasikan adanya penurunan signifikan dalam tingkat depresi *postpartum* pada kelompok yang menerima intervensi aromaterapi. Hasil analisis univariat mengungkapkan bahwa sebagian besar responden dalam kelompok eksperimen mengalami perbaikan gejala depresi setelah mengikuti terapi. Di sisi lain, analisis bivariat menegaskan hasil ini dengan menunjukkan perbedaan tingkat depresi yang signifikan antara kelompok yang menerima aromaterapi dan yang tidak. Oleh karena itu, penelitian ini tidak hanya memperkaya literatur mengenai efektifitas aromaterapi lemon, tetapi juga memberikan landasan yang kuat untuk rekomendasi intervensi kesehatan mental bagi ibu *postpartum* (Siti Nurlaili, 2024).

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan sebelumnya, pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa aromaterapi lemon terbukti efektif sebagai alternatif *non-farmakologis* untuk mencegah depresi *postpartum*.

DAFTAR PUSTAKA

- Fazraningtyas, W. (2020, July 23). *Psychological Factors in Postpartum Depression: A study at General Hospitals of Banjarmasin*. <https://doi.org/10.4108/eai.23-11-2019.2298367>
- Fakultas Kesehatan, L., Sari Mulia, U., Pramuka No, J., Luar, P., Timur, B., & Selatan, K. (2023). DETEKSI DINI DEPRESI POSTPARTUM DENGAN MENGGUNAKAN EDINBURGH

POSTNATAL DEPRESSION SCALE. In *JKJ: Persatuan Perawat Nasional Indonesia* (Vol. 11, Issue 4).

Kesehatan, K., Penelitian, B., & Kesehatan, P. (n.d.). *HASIL UTAMA RISKESDAS 2018*.

Nugraha Pratiwi, Sefta (2021) [FAKTOR FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN DEPRESI POSTPARTUM: LITERATURE REVIEW](#). PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA KEBIDANAN FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS SARI MULIA BANJARMASIN 2021.

Prastyoningsih, A., & Eka Widyastuti, D. (2024). EFEKTIFITAS PEMBERIAN AROMATERAPI LEMON TERHADAP KECEMASAN PADA IBU NIFAS DI PMB WULAN MARDIKANINGTYAS KARTASURA. In *Jurnal Medika Malahayati* (Vol. 8, Issue 4).

Public Health Journal, M., Internal Dan Eksternal Yang Mempengaruhi Perilaku Seksual Pranikah Remaja Pria Di Indonesia Analisis Sdki, F., Yang Mempengaruhi Kejadian Depresi Postpartum Di Kabupaten Bogor Tahun, F.-F., Penerapan Penanggulangan Kebakaran Di Proyek Waskita Rajawali Tower Cawang, A., & Keterlambatan Pembayaran Klaim Bpjs Kesehatan Terhadap Mutu Pelayanan, D. (2020). *MUHAMMADIYAH PUBLIC HEALTH JOURNAL*. 1(1).

Siti Nurlaili. (2024). Pengaruh Aromaterapi Lemon pada Postpartum. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, Volume 15 Nomor 1, Januari-Maret 2024 p-ISSN 2086-3098 e-ISSN 2502-7778. DOI: <http://dx.doi.org/10.33846/sf15nk104>

Sthepani Sari Hidayat, & Susanti Susanti. (2024). Terapi Komplementer Terhadap Kesehatan Mental Ibu Nifas Di Klinik Pratama Medical Center. *Vitamin : Jurnal Ilmu Kesehatan Umum*, 2(2), 245–255. <https://doi.org/10.61132/vitamin.v2i2.329>