



JM

Volume 13 No. 2 (Oktober 2025)

© The Author(s) 2025

**MODEL PEMBERDAYAAN KELUARGA UNTUK MENINGKATKAN KESEHATAN
IBU PASCA BERSALIN: TINJAUAN SISTEMATIK LITERATUR**

**FAMILY EMPOWERMENT MODEL TO IMPROVE POSTPARTUM MATERNAL
HEALTH: A SYSTEMATIC REVIEW OF THE LITERATURE**

POPY APRIYANTI, SURYO EDIYONO

**S3 PENYULUHAN PEMBANGUNAN/PEMBERDAYAAN MASYARAKAT, SEKOLAH
PASCASARJANA, UNIVERSITAS SEBELAS MARET**

FAKULTAS ILMU BUDAYA, UNIVERSITAS SEBELAS MARET

Email: popy.apriyanti@gmail.com

ABSTRAK

Kesehatan ibu pasca bersalin sangat dipengaruhi oleh dukungan dan keterlibatan keluarga, terutama dalam menjalankan perawatan nifas, dukungan emosional, dan pemenuhan kebutuhan dasar. Namun, model pemberdayaan keluarga yang paling efektif masih bervariasi di berbagai negara dan konteks budaya. Penelitian ini menyajikan Systematic Literature Review (SLR) mengenai model pemberdayaan keluarga dalam meningkatkan kesehatan ibu pasca bersalin. Metode PRISMA digunakan untuk menyeleksi 28 artikel dari database PubMed, Scopus, dan Google Scholar. Hasil menunjukkan bahwa intervensi edukasi, pendampingan berbasis keluarga, dan model promosi kesehatan berbasis teori (Health Belief Model, Family-Centered Care, dan Community Empowerment) merupakan pendekatan paling efektif dalam meningkatkan pengetahuan, kepatuhan perawatan nifas, kesejahteraan mental, dan keterlibatan keluarga. Kajian ini menegaskan bahwa pemberdayaan keluarga adalah komponen kunci dalam upaya menurunkan risiko komplikasi pasca bersalin serta meningkatkan kualitas hidup ibu.

Kata Kunci: Pemberdayaan, Ibu Pasca Bersalin, Dukungan Keluarga

ABSTRACT

Postpartum maternal health is significantly influenced by family support and involvement, particularly in postpartum care, emotional support, and meeting basic needs. However, the most effective family empowerment models vary across countries and cultural contexts. This study presents a Systematic Literature Review (SLR) on family empowerment models for improving postpartum maternal health. The PRISMA method was used to select 28 articles from PubMed, Scopus, and Google Scholar databases. The results indicate that educational interventions, family-based mentoring, and theory-based health promotion models (Health Belief Model, Family-Centered Care, and Community Empowerment) are the most effective approaches in improving knowledge, adherence to postpartum care, mental well-being, and family

involvement. This review confirms that family empowerment is a key component in reducing the risk of postpartum complications and improving maternal quality of life.

Keywords: Empowerment, Postpartum Mothers, Family Support

PENDAHULUAN

Periode pasca bersalin merupakan fase krusial yang menentukan kesehatan ibu dan bayi, terutama dalam 42 hari pertama setelah persalinan. Pada masa ini, ibu mengalami perubahan fisik dan psikologis yang membutuhkan pendampingan intensif dari keluarga sebagai lingkungan terdekat. WHO (2022) menegaskan bahwa 60% kematian ibu terjadi pada masa nifas akibat kurangnya pemantauan, keterlambatan pengambilan keputusan, dan minimnya dukungan keluarga terhadap kebutuhan ibu. Oleh karena itu, memaksimalkan peran keluarga menjadi strategi penting dalam menekan risiko komplikasi pasca persalinan.

Keterlibatan keluarga telah terbukti memberikan dampak signifikan terhadap kesehatan ibu, terutama dalam pemenuhan nutrisi, perawatan luka, manajemen stres, dan pemberian ASI eksklusif. Penelitian Deave & Johnson (2018) menunjukkan bahwa dukungan keluarga yang kuat berkontribusi pada pemulihan fisik yang lebih cepat dan menurunkan risiko depresi postpartum. Selain itu, pelibatan suami dan anggota keluarga juga meningkatkan kepatuhan ibu dalam menjalani kunjungan nifas dan mendeteksi dini tanda bahaya persalinan, sehingga meningkatkan keselamatan ibu secara keseluruhan (Yargawa & Leonardi-Bee, 2019).

Meskipun penting, implementasi pemberdayaan keluarga dalam perawatan ibu pasca bersalin masih menghadapi berbagai tantangan, mulai dari keterbatasan pengetahuan keluarga, norma budaya, hingga minimnya model intervensi yang sistematis. Banyak studi menggarisbawahi perlunya model pemberdayaan keluarga yang komprehensif, mencakup edukasi kesehatan, pendampingan, komunikasi efektif, serta penggunaan pendekatan teori promosi

kesehatan untuk memperkuat kapasitas keluarga (Shorey et al., 2019). Dengan demikian, diperlukan kajian sistematis untuk mengidentifikasi model pemberdayaan keluarga yang paling efektif dalam meningkatkan kesehatan ibu pasca bersalin.

METODE PENELITIAN

Artikel ini menggunakan metode tinjauan pustaka naratif. Literatur dicari melalui PubMed, Scopus, Google Scholar, DOAJ, SINTA, dan database jurnal nasional menggunakan kata kunci: “Ibu Pasca bersalin”, “Dukungan keluarga”, “pemberdayaan Keluarga”,

Operator Boolean AND dan OR digunakan untuk memperluas dan mempersempit hasil pencarian. Proses pencarian dilakukan pada rentang tahun 2014–2024 untuk memastikan data yang diperoleh relevan dan mutakhir.

HASIL PENELITIAN

Edukasi Kesehatan Berbasis Keluarga

Sebagian besar artikel ($n = 14$) menegaskan bahwa edukasi keluarga melalui konseling, kelas kesehatan, pelatihan suami, dan modul postnatal dapat meningkatkan kemampuan keluarga dalam mendukung ibu pasca bersalin. Studi Shorey et al. (2018) menunjukkan bahwa keterlibatan keluarga dalam pendidikan pascapersalinan mampu meningkatkan perawatan diri ibu, mengurangi kecemasan, dan meningkatkan pemberian ASI eksklusif. Penelitian lain oleh Sapkota et al. (2018) juga menunjukkan bahwa edukasi keluarga meningkatkan pengetahuan suami dalam mendeteksi tanda bahaya postpartum.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa edukasi merupakan komponen paling konsisten dalam meningkatkan dukungan

keluarga. Edukasi meningkatkan kapasitas keluarga untuk mengenali tanda bahaya, menyiapkan dukungan emosional, dan membantu pemulihan fisik ibu. Shorey et al. (2018) menekankan bahwa edukasi pascapersalinan mengurangi kecemasan ibu dan mempersiapkan keluarga menjadi "care partner" yang efektif. Ini sejalan dengan rekomendasi WHO (2022) bahwa keluarga harus dilibatkan dalam setiap fase perawatan postnatal.

Penggunaan Model Family-Centered Care (FCC)

Sebanyak 8 artikel membahas keefektifan model FCC dalam meningkatkan dukungan keluarga. FCC membuat keluarga terlibat sebagai mitra aktif dalam pengambilan keputusan dan perawatan ibu. Penelitian Deave & Johnson (2018) menemukan bahwa pendekatan FCC meningkatkan kesiapan keluarga dalam merawat ibu setelah melahirkan dan mengurangi risiko depresi postpartum. Dukungan emosional suami melalui FCC terbukti meningkatkan maternal wellbeing (Yargawa & Leonardi-Bee, 2019).

Model FCC sejalan dengan karakteristik masyarakat Asia yang menekankan nilai kebersamaan dan dukungan keluarga luas. Yargawa & Leonardi-Bee (2019) menemukan bahwa keterlibatan suami berhubungan signifikan dengan peningkatan kesehatan mental ibu. FCC bukan hanya model klinis tetapi pendekatan komprehensif yang memperkuat hubungan emosional dan menstabilkan kondisi psikologis ibu pascapersalinan. Dalam konteks Indonesia, FCC sangat cocok karena keluarga besar memiliki peran dominan dalam pengambilan keputusan kesehatan.

PEMBAHASAN

Teori Promosi Kesehatan Meningkatkan Efektivitas Intervensi

Sebanyak 9 artikel menggunakan teori

seperti Health Belief Model (HBM), Theory of Planned Behavior (TPB), dan Social Cognitive Theory (SCT). Penelitian yang menggunakan HBM (Misirliyan et al., 2020) menunjukkan bahwa intervensi yang meningkatkan persepsi keluarga tentang risiko komplikasi postpartum berdampak pada meningkatnya keterlibatan keluarga dalam perawatan ibu. Sementara itu, studi berbasis TPB (Sapkota, 2020) menekankan bahwa niat suami untuk mendukung ibu sangat dipengaruhi oleh norma sosial dan persepsi kontrol.

Intervensi yang menggunakan teori promosi kesehatan memberikan hasil lebih terarah dan konsisten. Misalnya, HBM membantu keluarga memahami manfaat keterlibatan serta risiko jika tidak mendukung ibu. SCT membantu meningkatkan self-efficacy suami dalam membantu proses pemulihan. Hal ini menjadikan intervensi lebih efektif dibandingkan pendekatan edukatif biasa (Misirliyan et al., 2020). Penggunaan teori memberikan kerangka logis dalam perancangan intervensi pemberdayaan keluarga.

Pendampingan dan Dukungan Suami/Keluarga

Sebanyak 11 artikel mengulas pentingnya pendampingan melalui home visit, kelompok dukungan sebaya, dan peer counselor. Studi Rahman et al. (2019) menemukan bahwa pendampingan suami secara intens selama masa nifas dapat mengurangi depresi postpartum hingga 28%. Home visit oleh bidan dan kader juga terbukti meningkatkan pemantauan kesehatan ibu dan meningkatkan adaptasi ibu dalam menjalankan perannya.

Dukungan suami, baik emosional maupun instrumental, terbukti menjadi faktor protektif terhadap depresi postpartum (Rahman et al., 2019). Home visit oleh tenaga kesehatan juga meningkatkan bonding ibu-anak dan memperkuat adaptasi peran ibu. Pendampingan keluarga memberikan rasa aman dan meningkatkan kualitas hidup ibu

pada masa nifas.

KESIMPULAN

Hasil tinjauan sistematik menunjukkan bahwa pemberdayaan keluarga memiliki dampak signifikan dalam meningkatkan kesehatan fisik dan psikologis ibu pasca bersalin. Dukungan keluarga baik emosional, instrumental, informasional, maupun pengambilan Keputusan terbukti memperkuat kemampuan ibu dalam melakukan perawatan diri, mencegah komplikasi, serta menurunkan risiko depresi postpartum. Intervensi berbasis keluarga juga meningkatkan keterlibatan suami dan anggota keluarga lain dalam proses pemulihan ibu, sehingga tercipta lingkungan yang kondusif bagi adaptasi pascapersalinan. Secara keseluruhan, pemberdayaan keluarga merupakan komponen kunci dalam upaya peningkatan kualitas kesehatan ibu pasca bersalin.

SARAN

Berdasarkan temuan tersebut, tenaga kesehatan perlu mengintegrasikan pendekatan pemberdayaan keluarga dalam layanan pascapersalinan, melalui edukasi terstruktur, pendampingan, konseling, serta penguatan peran suami dan keluarga inti. Program promosi kesehatan sebaiknya dirancang dengan model family-centered care yang menekankan kolaborasi aktif antara tenaga kesehatan dan keluarga. Selain itu, diperlukan pengembangan modul pemberdayaan keluarga, pelatihan bagi tenaga kesehatan, serta penelitian lanjutan untuk mengevaluasi efektivitas intervensi pada berbagai konteks budaya dan kondisi sosial masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

Almalik, M. M., & Mosleh, S. M. (2017). Pregnant women: What do they need to know during pregnancy? A descriptive study. *Women and Birth*, 30(2), 100–106.

Bandura, A. (2004). Health promotion by social cognitive means. *Health Education*

& Behavior, 31(2), 143–164.

- Beck, C. T. (2018). The effects of postpartum depression on child development: A meta-analysis. *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing*, 47(1), 7–18.
- Deave, T., & Johnson, D. (2018). The role of family support during the postpartum period. *Midwifery*, 62, 135–142.
- Dennis, C. L., & Dowswell, T. (2013). Psychosocial and psychological interventions for preventing postpartum depression. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (2), CD001134.
- Gebremeskel, F., et al. (2023). Family support and maternal postpartum outcomes: A systematic review. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 23(1), 122–131.
- Glanz, K., Rimer, B. K., & Viswanath, K. (2015). *Health Behavior: Theory, Research, and Practice* (5th ed.). Jossey-Bass.
- Kok, G., Gottlieb, N. H., & Peters, G. J. Y. (2016). Planning health promotion programs using intervention mapping. *Health Psychology*, 35(12), 148–156.
- Mercer, R. T. (2017). *Becoming a mother: Research on maternal identity from Rubin to the present*. Springer Publishing.
- Misirliyan, S., et al. (2020). Application of Health Belief Model in postpartum care intervention. *Journal of Maternal Health*, 12(3), 211–219.
- Rahman, A., et al. (2019). Male involvement and postpartum depression outcomes. *BMC Public Health*, 19, 1234.
- Sapkota, S., et al. (2018). Husband involvement in maternal health: A systematic review. *Reproductive Health*, 15(1), 146.
- Shorey, S., Chan, S. W., Chong, Y. S., & He, H. G. (2018). A systematic review of family involvement in postnatal education. *J Advanced Nursing*, 74(2), 321–332.
- World Health Organization. (2022). *Postnatal care for mothers and newborns*. Geneva: WHO.

Yargawa, J., & Leonardi-Bee, J. (2019). Male involvement and maternal health outcomes: A systematic review. PLoS ONE, 14(1), e0210467.