



Asuhan Kebidanan

KOMPERHENSIF

Desta Ayu Cahya Rosyida, SST., M.Tr.Keb

Yuni Khoirul Waroh, SST. M.Kes

Nina Hidayatunnikmah, S.,Keb., Bd.,M.Kes

Anik Latifah, SST., M.Kes



☎ 0858 5343 1992
✉ eurekamediaaksara@gmail.com
📍 Jl. Banjaran RT.20 RW.10
Bojongsari - Purbalingga 53362



ASUHAN KEBIDANAN KOMPERHENSIF

Desta Ayu Cahya Rosyida, SST., M.Tr.Keb

Yuni Khoirul Waroh, SST. M.Kes

Nina Hidayatunnikmah, S.,Keb., Bd.,M.Kes

Anik Latifah, SST., M.Kes



eureka
media aksara

PENERBIT CV. EUREKA MEDIA AKSARA

ASUHAN KEBIDANAN KOMPERHENSIF

Penulis : Desta Ayu Cahya Rosyida, SST., M.Tr.Keb
Yuni Khoirul Waroh, SST. M.Kes
Nina Hidayatunnikmah, S.,Keb., Bd.,M.Kes
Anik Latifah, SST., M.Kes

Desain Sampul : Eri Setiawan

Tata Letak : Via Maria Ulfah

ISBN : 978-623-487-435-8

Diterbitkan oleh : **EUREKA MEDIA AKSARA, DESEMBER 2022**
ANGGOTA IKAPI JAWA TENGAH
NO. 225/JTE/2021

Redaksi :
Jalan Banjaran, Desa Banjaran RT 20 RW 10 Kecamatan Bojongsari
Kabupaten Purbalingga Telp. 0858-5343-1992

Surel : eurekaediaaksara@gmail.com

Cetakan Pertama : 2022

All right reserved

Hak Cipta dilindungi undang-undang
Dilarang memperbanyak atau memindahkan sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apapun dan dengan cara apapun, termasuk memfotokopi, merekam, atau dengan teknik perekaman lainnya tanpa seizin tertulis dari penerbit.

KATA PENGANTAR

Buku Asuhan kebidanan Komperhensif kali ini membahas bagaimana cara pencegahan dan penanganan kesehatan mental pada masa kehamilan, masa persalinan dan masa nifas. Masa kehamilan merupakan masa pertumbuhan yang sangat membutuhkan asupan makan secara maksimal baik untuk jasmani maupun rohani (selalu rileks dan tidak stress). Di masa-masa ini pula, wanita hamil sangat rentan terhadap menurunnya kemampuan tubuh untuk bekerja secara maksimal yang dapat mengganggu kesehatan mental si Ibu. Kesehatan mental yang baik seperti merasa tenang dan bahagia, sangat diperlukan saat masa kehamilan, karena sangat mempengaruhi kesehatan seorang ibu hamil dan bayi dalam kandungannya.

Pengertian kesehatan mental yang diambil dari paham ilmu kedokteran adalah dimana perkembangan fisik, intelektual dan emosional yang menjadi salah satu kondisi yang harus berkembang secara optimal dari diri Anda atau diri orang lain. Perkembangan itu harus di selaraskan dengan adanya hubungan sosial dengan orang lain. Oleh karena itu makna kesehatan mental mempunyai sifat - sifat yang harmonis (serasi) dan memperhatikan semua segi - segi dalam penghidupan manusia dan dalam hubungannya dengan manusia lain.

Dengan demikian ibu hamil harus mengetahui cara mencegah terjadinya gangguan mental pada masa kehamilan sehingga kehamilan dapat berjalan normal, serta ibu dan bayi sehat. Untuk mencapai kemampuan tersebut, ibu perlu menguasai konsep pendidikan kesehatan yang meliputi: (1) Kesehatan mental pada kehamilan, (2) Gejala yang dapat memicu masalah kesehatan mental pada kehamilan, (3) Masalah kesehatan mental yang dapat terjadi pada kehamilan.

Pada masa kehamilan terjadi perubahan fisiologi dan psikologis pada ibu. Ibu hamil memerlukan informasi dan dukungan pelayanan kesehatan yang memadai untuk mengoptimalkan kesehatannya sehingga mampu menghadapi proses persalinan dengan baik agar janin dan si ibu dalam keadaan sehat. Buruknya kematangan psikologis (kesehatan mental) seorang

wanita juga akan memengaruhi proses persalinannya. Anggapan-anggapan bahwa persalinan itu sakit selalu membayangi si calon ibu. Nah, anggapan inilah yang menyebabkan sistem saraf simpatetik seperti sistem saraf endokrin dimana kebanyakan akan membuat ibu hamil yang sedang menuju proses persalinan lebih mudah marah atau tersinggung, sering melamun dan gelisah. Untuk mencapai kemampuan tersebut, Anda perlu menguasai konsep dari kesehatan mental pada masa persalinan yang meliputi 1. Faktor-faktor yang dapat menimbulkan masalah kesehatan mental pada masa persalinan, 2. Masalah kesehatan mental yang dapat terjadi pada masa persalinan. Pada masa nifas merupakan masa yang cukup penting bagi dokter atau tenaga kesehatan lainnya untuk selalu melakukan pemantauan kepada si ibu karena pelaksanaan yang kurang maksimal dapat menyebabkan berbagai masalah yang nantinya dapat berakibat kepada gangguan psikis sang ibu.

Untuk mencapai kemampuan tersebut, perlu menguasai konsep dari kesehatan mental pada masa persalinan yang meliputi 1. Proses adaptasi psikologi masa nifas, 2. Gangguan psikologi masa nifas, 3. Kesehatan mental pada saat menyusui. Modul ini berjudul "Asuhan Kebidanan Komprehensif" ini memberikan dukungan dan pengetahuan kepada ibu untuk atasi segala gangguan kesehatan mental yang dapat terjadi pada kehamilan, masa persalinan dan masa nifas. Dalam upaya pencegahan dan penanganan kesehatan mental pada masa kehamilan, masa persalinan dan masa nifas anda akan menguasai materi-materi tersebut, modul ini dibagi menjadi 7 bagian, yaitu 1) kegiatan belajar untuk mengetahui pengertian dari kehamilan, persalinan dan nifas, 2) kegiatan belajar ini untuk mengetahui perubahan yang dapat terjadi pada masa kehamilan, persalinan dan nifas, 3) kegiatan belajar untuk mengetahui pengetahuan ibu tentang kesehatan mental, 4) kegiatan belajar untuk mengetahui pengetahuan ibu tentang kesehatan mental pada masa kehamilan, 5) kegiatan belajar untuk mengetahui pengetahuan ibu tentang kesehatan mental pada masa persalinan, 6) kegiatan belajar untuk mengetahui pengetahuan ibu tentang kesehatan mental pada masa nifas.

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR GAMBAR	ix
BAB 1 PENGERTIAN KEHAMILAN, PERSALINAN DAN NIFAS.....	1
A. Kehamilan.....	1
B. Persalinan	2
C. Nifas	3
D. Rangkuman	4
E. Latihan Soal	4
BAB 2 FISIOLOGI KEHAMILAN, PERSALINAN DAN NIFAS.....	6
A. Fisiologi pada Kehamilan.....	6
B. Fisiologi pada Persalinan	7
C. Fisiologi pada Masa Nifa.....	7
BAB 3 TANDA KEHAMILAN, PERSALINAN DAN NIFAS....	16
A. Ibu Tidak Bernafsu Untuk Makan dan Muntah Terus.....	16
B. Berat Badan Ibu Hamil Tidak Ada Kenaikan.....	17
C. Perdarahan	18
D. Bengkak pada Tangan atau Wajah, Pusing dan Dapat Diikuti Kejang	19
E. Gerakan Janin Berkurang atau Tidak ada.....	20
F. Kelainan Letak Janin di Dalam Rahim.....	20
G. Ketuban Pecah Dini	21
H. Penyakit Ibu yang Berpengaruh Pada Kehamilan.....	21
I. Persalinan Lama.....	21
J. Demam Tinggi pada Masa Nifas	22
BAB 4 KOMPLIKASI YANG TERJADI PADA KEHAMILAN, PERSALINAN DAN MASA NIFAS	23
A. Komplikasi yang Terjadi pada Kehamilan	23
B. Komplikasi Persalinan.....	24
C. Komplikasi Masa Nifas	25
D. Rangkuman	26
E. Latihan Soal	27

BAB 5 KESEHATAN MENTAL.....	28
A. Kesehatan.....	28
B. Mental.....	29
C. Kesehatan Mental	29
1. Pengaruh Aspek Psikis terhadap Kesehatan Mental	31
2. Gejala Gangguan Kesehatan Mental pada Emosional	34
3. Gejala Gangguan Kesehatan Mental Pada Fisik.....	34
4. <i>Self-efficacy</i> Kesehatan Mental	34
5. <i>Self Esteem</i> Kesehatan Mental.....	37
D. Rangkuman.....	39
E. Latihan Soal.....	40
BAB 6 KESEHATAN MENTAL PADA MASA KEHAMILAN.	42
A. Kesehatan Mental pada Kehamilan.....	42
B. Hal-hal atau Gejala yang Dapat Memicu Masalah Kesehatan Mental pada Kehamilan	43
C. Masalah Kesehatan Mental yang bisa terjadi pada masa kehamilan.....	43
D. Rangkuman.....	46
E. Soal Ujian	46
BAB 7 KESEHATAN MENTAL PADA MASA PERSALINAN	48
A. Faktor-faktor yang Dapat Menimbulkan Masalah Kesehatan Mental pada Masa Persalinan.....	49
B. Masalah Kesehatan Mental yang Dapat Terjadi pada Masa Persalinan.....	49
1. Kecemasan.....	50
2. Ketakutan.....	50
3. Sikap Pasif	51
4. Hipermaskulin	51
5. Hiperaktif.....	51
6. Kompleks Maskulin.....	52
7. Halusinasi Hipnagonik.....	52
8. Sindrom Baby Blues.....	52
C. Rangkuman.....	53

D. Latihan Soal.....	54
BAB 8 PERUBAHAN DAN ADAPTASI NORMAL	
KEHAMILAN	55
A. Pengertian Nifas.....	55
B. Tahapan Masa Nifas	56
C. Proses Adaptasi Psikologi Masa Nifas.....	57
D. Gangguan Psikologi Masa Nifas	59
E. Konsep Dasar Postpartum Blues	61
F. Kesehatan Mental pada Saat Menyusui.....	67
1. Ibu yang Menyusui dengan Kondisi Stres dan Kelelahan.....	68
2. Ibu Menyusui yang Takut dan Tak Percaya Diri....	68
3. Jika Ibu Menyusui Merasa Kesakitan	68
4. Jika Ibu Menyusui Takut Bentuk Payudara Berubah dan Takut Gemuk.....	69
5. Jika Ibu Menyusui dalam Kondisi Bahagia.....	69
6. Ibu Menyusui yang Bahagia Membuat Bayi Pandai.....	69
7. Perasaan Ibu Menyusui yang Tenang Membuat Bayi Rileks.	70
8. Bayi Merasa Dicintai dengan Pemberian ASI	70
9. Mood Ibu Saat Menyusui Berpengaruh pada Tumbuh Kembang Bayi.	70
10. Bayi yang Disusui dengan Benar Membuat Emosinya Baik	70
11. Ibu yang Tenang Ketika Menyusui Membuat Bayi Memiliki Panca Indrea yang Sehat	70
12. Ibu Menyusui yang Berfikir Positif Membuat Bayi Berkembang dengan Positif.....	71
G. Rangkuman	71
H. Latihan Soal.....	72
BAB 9 FAKTOR – FAKTOR YANG MEMPENGARUHI	
KESEHATAN MENTAL	74
A. Faktor Internal.....	75
B. Faktor Eksternal	76
C. Faktor Lainnya	77

D. RANGKUMAN	77
E. LATIHAN SOAL.....	78
DAFTAR PUSTAKA.....	80

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.	Kehamilan	1
Gambar 2.	Persalinan.....	2
Gambar 3.	Nifas	3
Gambar 4.	Ibu Hamil Pemeliharaan Janin.....	6
Gambar 5.	Fisiologi Persalinan	7
Gambar 6.	Involusi Uterus	8
Gambar 7.	Vulva dan Vagina.....	10
Gambar 8.	Perubahan Payudara pada Masa Nifas	11
Gambar 9.	Sistem Kardiovaskuler.....	12
Gambar 10.	Mobilisasi Dini pada Saat Nifas	14
Gambar 11.	Gizi Seimbang.....	15
Gambar 12.	Mual Muntah	17
Gambar 13.	Perdarahan.....	18
Gambar 14.	Kelainan Letak Janin	20
Gambar 15.	Gambaran Kesehatan pada Ibu Hamil	31
Gambar 16.	Tahapan Masa Nifas	56
Gambar 17.	<i>Postpartum Depression</i>	60



ASUHAN KEBIDANAN KOMPERHENSIF



BAB

1

PENGERTIAN KEHAMILAN, PERSALINAN DAN NIFAS

A. Kehamilan

Pada Kegiatan belajar ini Anda akan dimulai dengan mengenal apa itu kehamilan, persalinan dan masa nifas. Untuk lebih lengkapnya kita langsung saja ke dalam pembahasan. Pada umumnya Anda akan mengartikan kehamilan adalah seorang wanita yang mengandung janin di dalam perutnya. Tahukah Anda jika ternyata kehamilan memiliki beberapa definisi yang berbeda-beda.



Gambar 1. Kehamilan

Kehamilan merupakan sebagai penyatuan dari spermatozoa dan ovum yang dilanjutkan dengan nidasi dan implementasi. Kehamilan normal berlangsung dalam kurun waktu 40 minggu atau kurang lebih 9 - 10 bulan menurut kalender Internasional. (Prawihardjo, 2010)

BAB 2

FISIOLOGI KEHAMILAN, PERSALINAN DAN NIFAS

Selanjutnya Anda akan diajak untuk mengetahui perubahan fisiologi kehamilan, persalinan dan nifas. Mari kita pelajari lebih lengkap pada pembahasan di materi ini.

A. Fisiologi pada Kehamilan

Pertama – tama Anda harus mengetahui apa itu fisiologi kehamilan. Seperti pada pembahasan sebelumnya kita telah mengenal apa itu Kehamilan. Jadi, Fisiologi kehamilan adalah seluruh proses fungsi tubuh pemeliharaan janin dalam kandungan yang disebabkan pembuahan sel telur oleh sel sperma, saat hamil akan terjadi perubahan fisik dan hormon yang sangat berubah drastis.



Gambar 4. Ibu Hamil Pemeliharaan Janin

BAB 3

TANDA KEHAMILAN, PERSALINAN DAN NIFAS

Pada pembelajaran selanjutnya, disini Anda akan mengetahui tanda bahaya pada kehamilan, persalinan dan nifas guna mencegah atau mengobati ibu hamil. Pertama apakah Anda tahu, **Apa itu TANDA BAHAYA KEHAMILAN, PERSALINAN DAN NIFAS?**

Tanda bahaya pada kehamilan adalah tanda gejala yang menunjukkan ibu atau bayi yang dikandungnya dalam keadaan bahaya, bila ada tanda bahaya, biasanya ibu perlu mendapat pertolongan segera di rumah sakit (*hospital emergency*).

Kebanyakan kehamilan berakhir dengan persalinan dan masa nifas yang normal, namun 15 sampai 20 diantara 100 ibu hamil mengalami gangguan pada kehamilan, persalinan atau nifas. Gangguan tersebut dapat terjadi secara mendadak, dan biasanya tidak dapat diperkirakan sebelumnya (*unpredictable disruption*).

Karena itu, tiap ibu hamil, keluarga dan masyarakat perlu mengetahui dan mengenali tanda bahaya. Tujuannya, agar dapat segera mencari pertolongan ke bidan, dokter, atau langsung ke rumah sakit, untuk menyelamatkan jiwa ibu dan bayi yang dikandungnya.

Setidaknya ada 10 Tanda Bahaya yang harus Anda kenali, yakni :

A. Ibu Tidak Bernafsu Untuk Makan dan Muntah Terus

Kebanyakan ibu hamil dengan umur kehamilan 1-3 bulan sering merasa mual dan kadang-kadang muntah, keadaan ini

BAB 4

KOMPLIKASI YANG TERJADI PADA KEHAMILAN, PERSALINAN DAN MASA NIFAS

Pada pembelajaran materi ini, Anda akan dikenalkan dengan apa saja komplikasi yang dapat terjadi pada masa –masa kehamilan, persalinan dan masa nifas. Untuk lebih jelasnya mari kita pelajari lebih lengkapnya pada materi ini.

A. Komplikasi yang Terjadi pada Kehamilan

Komplikasi pada kehamilan itu mungkin tidak sedikit dari Anda yang tau, tapi sebenarnya komplikasi pada masa kehamilan itu banyak sekali, Contohnya:

1. Syok

Syok adalah gangguan sirkulasi darha ke jaringan sehingga kebutuhan oksigen tidak terpenuhi. Gejala klinisnya berupa tekanan darah turun, nadi cepat dan lemah, pucat, keringat dingin, sianosis jari-jari, sesak napas, penglihatan kabur, gelisah dan oliguria/ anuria. Jenis – jenis Syok pun juga banyak jenis. Ada yang disebut Syok Hemoragik, Syok Neurogenik, Syok Endotoksik, dll yang satu persatu dapat Anda tanyakan pada Dokter kesehatan kehamilan sang Ibu.

2. Emboli Air Ketuban

Yaitu masuknya cairan amnion kedalam sirkulasi ibu sehingga menyebabkan kolaps pada ibu pada waktu persalinan. Kejadian ini lebih sering pada kontraksi uterus yang kuat dengan spontan ata induksi dan terjadi pada waktu air ketuban pecah dan ada pembuluh darah yang terbuka pada plasenta atau serviks.

BAB 5

KESEHATAN MENTAL

Pada Kegiatan belajar ini Anda akan dimulai dengan mengenal apa itu Kesehatan. Untuk lebih lengkapnya kita langsung saja ke dalam pembahasan.

A. Kesehatan

Pada umumnya Anda akan mengartikan Kesehatan merupakan kondisi dimana Anda memiliki kondisi fisik, mental dan keadaan yang baik pada diri seseorang.

Seperti Anda ketahui organisasi kesehatan dunia atau biasa disebut dengan *World Health Organization* (WHO) memberikan asumsi bahwa kesehatan merupakan suatu keadaan dimana fisik, mental dan kesejahteraan sosial yang dimiliki seseorang yang tidak hanya berupa penyakit atau kelemahan.

Menurut Undang-Undang No 23 Tahun 1992 Kesehatan ialah suatu keadaan sejahtera dari badan, jiwa, dan sosial yang memungkinkan semua orang hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Meskipun Anda terlihat dari fisiknya sehat, tetapi hal itu belum tentu dari segi mental Anda juga sehat. Gangguan mental bukan hanya saja diidap oleh orang gila saja, tetapi banyak sekali gangguan mental yang perlu Anda ketahui.

Pengertian kesehatan yang menyeluruh inidianggap hal sepele bagi khalayak umum, banyak yang beranggapan bahwa gangguan mental itu seperti orang gila. Tetapi pada kenyataannya hanya beberapa kasus saja yang diakibatkan oleh sakit jiwa, tetapi gangguan jiwa adalah salah satu tipe yang lain dan bermacam-macam jenisnya yang perlu Anda ketahui.

BAB 6

KESEHATAN MENTAL PADA MASA KEHAMILAN

Setelah Anda mempelajari pengertian dari kesehatan mental, sekarang anda akan diajak untuk mengetahui kesehatan mental pada kehamilan.

A. Kesehatan Mental pada Kehamilan

Apakah Anda sadar bahwa kesehatan mental yang baik seperti merasa tenang dan bahagia, sangat diperlukan saat masa kehamilan, karena sangat mempengaruhi kesehatan seorang ibu hamil dan bayi dalam kandungannya. Munculnya gangguan kesehatan mental saat hamil dapat memicu perilaku berisiko bagi kehamilan seperti merokok, konsumsi alkohol, asupan nutrisi yang tidak sesuai, menghindari pemeriksaan kehamilan, atau memicu perilaku berbahaya bagi ibu dan kandungannya. Tapi sangat disayangkan sekali banyak dari kita yang mengabaikan dan tidak ditangani dengan benar gejala perasaan depresi dan sumber stress saat hamil.

Bagaimana Anda dapat mengetahui bahwa kehamilan dapat mempengaruhi kesehatan mental pada ibu hamil? ini yang sering dipertanyakan oleh beberapa ibu hamil, maka dari itu merasa cemas dan bingung merupakan hal yang wajar bagi seseorang yang menjalani kehamilan atau ketika segera akan melahirkan. Namun sumber stress tersebut dapat meningkatkan risiko seseorang untuk mengalami masalah kesehatan mental, seperti depresi dan gangguan psikosis. Risiko tersebut juga jauh lebih tinggi jika ibu hamil memiliki riwayat gangguan kesehatan mental serius sebelumnya.

BAB 7

KESEHATAN MENTAL PADA MASA PERSALINAN

Anda telah masuk pada pembelajaran selanjutnya yaitu Kesehatan mental pada masa persalinan. Mari kita teruskan untuk mengetahui lebih lanjutnya. Persalinan adalah salah satu peristiwa penting nan bersejarah yang dialami oleh kehidupan seluruh wanita di bumi ini. Hakikat manusia menurut perspektif psikologi adalah seorang wanita yang percaya bahwa kita dianggap sempurna ketika dapat melahirkan seorang anak. Ini merupakan peristiwa yang sangat positif dimana dapat menjadi masa transisi yang terasa menyenangkan untuk berlai ke tahap kehidupannya yang baru. Persalinan juga disebut sebagai saat-saat yang berat dalam hidup.

Mengapa? Karena disinilah terjadi pertarungan nyawa antara hidup dan mati. Resa cemas, panik disertai ketakutan yang tinggi, ketidakpastian ditambah sakit yang luar biasa timbul menjelang proses kelahiran. Rasa ini timbul akibat kekhawatiran yang muncul akan proses persalinan yang dialaminya dengan calon bayinya nanti. Sebab itulah, wanita yang sedang menghadapi persalinan membutuhkan selain kematangan fisik, mereka juga membutuhkan kesiapan secara psikologis.

Buruknya kematangan psikologis (kesehatan mental) seorang wanita juga akan memengaruhi proses persalinannya. Anggapan-anggapan bahwa persalinan itu sakit selalu membayangi si calon ibu. Nah, anggapan inilah yang menyebabkan sistem syaraf simpatetik seperti sistem saraf endokrin dimana kebanyakan akan membuat ibu hamil yang sedang menuju proses persalinan lebih mudah marah atau tersinggung, sering

BAB 8 | PERUBAHAN DAN ADAPTASI NORMAL KEHAMILAN

Pada kegiatan belajar ini Anda akan mulai mempelajari tentang kesehatan mental pada masa nifas. Seperti sebelumnya Anda telah menguasai materi dari kegiatan belajar 2 dan kegiatan belajar 3. Untuk tahap ini mari kita review kembali apa itu nifas?

A. Pengertian Nifas

Kita langsung saja lanjutkan ke materi, pengertian masa nifas (puerperium) adalah masa dimana plasenta yang keluar dan alat alat reproduksi lainnya akan pulih seperti sedia kala seperti saat Anda sebelum hamil dan biasanya masa nifas ini hanya berlangsung sekitar 6 minggu atau 40 hari.

(irvan)Menurut Ambarwati, pada bukunya 2010: 1 Masa nifas (postpartum/ puerperium) yaitu masa pulih kembali, mulai dari si ibu persalinan selesai sampai alatalat kandungan kembali seperti pra hamil, berkisar sekitar 6-8 minggu. (Sujiyatini, dkk. 2010: 1) Masa nifas disebut juga masa postpartum atau puerperium adalah masa atau waktu sejak bayi dilahirkan dan plasenta keluar lepas dari rahim, sampai enam minggu berikutnya, disertai dengan pulihnya kembali organ-organ yang berkaitan dengan kandungan, yang mengalami perubahan seperti perlukaan dan lain sebagainya berkaitan saat melahirkan. (Suherni, dkk. 2009: 1) Selama masa pemulihan tersebut berlangsung, ibu akan mengalami banyak perubahan, baik secara fisik maupun psikologis sebenarnya sebagian besar bersifat fisiologis, namun jika tidak dilakukan pendampingan melalui asuhan kebidanan maka menutup kemungkinan akan terjadi keadaan patologis. (Sulistyawati, 2009:1)

BAB 9

FAKTOR - FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KESEHATAN MENTAL

Pada kegiatan belajar 7 atau yang terakhir ini Anda akan mempelajari tentang faktor apa saja yang dapat menyebabkan masalah kesehatan mental pada diri Anda atau orang lain.

Sebelumnya Anda sudah berhasil menguasai dan memahami kegiatan belajar 1, 2, 3, 4, 5 dan 6. Seperti yang Anda ketahui kita sudah mengenal apa itu kesehatan mental ? apakah Anda masih mengingatnya ?

Baik kita review sedikit disini, kesehatan mental menurut paham ilmu kedokteran adalah satu kondisi yang memungkinkan perkembangan fisik, intelektual dan emosional yang optimal dari seseorang dan perkembangan itu berjalan selaras dengan keadaan orang lain. Oleh karena itu makna kesehatan mental mempunyai sifat-sifat yang harmonis (serasi) dan memperhatikan semua segi-segi dalam kehidupan manusia dan dalam hubungannya dengan manusia lain.

Setelah Anda memahami apa itu kesehatan mental, kira - kira faktor apa yang dapat menyebabkan masalah pada kesehatan mental pada diri kita. Mari kita pelajari pada kegiatan belajar kali ini.

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental

Menurut Daradjat (2001:9) faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental itu secara garis besar ada dua yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal ini antara lain meliputi: kepribadian, kondisi fisik, perkembangan dan kematangan, kondisi psikologis, keberagamaan, sikap menghadapi problema hidup, kebermaknaan hidup, dan keseimbangan dalam

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, E,R,Diah, W. 2010. Asuhan Kebidanan Nifas. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Bahiyatun. 2009. Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal. Jakarta: EGC.
- Bastaman, H. Djumhana. 2001. Integrasi Psikologi dengan Islam. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bobak, Irene. Lowdermilk. Deitra. Jensen, Margaret. 2005. Keperawatan Maternitas, Edisi 4. Jakarta: EGC.
- Daradjat, Zakiah, 2001. Kesehatan Mental. Jakarta: PT. Toko Gunung Agung.
- _____, 2001. Islam dan Kesehatan Mental. Jakarta: PT. Toko Gunung Agung.
- Dewi Vivian dan Tri Sunarsih. 2011. Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas. Jakarta: Salemba Medika.
- Hawari, Dadang. (1997). Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Mental. Yogyakarta: PT. Dana Bhakti Prima Yasa.
- Hendrik, H. 2006. Problema Haid Tinjauan Syariat Islam dan Medis. Solo: Tiga Serangkai.
- H. Budhyastuti R. 2011. Having A Baby, Panduan Modern Kehamilan Yang Bahagia, Sehat dan Cerdas. Bandung: Qanita.