

RANGKUMAN

Erma Rahmawati C2013046 Program Studi Sarjana Keperawatan	Dosen Pembimbing Anjar Nurrohmah, S.Kep., Ns., M.Kep. Maryatun, S.Kep., Ns., M.Kes.
PENINGKATAN PENGETAHUAN DALAM UPAYA PENCEGAHAN DEPRESI POSTPARTUM	
RANGKUMAN	
<p>Pendahuluan: Depresi postpartum disebabkan karena berbagai faktor antara lain faktor hormonal, faktor fisik, faktor demografi yang meliputi umur dan paritas, serta faktor psikososial yang meliputi tingkat pendidikan, status pekerjaan, pendapatan, dan dukungan sosial. Tujuan: Memberikan informasi, ilmu pengetahuan, dan wawasan kepada masyarakat, ibu pasca melahirkan, dan tenaga kesehatan dalam mencegah depresi postpartum. Luaran: Buku saku sebagai media yang digunakan untuk menginformasikan kepada masyarakat mengenai metode untuk mencegah depresi postpartum melalui terapi musik, terapi pijatan, terapi <i>thought stopping</i>, dan terapi suportif. Solusi: Depresi postpartum dapat dicegah dengan istirahat yang cukup, menceritakan kondisi yang dialami pada orang lain, tidak menyendiri, mengurangi pekerjaan rumah, dan melakukan terapi seperti terapi musik klasik, terapi pijatan, terapi <i>thought stopping</i> dan terapi suportif.</p>	
<p>Kata kunci: <i>Depresi Postpartum, Terapi Musik, Terapi Pijatan, Terapi Thought Stopping, Terapi Suportif</i></p>	