



HUBUNGAN PERBANDINGAN SOSIAL DENGAN RISIKO DEPRESI PASCAMELAHIRKAN PADA IBU PENGGUNA MEDIA SOSIAL INSTAGRAM

*THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL COMPARISON AND THE RISK OF POSTPARTUM
DEPRESSION AMONG MOTHER WHO ARE INSTAGRAM USERS*

Gayatri Safa Ramadhanty¹, Endang R. Surjaningrum, M.AppPsych., Ph.D., Psikolog²

Universitas Airlangga

Email: gayatri.safa.ramadhanty-2019@psikologi.unair.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara social comparison dengan risiko depresi pascamelahirkan pada ibu pengguna sosial media Instagram. Penelitian ini berfokus pada upward social comparison, dimana individu menilai diri mereka dengan individu lain yang dianggap lebih unggul oleh individu tersebut pada dimensi tertentu. Depresi pasca melahirkan merupakan suatu depresi yang terjadi setelah melahirkan yang biasanya dialami oleh ibu setelah 4 minggu melahirkan. Upward comparison yang dilakukann akan membuat ibu muda merasa cemas. Kecemasan yang dialami akan menjadi sebuah faktor risiko terjadinya depresi postpartum. Penelitian ini dilakukan pada 162 ibu pascamelahirkan yang memiliki bayi usia 0-12 bulan yang menggunakan media sosial Instagram. Metode yang dilakukan pada penelitian ini adalah metode survei dengan membagikan kuisioner online sebagai cara pengumpulan data. Social comparison diukur menggunakan skala Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measurement (INCOM) sedangkan depresi pascamelahirkan diukur menggunakan skala Edinburgh Postnatal Depressi Scale (EPDS). Analisis data dilakukan dengan menggunakan metode Spearman's rho program dengan bantuan program Jamovi 2.3.3. Hasil analisis menemukan korelasi yang signifikan antara social comparison dan risiko depresi pascamelahirkan ($r=0,276$; $p<0.001$). Korelasi positif yang mana semakin tinggi tingkat social comparison maka semakin tinggi pula tingkat risiko depresi pascamelahirkan.

Kata Kunci: Perbandingan sosial, depresi pascamelahirkan, ibu, Instagram

ABSTRACT

This study aims to determine whether there is a relationship between social comparison and the risk of postpartum depression in mothers of Instagram social media users. This study focuses on upward social comparison, where individuals value themselves with other individuals who are considered superior by those individuals on certain dimensions. Postpartum depression is a depression that occurs after childbirth which is usually experienced by mothers after 4 weeks of giving birth. Upward comparison carried out will make young mothers feel anxious. Anxiety experienced will be a risk factor for postpartum depression. This study was conducted on 162 postpartum mothers who had babies aged 0-12 months who used Instagram social media. The method carried out in this study is a survey method by distributing online questionnaires as a way of collecting data. Social Comparison was measured using the Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measurement (INCOM) scale while postpartum depression was measured using the Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS). Data analysis was performed using Spearman's rho program method with the help of Jamovi 2.3.3 program. The results of the analysis found a significant correlation between social comparison and the risk of postpartum depression ($r = 0.276$; $p < 0.001$). The positive correlation is that the higher the level of social comparison, the higher the risk level of postpartum depression.

Keywords: social comparison, postpartum depression, maternal, Instagram

PENDAHULUAN

Depresi pasca melahirkan didefinisikan sebagai episode gangguan depresi mayor atau

terkadang depresi ringan yang terjadi pada periode postpartum (O'Hara MW, 2013 dalam Qi et al., 2022). Depresi pasca melahirkan



didefinisikan sebagai episode gangguan depresi mayor atau terkadang depresi ringan yang terjadi pada periode postpartum (O'Hara MW, 2013 dalam Qi et al., 2022).

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya depresi pasca melahirkan antara lain: Faktor biologi, dimana setelah melahirkan kadar hormon (estrogen dan progesteron) dalam tubuh seorang wanita turun dengan cepat, menyebabkan perubahan kimia di otaknya yang dapat memicu perubahan mood (Smorti dkk., 2019). Faktor psikologis, dimana wanita yang memiliki riwayat depresi, gangguan bipolar, atau depresi pascamelahirkan setelah kehamilan sebelumnya berisiko lebih tinggi mengalami depresi pascamelahirkan. Anggota keluarga yang pernah mengalami depresi atau gangguan suasana hati lainnya juga dapat meningkatkan risiko depresi pasca melahirkan (Smorti dkk., 2019). Faktor klinis, seperti persalinan yang berkepanjangan atau rumit, berisiko lebih tinggi mengalami depresi pascamelahirkan. Faktor demografis, seperti usia, status pernikahan, tingkat pendidikan, atau status sosioekonomi. Dan faktor sosial, seperti hubungan dengan suami atau keluarga yang kurang baik, dukungan sosial yang tidak memadai, serta tuntutan era digital seperti dampak negatif penggunaan media sosial (MacPherson dkk., 2022)

Selama periode ini, wanita cenderung rentan mengalami masalah kesehatan mental (Daehn dkk., 2022). Gangguan mental yang umum terjadi pada periode ini adalah depresi pasca melahirkan dan gangguan kecemasan (Daehn dkk., 2022). Sekitar 17% wanita di dunia mengalami *Postpartum Depression* (PPD), yang mana PPD ini memiliki gejala depresi yang lebih panjang daripada *postpartum blues* atau *baby blues* (Garcia & Yim, 2017). Ibu hamil yang mengalami gejala depresi akan semakin parah atau meningkat

16% pada trimester III dan gejala tersebut akan bertahan hingga empat minggu dan tiga bulan masa *postpartum* (Wilcox dkk., 2020 dalam Perwitasari & Wulandari, 2022).

Di era globalisasi saat ini, teknologi menjadi bagian penting dari kehidupan manusia yang berkontribusi untuk memenuhi kebutuhan hidup manusia (Yori & Pamirma, 2020). Salah satu bentuk teknologi yang berkembang sangat pesat ialah teknologi informasi dan komunikasi dengan adanya media sosial yang menawarkan *digitalisasi, konvergensi, interaktivitas* bagi penggunaannya (Watie, 2016). Media sosial dapat memberi kemudahan berinteraksi dengan orang lain, menyediakan informasi tanpa batas, dan menyediakan kebutuhan sosial maupun emosional (Lutkevich, 2010). Untuk itu penggunaan media sosial sudah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari banyak orang termasuk wanita pasca melahirkan.

Salah satu media sosial yang sangat populer saat ini adalah Instagram. Instagram merupakan salah satu platform media sosial terbesar di dunia yang di mana penggunaannya dapat menggunakan foto maupun video sebagai bentuk komunikasi utamanya (Maclean dkk., 2022). Instagram ini menggunakan sistem pengikut (*followers*) untuk berinteraksi dengan pengguna Instagram lain. Di Indonesia sendiri per April 2022 terdapat 99,9 juta pengguna aktif bulanan. Jumlah tersebut menempatkan Indonesia di urutan ke-4 terbesar setelah India, Amerika Serikat, dan Brazil (Karnadi, 2022). Secara global, 39,0% dari satu miliar pengguna aktif bulanan Instagram adalah wanita berusia 18 hingga 44 tahun. Dengan 63% pengguna yang masuk ke akun mereka setidaknya setiap hari.

Instagram menjadi saluran yang digunakan untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan yang mudah diakses bagi wanita



dalam periode pasca melahirkan. Namun, menyampaikan informasi kesehatan kepada wanita dalam periode pascamelahirkan bisa menjadi tantangan karena banyak aspek kehidupan yang mengalami perubahan, termasuk gangguan pola tidur dan logistik dalam merawat bayi baru lahir. Meskipun ada tantangan ini, periode pascamelahirkan merupakan waktu di mana wanita lebih sadar akan kesehatan dan terbuka untuk mengubah gaya hidup dengan berbagai alasan (Haire-Joshu & Tabak, 2016). Oleh karena itu, penyediaan informasi kesehatan melalui platform yang fleksibel dan mudah diakses mungkin sangat penting bagi wanita selama tahap hidup ini.

Instagram dapat memberikan dampak positif bagi kesehatan mental, *body image*, dan kesejahteraan khususnya bagi wanita. Hal-hal positif yang terdapat di Instagram antara lain *body positivity*, dimana paparan konten Instagram yang mendukung citra tubuh positif yang dapat meningkatkan tingkat penghargaan tubuh yang dapat membantu wanita merasa lebih percaya diri (Nelson dkk., 2022). Penggunaan Instagram juga dikaitkan dengan peningkatan rasa syukur, altruisme, dan kemauan untuk memberikan bantuan (Mendini dkk., 2022).

Namun, di sisi lain Instagram memiliki dampak negatif bagi penggunanya termasuk bagi wanita. Instagram biasanya dijadikan sebagai platform yang mengarah pada manipulasi realitas dan presentasi diri yang ideal dimana individu menggambarkan diri mereka dengan memenuhi keinginan atau ekspektasi ideal masyarakat (Barac & Maekawa, 2017). Paparan konten media sosial yang mana seseorang cenderung menunjukkan dirinya secara ideal, dapat memunculkan fenomena perbandingan sosial (Vogel dkk., 2014). Perbandingan sosial yang

dilakukan di Instagram berbeda dengan perbandingan yang dilakukan di kehidupan nyata. Persona ideal yang mengarah pada kesempurnaan yang ditunjukkan oleh pengguna Instagram lainnya, mengarah pada perbandingan sosial ke atas (Kross dkk., 2013 dalam Auliannisa & Hatta, 2022). Untuk itu, media sosial seperti Instagram kerap kali membuat seseorang mempersepsikan orang lain lebih positif dibandingkan dirinya (Evelin & Adishesa, 2020). Untuk itu, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi secara ilmiah hubungan perbandingan sosial dengan risiko depresi pascamelahirkan pada ibu pengguna media sosial Instagram.

TINJAUAN PUSTAKA

Perbandingan Sosial

Perbandinga Sosial menurut Festinger (1984) adalah suatu dorongan yang dimiliki individu untuk mengevaluasi dirinya melalui kemampuan dan pendapat mereka dengan orang lain. Dalam penelitian yang dilakukan Gibbons & Buunk (1999) menjelaskan mengenai dua dimensi perbandingan sosial berdasarkan definisi yang dikemukakan oleh Festinger (1954) yaitu *ability* dan *opinion*. *Ability* adalah penilaian individu mengenai potensi diri. *Opinion* penilaian kognisi individu mengenai situasi dimana dia berada. Ada dua jenis perbandingan sosial, ditentukan oleh arah perbandingannya: 1) Perbandingan sosial ke atas atau *upward comparison* terjadi ketika seseorang membandingkan dirinya dengan orang-orang yang dianggap lebih superior atau yang memiliki karakteristik positif. 2) Perbandingan sosial yang ke bawah atau *downward comparison* terjadi ketika individu membandingkan dirinya dengan orang lain yang memiliki karakteristik negatif (Wood, 1989).



Depresi Pascamelahirkan

Depresi pasca melahirkan merupakan suatu depresi yang terjadi setelah melahirkan yang biasanya dialami oleh ibu setelah 4 minggu melahirkan (Arienta Sari, 2020). *Postpartum depression* atau depresi pascamelahirkan menurut Lubis (2009) merupakan perasaan sedih yang disebabkan oleh berkurangnya kebebasan yang dirasakan ibu, penurunan estetika dan perubahan bentuk tubuh, berkurangnya kemandirian dan interaksi sosial (Fauziah, 2021).

Depresi selama periode postpartum dijelaskan dalam Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders edisi kelima, sebagai penentu gangguan depresi mayor. Untuk menerima diagnosis gangguan depresi mayor dengan "onset peripartum", seorang wanita harus memenuhi semua kriteria episode depresi mayor, dan onset gejala depresi harus terjadi selama kehamilan atau dalam 4 minggu setelah melahirkan.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Untuk mengumpulkan data penelitian, peneliti menggunakan metode survey secara daring. Dalam penelitian ini, populasi yang dipilih adalah ibu pengguna Instagram yang sedang dalam periode postpartum (pascamelahirkan). Pada penelitian ini, belum diketahui secara pasti jumlah populasi yang ada. Sehingga, penulis memutuskan untuk menetapkan bahwa minimal sampel yang dibutuhkan adalah $n = 100$.

Penelitian ini menggunakan dua alat ukur yang telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia dan disesuaikan dengan kebutuhan penelitian. Konstruk *perbandingan sosial* menggunakan alat ukur Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM) (Gibbons & Buunk, 1999). Skala terdiri dari

11 aitem favorable dan unfavorable disusun dalam bentuk skala likert dengan 5 pilihan jawaban (1=sangat setuju, 2= tidak setuju, 3=ragu-ragu, 4=setuju, 5=sangat tidak setuju) dengan reliabilitas yang cukup tinggi ($\alpha = .753$) dengan membuang satu aitem. Untuk mengungkapkan risiko depresi pascamelahirkan digunakan *Edinburgh Postnatal Depression Scale* (EPDS) Cox dkk (1987) yang telah diterjemahkan dan diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Selvan dan Retno (2022). Skala terdiri dari 10 aitem favorable dan unfavorable disusun dalam bentuk skala likert dengan 4 pilihan jawaban (0=tidak pernah; 3= Ya, cukup sering) dengan reliabilitas terpakai yang tinggi ($\alpha=.806$).

HASIL DAN PEMBAHASAN

162 ibu pascamelahirkan yang memiliki bayi usia 0-12 dengan rentan usia 21-45 tahun berpartisipasi dalam penelitian ini. Subjek penelitian diklasifikasi berdasarkan jenis kelamin, usia ibu, usia bayi, paritas atau jumlah kelahiran, proses melahirkan, status pernikahan, proses melahirkan, tingkat pendidikan terakhir, serta aktivitas Instagram.

Apabila ditinjau dari usia, sebesar 77,7% ibu masuk dalam kategori usia tidak beresiko sedangkan terdapat 22,2% ibu pascamelahirkan pengguna Instagram berada pada kategori usia beresiko. Ditinjau dari paritas atau jumlah kelahirannya, sebesar 59,9% ibu merupakan kelahiran primipara atau kelahiran pertama Ditinjau dari status sosioekonomi, dalam kategori tingkat pendidikan sebesar 69,14% didominasi oleh subjek lulusan Diploma/S1/Setara. Untuk status pekerjaan didominasi oleh ibu rumah tangga sebesar 52,47%. Berdasarkan karakteristik obstetrik ditinjau dari proses melahirkan, terdapat 58,64% ibu melahirkan secara caesar Lalu ditinjau dari keaktifan ibu



di media sosial Instagram sebanyak 80,9% ibu masuk dalam kategori pengguna aktif Instagram.

Hasil dari analisis deskriptif yang dilakukan diketahui nilai mean atau rata-rata dari data yang diperoleh pada Social comparison adalah 31,2 dan 10,6 pada depresi pascamelahirkan. Kemudian untuk nilai median atau nilai tengah pada variable Social comparison adalah 31, sedangkan pada variable depresi pascamelahirkan median atau nilai tengahnya adalah 10. Standar deviasi pada variable social comparison sebesar 6,18 dan standar deviasi variable depresi pascamelahirkan sebesar 4,76. Pada variable social comparison nilai terkecil yang diperoleh adalah 15 dan nilai terbesar yang diperoleh adalah 47. Sedangkan pada variable depresi pascamelahirkan nilai terkecil yang diperoleh adalah 1 dan nilai terbesar yang diperoleh adalah 22.

Pengkategorian berdasarkan penormaan kelompok untuk variable social comparison menunjukkan bahwa 43.2% subjek berada pada kategori social comparison yang sedang. Selanjutnya 21,6% berada pada kategori rendah, 20,4% pada kategori tinggi, 8,6%, dan 6,2% pada kategori sangat tinggi. Untuk variable depresi pascamelahirkan menunjukkan bahwa 39.5% subjek terklasifikasi sebagai borderline depressed dengan kata lain cenderung mengalami gejala distress yang agak mengganggu keberfungsian sehari-hari. Kemudian, sebanyak 34.6% subjek terklasifikasi not depressed atau hanya mengalami gejala distress ringan yang tidak mengganggu keberfungsian sehari-hari. Sedangkan sebanyak 25.9% subjek termasuk pada kategori possibly depressed dimana pada kategori ini subjek memenuhi gejala-gejala

depresi pascamelahirkan yang mengganggu keberfungsian sehari-hari.

Berdasarkan hasil uji normalitas dengan metode Shapiro Wilk ditemukan bahwa nilai koefisien Shapiro-Wilk pada variable social comparison sebesar 0,108 dan pada variable depresi pascamelahirkan sebesar 0,010) dimana pada variable social comparison menunjukkan $p < 0.05$. Hal tersebut mengindikasikan bahwa data yang diperoleh berdistribusi secara tidak normal sehingga penelitian ini termasuk penelitian non-parametrik. Berdasarkan hasil uji hipotesis dengan menggunakan Spearman rho diketahui bahwa kedua variable memiliki korelasi positif ($\mu = .276$) dan memiliki nilai signifikan ($p < .001$).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi hubungan antara perbandingan sosial dengan risiko depresi pascamelahirkan pada ibu pengguna Instagram. Bagian pembahasan penelitian berisi diskusi hasil penelitian dan perbandingan dengan teori dan atau penelitian sejenis. Terdapat 162 ibu pengguna Instagram dengan rentan usia 21-45 tahun yang menjadi responden pada penelitian ini.

Berdasarkan hasil uji korelasi yang dilakukan kepada 162 responden, *perbandingan sosial* dan depresi pasca melahirkan menunjukkan adanya korelasi positif namun kekuatannya lemah. Korelasi yang positif pada penelitian ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi perbandingan sosial yang dilakukan, semakin tinggi pula risiko ibu mengalami depresi pasca melahirkan. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara self-comparison dengan risiko depresi pascamelahirkan. Hal ini sejalan dengan pendapat Festinger (1954) menyatakan bahwa depresi merupakan salah satu dampak yang



dihasilkan oleh upward social comparison atau perbandingan ke-atas (Festinger, 1954). Sejalan dengan penelitian tersebut, pada penelitian yang dilakukan di Korea Selatan kepada Mahasiswa di oleh Hwang (2019) menyebutkan bahwa social comparison berperan sebagai mediasi pada depresi sebagai dampak penggunaan media sosial.

Hasil dari penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Agustiani dan Gazi (2021) kepada ibu muda usia 18-37 tahun, yang menyebutkan bahwa ketika ibu muda melakukan perbandingan dengan individu lain pada aspek ability atau kemampuan, mereka cenderung melakukan *upward comparison* dan akan membuat ibu muda merasa cemas. Pengguna Instagram secara tidak sadar akan terlibat dalam *perbandingan sosial*, karena adanya paparan yang cukup besar di media sosial untuk melihat keseharian serta pengalaman hidup orang lain (Chae, 2017). Tanggung jawab yang dirasakan oleh seorang ibu terhadap anak-anaknya, ditambah dengan standar yang tinggi dari masyarakat dan tekanan dari media sosial, dapat menimbulkan rasa bersalah pada ibu (Douglas & Michaels, 2004).

Alasan adanya korelasi yang lemah antara perbandingan sosial dengan risiko depresi pascamelahirkan pada ibu pengguna Instagram ini ialah setiap individu memiliki perbedaan dalam merespon dan mengalami perbandingan sosial. Beberapa ibu mungkin lebih rentan terhadap efek negatif dari perbandingan sosial di media sosial, sementara yang lain mungkin lebih mampu mengelola perasaan dan pikiran yang muncul akibat perbandingan sosial. Selain itu konteks sosial budaya juga dapat mempengaruhi hubungan antara perbandingan sosial dan depresi pasca melahirkan. Korelasi yang lemah bukan berarti tidak ada korelasi didalamnya, melainkan mengindikasikan

bahwa ada faktor-faktor lain yang perlu dipertimbangkan dalam memahami interaksi kompleks antara *perbandingan sosial* dengan depresi pascamelahirkan.

SIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara perbandingan sosial dengan depresi pascamelahirkan pada ibu pengguna Instagram. Hasil menunjukkan bahwa adanya korelasi positif yang signifikan antara perbandingan sosial dengan depresi pasca melahirkan pada ibu pengguna Instagram. Semakin tinggi tingkat *perbandingan sosial* yang dilakukan maka semakin tinggi pula risiko depresi pascamelahirkan pada ibu pengguna Instagram.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani, S., & Gazi, G. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial dan Perbandingan Sosial terhadap Kesejahteraan Subjektif Ibu Muda Pengguna Media Sosial. *TAZKIYA: Journal of Psychology*, 9(2), 122–132. <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v9i2.17540>
- Barac, N. E., & Maekawa, I. (2017). *The Role of Social Comparison Orientation in the Relationship Between Exposure to Instagram and the Emotion of Envy*. 52.
- Cox, J. L., Holden, J. M., & Sagovsky, R. (1987). Detection of Postnatal Depression: Development of the 10-item Edinburgh Postnatal Depression scale. *British Journal of Psychiatry*, 150(JUNE), 782–786. <https://doi.org/10.1192/bjp.150.6.782>
- Daehn, D., Rudolf, S., Pawils, S., & Renneberg, B. (2022). Perinatal mental health literacy: knowledge, attitudes, and help-seeking among perinatal women



- and the public – a systematic review. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 22(1), 1–22. <https://doi.org/10.1186/s12884-022-04865-y>
- Evelin, & Adishesa, M. S. (2020). Hubungan Intensitas Penggunaan Instagram dan Self-Esteem pada Remaja. *Mind Set*, 11(1), 26–36.
- Fauziah, A. R. (Universitas G. (2021). *Kecenderungan Depresi Pasca Melahirkan Pada Ibu Primipara*. 15, 14–25.
- Garcia, E. R., & Yim, I. S. (2017). A systematic review of concepts related to women's empowerment in the perinatal period and their associations with perinatal depressive symptoms and premature birth. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 17(Suppl 2). <https://doi.org/10.1186/s12884-017-1495-1>
- Haire-Joshu, D. ., & Tabak, R. (2016). Preventing Obesity Across Generations: Evidence for Early Life Intervention. . . *Annu. Rev. Public Health*, 37, 253–271.
- Karnadi, A. (2022). *Pengguna Internet di Indonesia Capai 205 Juta pada 2022*. DataIndonesia.Id. <https://dataindonesia.id/digital/detail/pengguna-internet-di-indonesia-capai-205-juta-pada-2022>
- Lutkevich, B. (2010). Social Media Ερευνητικό Προγραμμα Social Media. *Media*, 58(10), 415–417. <https://doi.org/10.1002/9781118541555.wbiepc004>
- Maclean, J., Al-Saggaf, Y., & Hogg, R. (2022). Instagram Photo Sharing and Its Relationships With Social Connectedness, Loneliness, and Well-Being. *Social Media and Society*, 8(2). <https://doi.org/10.1177/20563051221107650>
- MacPherson, A. R., Reid, M., & Dautovich, N. (2022). Examining the postpartum period through social media: A content and thematic analysis of #postpartum Instagram posts. *APA PsycNet, Psychology and popular media*.
- Mendini, M., Peter, P. C., & Maione, S. (2022). The potential positive effects of time spent on Instagram on consumers' gratitude, altruism, and willingness to donate. *Journal of Business Research*, 143, 16–26. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2022.01.046>
- Nelson, S. L., Harriger, J., Miller-Perrin, C., & Rouse, S. V. (2022). The effects of body-positive Instagram posts on body image in adult women. *Body Image*, 42, 338–346.
- Perwitasari, & Wulandari, R. P. (2022). *Dengan Dukungan Sosial (Depression Symptoms Among Pregnant Women: Prevalence and Its Association With Social Support)*. 5(2), 77–83.
- Salsabila Auliannisa, & Muhammad Ilmi Hatta. (2022). Hubungan Social Comparison dengan Gejala Depresi pada Mahasiswa Pengguna Instagram. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(2), 147–153. <https://doi.org/10.29313/jrp.v1i2.561>
- Selvan, M. S., & Retno, E. S. (2022). Pengaruh Maternal Self-Efficacy Dan Body Dissatisfaction Terhadap Kecenderungan Depresi Pascamelahirkan Ibu Primipara. *Journal of Psychosomatic Obstetrics and Gynecology*, 5(1), 15–32.
- Smorti, M., Ponti, L., & Pancetti, F. (2019). A Comprehensive Analysis of Post-partum Depression Risk Factors: The Role of Socio-Demographic, Individual,



- Relational, and Delivery Characteristics. *Frontiers in Public Health*, 7(October), 1–10.
<https://doi.org/10.3389/fpubh.2019.00295>
- Watie, E. D. S. (2016). Komunikasi dan Media Sosial (Communications and Social Media). *Jurnal The Messenger*, 3(2), 69.
<https://doi.org/10.26623/themessenger.v3i2.270>
- Yori, M., & Pamirma, E. (2020). *Hubungan Antara Paparan Media Dengan Body Image Pada Remaja Perempuan*.