



MEDIAPSI

mediapsi.ub.ac.id

Pengantar editorial MediaPsi 10 (1) 2024

Lusy Asa Akhrani

Trait rumination sebagai moderator antara stressful life events dengan depresi peripartum

Charis Pratama, & Siswanto

Peran perilaku altruisme, self-compassion, dan self-monitoring pada pendonor darah

Jala Senastri Putri, & Siti Nur Asiyah

Optimism as a Mediator for The Relationship of Self-Compassion With Subjective Well-Being of Islamic Senior High School Students in Islamic Boarding School

Triska Gustiwi, Khairunnas Rajab, Zuriatul Khairi, Masyhuri, & Khairil Anwar

Profil psikologis anak didik masyarakatan pelaku kekerasan seksual di lembaga pembinaan khusus anak

Nisrina Rofi'ah, Dessy Pramudiani, & Siti Raudhoh

Kekuatan nilai untuk melestarikan biosfer: Menguji peranan orientasi nilai terhadap perilaku berkelanjutan.

Tunjung Trihapsari, Muhammad Abdan Shadiqi, & Rendy Alfiannoor Achmad

Hubungan antara komponen kecerdasan emosional dan gaya resolusi konflik pada pernikahan Kristen

Yunita Sanjaya, Asriningrum Utami, & Elisabeth Lilis Mailool



ISSN 2477-459 (PRINT) ISSN 2549-2004 (ONLINE)
DEPARTEMEN PSIKOLOGI UNIVERSITAS BRAWIJAYA
VOLUME 10 NOMOR 1, JUNI 2024

PENANGGUNG JAWAB / DIRECTOR

Ali Mashuri Ph.D Universitas Brawijaya

KETUA REDAKSI / EDITOR IN CHIEF

Dr. Lusy Asa Akhrani, S.Psi., M.Psi.T Universitas Brawijaya

DEWAN EDITOR / EDITORIAL BOARD

Omar K. Burhan, Ph.D Universitas Brawijaya

Sofia Nuryanti, M.A Universitas Brawijaya

Fatiya Halum Husna, S.Psi., M.Psi Universitas Brawijaya

MITRA BEBESTARI / PEER-REVIEWERS

Mary Philia Elisabeth Universitas Surabaya

Ratri Nurwanti Universitas Brawijaya

Dr. Amanda Pasca Rini Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Ika Herani Universitas Brawijaya

Farhan Zakariyya Universitas Pendidikan Indonesia

Thoyyibatus Sarira Universitas Brawijaya

Luh Putu Shanti Kusumaningsih Universitas Islam Sultan Agung

Intan Rahmawati Universitas Brawijaya

Ami Widyastuti Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Rahma Fauzia Universitas Sumatera Utara

Anita Novianty Universitas Kristen Krida Wacana

Ridhoi Meilona Purba Universitas Sumatera Utara

MediaPsi merupakan terbitan berkala ilmiah yang terbit dua kali dalam setahun (Juni dan Desember) yang berusaha mengakomodasi kebutuhan untuk publikasi bagi para peneliti, dosen, dan juga praktisi psikologi. Tujuan kami adalah menjadi fasilitator diseminasi penelitian dan penerapan psikologi dalam rangka berkontribusi dalam pengembangan keilmuan dan pencerahan kepada masyarakat. Sejak tahun 2017, dengan semangat profesionalisme dan memudahkan akses jurnal ini kepada seluruh kalangan, **MediaPsi** mulai menerapkan sistem manajemen jurnal daring melalui mediapsi.ub.ac.id (e-ISSN 2549-2004). Ini berarti bahwa proses editorial dan penerbitan kami dilakukan melalui sistem daring. Terbitan versi cetak dapat tetap dilanggan dengan menghubungi kami secara langsung.

***MediaPsi** is a peer-review semi-annually journal (June and December) that accommodate the needs for publications for researchers, lecturers, and also practitioners in psychology. Our goal is to facilitate the disseminations of psychology research and practice in order to contribute in knowledge development and to provide insights for society. Since 2017, in the spirit of professionalism and making this journal more accessible to everyone, **MediaPsi** applies online journal management through mediapsi.ub.ac.id (e-ISSN 2549-2004), meaning that our editorial and publishing processes are performed in an online system/environment. Printed version, however, can be subscribed by contacting us directly.*

Departemen Psikologi

Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Brawijaya

Jalan Veteran, Malang, Jawa Timur, Indonesia, 65145 Email: mediapsi@ub.ac.id

MediaPsi

**VOLUME 10 NOMOR 1
JUNI 2024**

KATA PENGANTAR / FOREWORD

MediaPsi telah menerbitkan satu edisi untuk bulan Juni 2024 (Volume 10 Nomor 1), yang mencakup penelitian penelitian di bidang psikologi klinis, psikologi pendidikan, psikologi industri organisasi dan psikologi sosial.

Mengacu pada ketentuan akreditasi jurnal nasional di Indonesia, **MediaPsi** mulai tahun 2017 telah memiliki e-ISSN 2549-2004 dan selanjutnya akan melakukan proses editorial maupun penerbitan secara daring penuh melalui laman www.mediapsi.ub.ac.id. Berkaitan dengan hal tersebut, kami menginformasikan kepada para calon penulis **MediaPsi** untuk melakukan proses penyerahan naskah melalui laman tersebut.

Jika mengalami kendala dalam melakukan registrasi, *login*, ataupun penyerahan naskah, Anda dapat mengirimkan surel ke mediapsi@ub.ac.id. Kami akan membantu Anda dengan memberikan panduan mulai dari registrasi dan *login* sampai dengan penyerahan naskah daring.

Terima kasih kami ucapkan dan kami menunggu partisipasi aktif Anda di jurnal ini.

MediaPsi has published an issue for Juner 2024 (Volume 10 Number 1), covering studies in the field of clinical psychology, educational psychology, and social psychology.

Referring to Indonesia national journal accreditation regulation, since 2017, MediaPsi has possessed e-ISSN 2549-2004 and, consequently, will implement online editorial and publishing processes thoroughly via our website www.mediapsi.ub.ac.id. Therefore, we inform to our future authors to submit your manuscript through the website.

If you face some difficulties regarding the registration, login, or submission, you may send us an email to mediapsi@ub.ac.id and we will provide guidance and direction for you from the registration and login to the online manuscript submission.

Thank you and we are expecting your active participation in our journal.

Ketua Redaksi / *Editor in Chief*

Dr. Lusy Asa Akhrani, S.Psi., M.Psi.T

MediaPsi

VOLUME 10 NOMOR 1
JUNI 2024

DAFTAR ISI / TABLE OF CONTENT

Kata Pengantar / <i>Foreword</i>	i
Daftar Isi / <i>Table of Content</i>	ii
Pengantar editorial MediaPsi 10 (1) 2024 <i>Dr. Lusy Asa Akhrani, S.Psi., M.Psi.T</i>	152-154
Trait rumination sebagai moderator antara stressful life events dengan depresi peripartum <i>Charis Pratama, & Siswanto</i>	155-167
Peran perilaku altruisme, self-compassion, dan self-monitoring pada pendonor darah <i>Jala Senastri Putri, & Siti Nur Asiyah</i>	168-178
Optimism as a Mediator for The Relationship of Self-Compassion With Subjective Well-Being of Islamic Senior High School Students in Islamic Boarding School <i>Triska Gustiwi, Khairunnas Rajab, Zuriatul Khairi, Masyhuri, & Khairil Anwar</i>	179-190
Profil psikologis anak didik pemasyarakatan (andikpas) pelaku kekerasan seksual di lembaga pembinaan khusus anak (LPKA) <i>Nisrina Rofi'ah, Dessy Pramudiani, & Siti Raudhoh</i>	191-206
Kekuatan nilai untuk melestarikan biosfer: Menguji peranan orientasi nilai terhadap perilaku berkelanjutan. <i>Tunjung Trihapsari, Muhammad Abdan Shadiqi, & Rendy Alfiannoor Achmad</i>	207-2018
Hubungan antara komponen kecerdasan emosional dan gaya resolusi konflik pada pernikahan kristen <i>Yunita Sanjaya, Asriningrum Utami, & Elisabeth Lilis Mailool</i>	219-235
Panduan Penulis / <i>Author Guidelines</i>	
Ucapan Terima Kasih / <i>Acknowledgement</i>	

Trait rumination sebagai moderator antara stressful life events dengan depresi peripartum

Trait rumination as a moderator between stressful life events and peripartum depression

Charis Pratama¹, Siswanto¹

¹Program Studi Magister Profesi Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata

Abstract

Peripartum depression is a psychological problem that can occur due to life stressors or what is usually called a stressful life event. The dynamics of the relationship between stressful life events and peripartum depression do not occur directly, but there is the role of trait rumination, which also influences the relationship between the two. This study examines the role of the rumination trait as a moderator between stressful life events and peripartum depression. 105 research participants were recruited by an accidental sampling technique. Data collection used the Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS), Ruminative Responses Scale (RRS), and Stressful Life Event Questionnaire (SLEQ). The results of this study indicate the rumination trait can be a moderator of the role of SLE on DP, where the brooding subtype strengthens while the reflection subtype buffers. The practical implication of this research is that trait reflection as a form of adaptive trait can be formed by accustoming individuals to focusing on solving stressors rather than thinking about stressors continuously, which increasingly makes them trapped in negative affect.

Keywords: *life stressor, peripartum depression, pregnancy, postpartum, trait rumination*

Abstrak

Depresi peripartum (DP) merupakan masalah psikologis yang dapat terjadi karena adanya stresor kehidupan atau yang biasa disebut dengan *stressful life event* (SLE). Dinamika hubungan *stressful life event* (SLE) dengan depresi peripartum (DP) tidak terjadi secara langsung, melainkan terdapat peran *trait rumination* yang turut mempengaruhi keterkaitan antar keduanya. Penelitian ini bertujuan untuk menguji peran *trait rumination* sebagai moderator antara *stressful life event* (SLE) dengan depresi peripartum (DP). Partisipan penelitian sebanyak 105 orang yang direkrut dengan teknik sampling aksidental. Pengumpulan data menggunakan *Edinburgh Postnatal Depression Scale* (EPDS), *Ruminative Responses Scale* (RRS), dan *Stressful Life Event Questionnaire* (SLEQ). Hasil penelitian ini menunjukkan *trait rumination* dapat menjadi moderator peran SLE terhadap DP, di mana sub tipe *brooding* memperkuat sementara itu sub tipe *reflection* menahan. Implikasi praktis penelitian ini adalah sub tipe *trait reflection* sebagai bentuk *trait* yang adaptif dapat dibentuk dengan membiasakan individu berfokus pada penyelesaian stresor daripada memikirkan stresor secara terus menerus yang semakin membuat terjebak dalam afek negatif.

Kata kunci: *depresi peripartum, kehamilan, postnatal, stresor kehidupan, trait rumination*

MEDIAPSI, 2024, 10(1), 155-167, DOI: 10.21776/ub.mps.2024.0010.01.909

Received: 8 May 2023. Revised: 29 May 2024. Accepted: 29 May 2024. Published online: 29 Juni 2024

Handling Editor: Sofia Nuryanti, Universitas Brawijaya

*Corresponding author: Charis Pratama_charispratama97@gmail.com, Universitas Katolik Soegijapranata

E-mail: charispratama97@gmail.com



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Noncommercial 4.0 International License.

How to cite this article in accordance with the American Psychological Association (APA) 7th guidelines:

Pratama, C., & Siswanto. (2024). Trait rumination sebagai moderator antara stressful life events dengan depresi peripartum. *MediaPsi*, 10(1), 155-167. 10.21776/ub.mps.2024.0010.01.909

Pendahuluan

Depresi merupakan masalah umum yang banyak terjadi pada individu, tidak mengenal gender, usia dan situasi. Penelitian longitudinal yang dilakukan oleh Underwood dkk. (2016) menemukan terdapat prevalensi rata-rata 17% kasus depresi yang terjadi selama masa kehamilan, dan 13% untuk kasus depresi setelah melahirkan. Sebanyak 39% kasus depresi selama masa kehamilan berpotensi untuk berkembang menjadi depresi setelah melahirkan jika tidak mendapatkan penanganan yang tepat. Sementara itu, studi epidemiologi terakhir di Indonesia menunjukkan prevalensi kasus depresi peripartum (DP) sebesar 22% (Andajani-Sutjahjo, Manderson, & Astbury, 2007). Ibu yang mengalami permasalahan depresi setelah melahirkan akan mengalami kesulitan saat merawat bayi, kesulitan saat menjalankan peran sebagai ibu rumah tangga, dan bahkan ide bunuh diri karena merasa tertekan dengan banyaknya tuntutan (Barr, 2008; Sloiman dkk, 2019). Depresi peripartum (DP) dapat didefinisikan sebagai adanya episode depresi mayor yang muncul pada periode peripartum yang melingkupi seputar masa kehamilan yakni selama minggu pertama masa kehamilan hingga minggu keempat pasca kelahiran. Depresi peripartum (DP) dinilai membawa konsekuensi serius baik bagi ibu dan janin yang dikandung.

Selain menimbulkan masalah pada ibu yang sedang mengandung, depresi yang terjadi selama masa kehamilan berdampak pada kesejahteraan keluarga, serta membawa dampak negatif pada perkembangan pada janin yang dikandung (Goodman, 2019). Beberapa dampak negatif depresi ibu selama masa kehamilan terhadap kesehatan janin antara lain: kelahiran prematur, berat badan bayi yang rendah, dan kelainan plasenta yang menyebabkan terganggunya gizi janin (Field, 2017). Berdasarkan penelitian sebelumnya DP dapat meningkat dengan adanya beberapa faktor risiko seperti masalah ekonomi, kehamilan yang tidak diinginkan, konflik dengan pasangan dan kurangnya dukungan sosial (Alhusen & Alvarez, 2016; Takegata, Ohashi, Lazarus, & Kitamura 2017).

Tekanan hidup atau yang disebut sebagai *stressful life event* (SLE) dapat dialami oleh setiap individu, termasuk oleh ibu yang berada pada masa peripartum. SLE merupakan peristiwa kehidupan yang menyebabkan individu mengalami reaksi stres tanpa adanya proses penilaian atas stresor yang dialami, sehingga seringkali disebut sebagai pandangan stres yang berdasar pada pengalaman objektif (Gaol, 2016). Beberapa contoh SLE misalnya seperti peristiwa perceraian, dipecat dari pekerjaan, kematian pasangan atau orang yang dicintai, mengalami keguguran, dan lain sebagainya. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa SLE dapat berperan sebagai faktor risiko penyebab terjadinya gejala depresi pada individu (Dagher dkk., 2021; Catanzariti, Watson, Oehmen, MacMillan, & Galbally, 2022; Field, 2017; Ward, Kanu, & Robb, 2017). Tekanan hidup dinilai memainkan peranan penting terhadap berkembangnya gejala depresi, semakin besar tekanan hidup yang dialami oleh individu maka risiko individu gagal melakukan penyesuaian juga semakin besar yang kemudian dapat memunculkan gejala depresi.

Selain dapat disebabkan oleh adanya tekanan hidup, *trait rumination* juga berperan dalam berkembangnya gejala depresi. Istilah *trait rumination* merujuk pada gaya merespon (*response style*) individu yang repetitif berfokus pada pengalaman depresi, dimana simtom, penyebab, pemaknaan, dan konsekuensi menjadi tema pikiran yang terus-menerus diulang (Nolen-Hoeksema, 1991; Yusiany, 2017). Penelitian yang dilakukan oleh Stange dkk (2014) menemukan bahwa individu dapat memiliki faktor risiko depresi yakni gaya berpikir

ruminative yang menyebabkan individu berfokus pada afek negatif tanpa melakukan strategi *coping*. Pada studi meta analisis, *trait rumination* terbagi dalam beberapa sub tipe yakni *brooding* dan *reflection* dapat menjelaskan lebih spesifik mengenai korelasi masing-masing sub tipe *trait rumination* dengan depresi (Olatunji, Naragon-Gainey, & Woltizky-Taylor, 2013). Sub tipe *brooding* dideskripsikan sebagai kecenderungan individu untuk terjebak pada repetisi afek negatif dari stresor kehidupan yang kemudian meningkatkan afek negatif dan jika individu tidak dapat terlepas dari repetisi afek negatif tersebut maka akan dapat memperparah gejala depresi (Nolen-Hoeksema, 1991). Sementara itu, sub tipe *reflection* merupakan sub tipe yang bersifat adaptif yang membawa individu pada pemecahan masalah sehingga tidak terlalu berfokus pada afek negatif (Burwell & Shirk, 2007; Whitmer & Gotlib, 2011; Satyshur dkk, 2018).

Penelitian mengenai variabel *ruminaton*, SLE dan depresi menunjukkan temuan yang beragam. Dalam penelitian sebelumnya ditemukan bahwa *ruminaton* memediasi hubungan antara SLE dengan simtom depresi dan kecemasan pada sampel dewasa. Penelitian ini memandang bahwa kejadian yang penuh tekanan dapat membawa individu pada *ruminaton* mengenai bagaimana langkah untuk mengatasi tekanan yang ada (Michl dkk, 2013; Ruscio dkk, 2015). Sementara itu penelitian yang dilakukan oleh Connolly dan Alloy (2017) menunjukkan bahwa *stress-reactive rumination* (SRR) memoderasi efek stres dalam memprediksi peningkatan gejala depresi. Dalam hal ini *ruminaton* dipandang bukan sebagai akibat dari adanya tekanan melainkan sebagai adanya perbedaan individu dalam merespon afek negatif.

Individu yang berada pada kondisi gagal dalam penyesuaian mengalami banyak tekanan kehidupan yang berkorelasi dengan timbulnya gejala depresi (Reyes-Rodríguez dkk, 2013). Nevid, Rathus, dan Greene, (2018) mengungkapkan beberapa gejala depresi yaitu ketidakmampuan untuk merasakan kesenangan, tidak memiliki motivasi dan semangat untuk beraktivitas, perlambatan motorik baik saat berbicara maupun saat bergerak, gangguan pola tidur, dan kesulitan memusatkan konsentrasi. Terdapat adanya peran perbedaan individual yang memainkan peran dalam berkembangnya gejala depresi yakni adanya *trait rumination* (Yusiany, 2017; Shaleha, Yusiany, & Herani (2018).

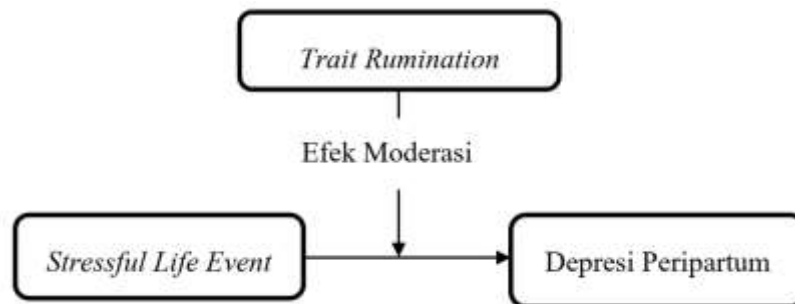
Teori *response style* memandang bahwa *trait rumination* merupakan seperangkat pola individu dalam berperilaku, maka *trait rumination* individu dapat berbeda antara satu individu dengan individu lainnya, hal ini sangat dipengaruhi dari pengalaman belajar yang diterima oleh individu saat berhadapan dengan stresor yang menimbulkan afek negatif (Nolen-Hoeksema, 1991). Respons *ruminaton* individu bukan diakibatkan oleh adanya stresor, melainkan respons tersebut merupakan kecenderungan individu yang dalam merespons (*response style*) afek negatif yang bersifat menetap (Connolly & Alloy, 2017). Karena bersifat stabil dan menetap, *trait rumination* dapat mempengaruhi bagaimana individu memaknai SLE. Beberapa orang yang merasakan emosi negatif seperti kesedihan cenderung berfokus pada emosi yang dirasakan tanpa melakukan mekanisme *coping* yang adaptif, akibatnya individu dapat terjebak pada afek negatif (Nolen-Hoeksema, 2020). Berdasarkan hasil penelitian analisis faktor ditemukan terdapat dua sub tipe *trait rumination* yakni *brooding* dan *reflection* (Treyner, Gonzalez & Nolen-Hoeksema, 2003; Schoofs, Hermans, & Raes, 2010). Kedua sub tipe tersebut memiliki dinamika yang berbeda dalam relasinya dengan gejala depresi (Whitmer & Gotlib, 2011). Sub tipe *brooding* dapat didefinisikan sebagai kecenderungan individu untuk memandang tekanan atau distres yang dialaminya dengan cara mengkritik diri sendiri, hal ini dapat memperparah gejala depresi pada individu. Individu yang memiliki *trait brooding*

seringkali terus menerus melakukan repetisi atas afek negatif yang dialami tanpa adanya pemecahan masalah. Sementara itu subtype *reflection* dapat didefinisikan sebagai adanya aktivitas pikiran yang bertujuan yang mengarah untuk terlibat dalam pemecahan masalah agar terlepas dari afek negatif, subtype *reflection* dinilai adaptif dan melindungi individu dari berkembangnya gejala depresi (Treyner, Gonzalez & Nolen-Hoeksema, 2003; Alleva dkk, 2014).

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan SLE tidak berkaitan dengan timbulnya respons *rumination*, karena *trait rumination* merupakan kecenderungan kepribadian yang bersifat personal yang sangat berkaitan dengan perbedaan individu. Adanya perbedaan ini diduga dapat mempengaruhi besar kecilnya, kuat lemahnya, dan arah peranan SLE terhadap DP. SLE ini dapat saja berkaitan kuat atau lemah dengan gejala DP tergantung dari subtype *trait rumination* baik itu *brooding* ataupun *reflection*. Sehingga hipotesis mayor yang diajukan dalam penelitian ini adalah *trait rumination* berperan sebagai moderator antara SLE dengan DP. Sementara hipotesis minor yang diajukan adalah 1) subtype *brooding rumination* berperan memperkuat hubungan antara SLE terhadap DP dan 2) subtype *reflection rumination* sebagai penahan (*buffer*) hubungan antara SLE terhadap DP. Kerangka penelitian dapat dilihat pada gambar 1.

Gambar 1.

Skema Hubungan Antara Variabel



Metode

Partisipan dan desain penelitian

Penelitian kuantitatif dengan desain korelasional dilakukan untuk menguji kemampuan *trait rumination* dalam memoderasi peran *stressful life event* (SLE) terhadap depresi peripartum (DP). Variabel terikat penelitian ini adalah depresi peripartum (DP), variabel bebas penelitian ini adalah *stressful life event* (SLE), dan *trait rumination* yang terbagi dalam dua subtype (*brooding* dan *reflection*) menjadi moderator dalam penelitian ini. Adapun pertanyaan penelitiannya adalah “Apakah *trait rumination* mampu memoderasi arah, kuat atau lemahnya peranan SLE terhadap DP?”.

Kriteria partisipan adalah individu yang berada dalam masa peripartum yang meliputi masa kehamilan bulan pertama hingga minggu keempat setelah melahirkan yang berada dalam wilayah kerja Puskesmas Ambarawa, Bawen, dan Bringin. Pengambilan sampel dilakukan

dengan cara aksidental pada calon partisipan yang memeriksakan diri di tenaga kesehatan bidan setempat. Sebanyak 119 partisipan melengkapi kuesioner namun hanya sebanyak 105 partisipan yang datanya dapat dianalisis, dikarenakan sebanyak 14 partisipan datanya tidak dapat dikategorikan pada subtipe *brooding* maupun *reflection*, karena memiliki skor *subtipe brooding* dan *reflection* yang sama.

Prosedur dan pengukuran

Pelaksanaan penelitian dilakukan dengan menyebarkan skala cetak secara langsung pada partisipan penelitian. Sebelum menyebarkan skala, peneliti mengurus kelayakan etik penelitian pada Komisi Etik Penelitian Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata dan telah mendapatkan persetujuan untuk melakukan penelitian. Sebelum mengisi skala, partisipan diberikan penjelasan mengenai penelitian yang sedang dilakukan yang dijelaskan dalam lembar pengantar. Kemudian partisipan diminta menyatakan kesanggupannya dalam lembar *informed consent* sebelum mengisi skala.

Instrumen yang digunakan untuk mengukur depresi peripartum (DP) adalah Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) yang diadaptasi dalam Bahasa Indonesia oleh Chairunnisa dan Fourianalistyawati (2019). Skala ini terdiri dari sepuluh butir untuk menelusuri adanya gejala depresi dalam seminggu terakhir yang direspons dengan model Likert dengan empat pilihan jawaban yang bervariasi. Contoh butir aitem: “*Saya merasa sedih atau sengsara*” dan “*Pikiran untuk menyakiti diri saya sendiri telah muncul dalam diriku*”. Koefisien reliabilitas EPDS pada penelitian ini adalah $\alpha=.758$.

Instrumen yang digunakan untuk mengukur *trait rumination* adalah Ruminative Responses Scale (RRS) yang diadaptasi dalam Bahasa Indonesia oleh Yusiany (2017). Skala ini mengukur baik *trait brooding* maupun *reflection* yang masing-masing *trait* berjumlah 5 butir. Skala ini menggunakan model Likert 1 (Tidak Pernah) hingga 4 (Selalu). Contoh butir aitem: “*Saat sedang sedih dan tertekan, saya berpikir, “Apa yang dapat saya lakukan untuk menerima ini?”*” dan “*Saat sedang sedih dan tertekan, saya pergi ke suatu tempat dan menyendiri untuk memikirkan apa yang saya rasakan*”. Koefisien reliabilitas pada penelitian ini adalah $\alpha=.811$. Agar mempermudah dalam proses analisis data peneliti menyajikan data hasil pengisian instrumen RRS menjadi data dikotomi, partisipan yang dominan subtipe *brooding* diberi kode 1 dan partisipan yang dominan subtipe *reflection* diberi kode 2.

Instrumen yang digunakan untuk mengukur *stressful life event* (SLE) adalah Stressful Life Event Questionnaire (SLEQ) yang dikembangkan oleh Roohafza dkk. (2011). Skala ini terdiri dari 46 *item* yang mengukur sebelas domain stresor kehidupan. Skala ini menggunakan model Likert 1 (Tidak Pernah) hingga 6 (Sangat Berat). Contoh butir pada penelitian ini adalah “*Kematian orang tua, pasangan atau saudara kandung*” dan “*Kehamilan yang tidak diinginkan*”. Koefisien reliabilitas pada penelitian ini adalah $\alpha=.958$.

Analisis variabel moderator dilakukan melalui teknik *Moderated Regression Analysis* (MRA) menggunakan macro PROCESS SPSS. Dalam penelitian ini variabel moderator berbentuk data dikotomi sedangkan variabel bebas dan variabel terikat berbentuk data skala. Model uji moderasi yang diujikan adalah model 1. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan *bootstrapping* (10.000 *resample*) sehingga tidak mensyaratkan pemenuhan uji asumsi (Hayes, 2017).

Hasil

Uji regresi linier sederhana

Uji regresi linier sederhana dilakukan untuk mengetahui peran variabel *stressful life event* (SLE) terhadap depresi peripartum (DP) tanpa adanya peran variabel moderator. Hasil uji regresi linier sederhana menunjukkan adanya peran yang signifikan variabel *stressful life event* (SLE) dalam memprediksi depresi peripartum (DP), $b=.034$, $p<.01$. SLE menjelaskan sebesar 5% variabel DP, sisanya sebesar 95% dijelaskan oleh faktor lain.

Uji hipotesis mayor

Setelah dilakukan uji regresi linier sederhana, selanjutnya dilakukan uji *Moderated Regression Analysis* (MRA) untuk mengetahui peran *trait rumination* dalam memoderasi SLE terhadap DP. Hasil analisis menunjukkan interaksi variabel SLE dengan *trait rumination* menjelaskan sebesar 5,8% varians variabel DP, sisanya sebesar 94,2% dijelaskan prediktor lain, $F(3,101)=6.429$, $p<.01$. Dengan dilibatkannya variabel moderator peran variabel bebas terhadap variabel terikat dapat dijelaskan dengan lebih baik, hal ini ditunjukkan dengan adanya sumbangan efektif yang lebih besar pada interaksi variabel bebas dengan variabel moderator jika dibandingkan uji regresi linier sederhana tanpa melibatkan variabel moderator. Hasil uji moderasi menunjukkan variabel moderator *trait rumination* signifikan dalam memoderasi peran SLE terhadap DP, $b=-.055$, $p<.05$.

Uji hipotesis minor

Hasil temuan *conditional effect* dalam uji moderasi menunjukkan tiap sub tipe *trait rumination* yakni *brooding* dan *reflection* menunjukkan efek moderasi yang berbeda dalam memoderasi peran SLE terhadap DP. Pada kelompok sub tipe *trait brooding*, SLE menunjukkan peran yang signifikan terhadap DP, $b=.057$, $SE=.13$, $t=4.383$, $p<.01$, $CI=.031-.083$. Pada kelompok *trait reflection*, SLE memiliki peran yang tidak signifikan terhadap DP, $b=.002$, $SE=.16$, $t=.119$, $p>.05$, $CI=-.031-.034$. Dengan demikian dapat disimpulkan sub tipe *trait brooding* memperkuat peran SLE terhadap DP, sementara sub tipe *trait reflection* sebagai penahan (*buffer*) peran SLE terhadap DP. Dalam penelitian ini variabel moderator dapat mempengaruhi kuat dan besarnya peran SLE terhadap DP. Hasil uji moderasi dapat dilihat pada Tabel 1. Gambaran efek variabel moderasi dapat dilihat pada Gambar 2.

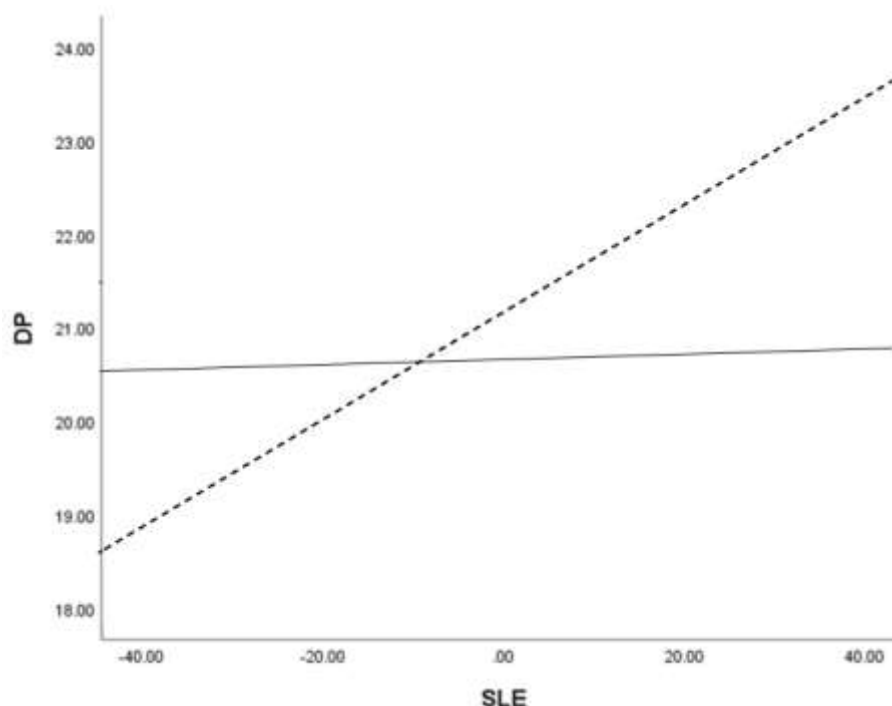
Tabel 1.

Hasil uji *Moderated Regression Analysis* (MRA)

<i>Prediktor</i>	<i>b</i>	<i>SE</i>	<i>T</i>	<i>Sig.</i>
(Constant)	21.612	1.174	18.431	.000
<i>Stressful Life Event</i>	.113	.031	3.652	.000
<i>Trait Rumination</i>	-.519	.849	.611	.543
<i>Stressful Life Event</i> × <i>Trait Rumination</i>	-.055	.021	-2.643	.010

Gambar 2.

Gambaran Efek Variabel Moderator Trait Rumination dalam Memoderasi Peranan Stressful Life Event (SLE) terhadap Depresi Peripartum (DP)



Keterangan. Garis putus-putus menunjukkan peran sub tipe *brooding*, sementara garis lurus menunjukkan peran sub tipe *reflection*.

Diskusi

Hipotesis mayor yang diajukan dalam penelitian ini diterima, *trait rumination* dapat berperan sebagai variabel moderator peran *stressful life event* (SLE) terhadap depresi peripartum (DP). Hubungan antara SLE dengan DP tidak terjadi secara langsung, melainkan terdapat variabel lain yakni *trait rumination* yang turut mempengaruhi dinamika hubungan antara SLE dengan DP. Penelitian ini memperbaharui temuan penelitian yang dilakukan oleh Connolly dan Alloy (2017), dimana penelitian ini mengkaji konteks depresi dalam kaitannya individu yang berada pada masa peripartum. Masa peripartum merupakan masa yang melibatkan perubahan yang besar dan kompleks yang menuntut ibu menyesuaikan dengan perubahan yang terjadi yang meliputi peran sosial, interpersonal, dan relasi. Berkembang atau tidaknya suatu kondisi depresi peripartum sangat dipengaruhi oleh cara individu dalam memproses stresor dalam tataran kognitif (Moulds dkk, 2018; Nolen-Hoeksema, 1991).

Hipotesis minor yang diajukan juga diterima dimana sub tipe *brooding* berperan memperkuat, sementara sub tipe *reflection* sebagai penahan (*buffering*) peran SLE terhadap DP.

Pada kelompok sub tipe *brooding* peran SLE terhadap DP diperkuat, hal ini berarti semakin tinggi gaya merespons individu yang terjebak dalam afek negatif dan kritik diri yang berlebihan maka efek dari SLE terhadap DP dapat diperkuat. Namun pada kelompok sub tipe *reflection* ditemukan adanya peran yang tidak signifikan SLE terhadap DP. Hasil penelitian menemukan *trait reflection* berperan sebagai penahan agar banyaknya tekanan tidak membawa individu pada gejala depresi. Disamping dapat berperan melindungi individu dari dampak stresor *trait reflection* juga berperan memperbaiki gejala depresi karena individu berusaha aktif untuk menerapkan strategi *coping* untuk mengatasi tekanan. Temuan tersebut memperluas model benteng stres (*stress-buffering model*) yang dikemukakan oleh Aneshensel dan Stone (1982) yang menyatakan bahwa dukungan sosial sebagai penahan efek negatif dari stresor terhadap depresi. Dengan demikian dapat dikatakan sub tipe *reflection* bersifat lebih adaptif dibandingkan dengan sub tipe *brooding* yang maladaptif karena membuat individu terjebak dalam afek negatif, hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Zareian, Wilson, dan LeMoult (2021).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Moulds dkk (2018) dan Yusiany (2017) yang menemukan bahwa gaya berpikir repetitif negatif yakni sub tipe *trait brooding* dinilai sebagai faktor risiko kognitif yang dapat meningkatkan episode depresi pada masa peripartum. *Trait brooding* seringkali membawa individu pada kritik diri yang berlebihan atas adanya peristiwa negatif tanpa disertai mekanisme *coping* yang adaptif, hal ini menyebabkan individu mengalami afek negatif yang membawa pada episode depresi (Shaleha, Yusiany, & Herani, 2018). Seringkali individu yang memiliki *trait brooding* tidak mampu menyikapi stresor kehidupan secara adaptif, hal ini dikarenakan individu terus-menerus berfokus pada kejadian stresor yang menyebabkan afek negatif. Individu bahkan seringkali merasa tidak berdaya dengan adanya stresor kehidupan karena tidak berupaya untuk menyelesaikan stresor secara adaptif. Hal ini sejalan dengan teori *respons style* yang memandang bahwa gaya individu untuk berpikir *ruminative* dengan berfokus pada emosi negatif merupakan hal yang bersifat stabil dan cenderung menetap, hal ini semakin membuat episode depresi individu menjadi lebih panjang (Nolen-Hoeksema, 1991).

Nolen-Hoeksema, Wisco, dan Lyubomirsky (2008) menegaskan *brooding rumination* bersifat repetitif, berfokus pada penyebab stresor, pemaknaan, dan dampak dari stresor yang dinilai sebagai prediktor munculnya gejala depresi. Dalam konteks masa peripartum, saat individu mengandung hingga melahirkan merupakan masa-masa dimana individu dituntut untuk melakukan penyesuaian atas peran baru sebagai seorang ibu. Disamping stresor dalam menyesuaikan diri terhadap peran baru, sangat dimungkinkan terdapat adanya stresor lain yang timbul. Sejalan dengan penelitian sebelumnya ditemukan stresor relasi sosial, finansial, dan kesehatan fisik yang terjadi secara terus menerus berkaitan dengan munculnya gejala DP (Ward, Kanu, & Robb, 2017; Field, 2017). Lebih lanjut, penelitian yang dilakukan oleh Barnum, Woody dan Gibb (2013) menemukan bahwa *brooding rumination* dinilai sebagai prediktor yang mempengaruhi muncul dan menetapnya gejala depresi selama masa kehamilan hingga dua bulan setelah persalinan. *Brooding rumination* dinilai sebagai prediktor yang kurang menguntungkan bagi individu, hal ini dikarenakan individu dapat merespons stresor dengan berfokus dan terjebak pada emosi negatif yang diakibatkan oleh stresor yang terus menerus dipikirkan. Buruknya kemampuan dalam merespons stresor secara adaptif menyebabkan individu gagal untuk melakukan penyesuaian atas stresor dan memunculkan gejala depresi. Kenyataan tersebut diperkuat oleh temuan dalam penelitian ini dimana sub tipe *brooding rumination* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan gejala DP.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Conolly dan Alloy (2017) yang menemukan bahwa *state rumination* memoderasi efek stres dalam memprediksi gejala depresi. Pemaknaan terhadap stresor merupakan hal yang penting, namun

cara individu dalam memproses stresor dalam tataran kognitif dinilai sebagai faktor kunci apakah individu mampu menyesuaikan stresor atau terjebak dalam afek negatif yang membawa pada munculnya gejala depresi. *Trait rumination* memainkan peranan bagi individu dalam memproses stressor yang dihadapinya, individu yang memiliki kecenderungan sub tipe *brooding* yang dominan akan sulit dalam mengatasi gejala distres yang dialaminya karena memiliki gaya berpikir yang maladaptif yang sulit untuk melakukan *problem-solving*.

Trait reflection disebut sebagai sub tipe *rumination* yang bersifat adaptif karena individu berfokus untuk memecahkan masalah agar tidak terjebak dalam afek negatif. Hasil penelitian ini menunjukkan pada kelompok sub tipe *trait reflection* peran SLE terhadap DP ditemukan tidak signifikan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyebutkan bahwa *trait reflection* dinilai sebagai bentuk yang lebih adaptif dibandingkan dengan *trait brooding* yang menyebabkan individu terjebak dalam afek negatif (Barnum, Woody & Gibb, 2013). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Burwell dan Shirk (2007) yang menemukan *reflection* berhubungan dengan strategi *coping* yang ditujukan untuk mengubah stressor atau untuk merestrukturisasi kognitif individu dalam memandang stressor. Melalui strategi *coping* yang dilakukan oleh individu maka sangat dimungkinkan individu dapat melakukan penyesuaian atas stresor yang dihadapinya dan menghindarkan diri dari kegagalan dalam penyesuaian yang memunculkan masalah psikologis (Suri & Vaidya, 2015).

Strategi *coping* membawa individu pada penyesuaian diri atas tekanan lingkungan dan mencegah kondisi *maladjustment*. Temuan dalam penelitian ini menunjukkan sub tipe *reflection* berkaitan dengan *problem solving* agar mampu keluar dari afek negatif. Dalam hal tersebut kemampuan dan upaya individu untuk melakukan *problem solving* dinilai sebagai strategi *coping* yang berfokus pada masalah untuk menyesuaikan diri dengan stresor lingkungan. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wang, Chang dan Hsu (2020) yang menemukan bahwa tanpa adanya strategi *coping* yang aktif baik yang berfokus pada emosi maupun yang berfokus pada pemecahan masalah maka individu akan semakin terjebak pada perenungan atas stresor dan afek negatif, hal ini semakin memperparah episode depresi pada individu.

Penelitian ini dapat menjelaskan peran SLE terhadap DP yang hubungan kedua variabel tersebut dipengaruhi oleh adanya variabel lain yakni *trait rumination*. Akan tetapi penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, cakupan masa peripartum dinilai terlalu luas karena baik selama masa kehamilan maupun masa pasca kelahiran tentunya terdapat perbedaan dinamika psikologis yang unik. Kedua, data demografi (usia, pendidikan, pekerjaan, pengalaman kehamilan sebelumnya) yang mempengaruhi dinamika penelitian tidak dijelaskan dengan baik. Selain memberikan informasi mengenai keragaman partisipan data demografi dinilai turut memberikan dinamika temuan penelitian yang bervariasi.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi tenaga kesehatan mental dalam menangani permasalahan depresi pada masa peripartum. Sesuai hasil penelitian ini yang menemukan *trait reflection* sebagai bentuk *trait* yang adaptif karena berfokus untuk melakukan mekanisme *coping* yang adaptif sehingga tidak membuat episode depresif semakin panjang. Tenaga kesehatan mental dapat membantu individu dalam melepaskan diri dari afek negatif dengan mengajak mencari penyelesaian atas stresor yang dihadapi. Dengan membantu individu mencari solusi atas permasalahannya, diharapkan individu tidak terjebak dalam afek negatif yang semakin memperpanjang dan memperkuat gejala depresi. Individu perlu membiasakan diri tidak memikirkan stresor secara terus menerus melainkan berfokus pada penyelesaian. Dengan adanya perilaku yang dibiasakan maka sangat dimungkinkan individu dapat mengembangkan *trait reflection* sebagai bentuk *trait* yang adaptif.

Kesimpulan

Temuan penelitian menunjukkan hipotesis mayor yang diajukan diterima, *trait rumination* signifikan dalam memoderasi peranan *stressful life event* (SLE) terhadap depresi peripartum (DP). Kedua hipotesis minor yang diajukan peneliti juga diterima, dimana peran *trait rumination* sebagai moderator ditemukan bervariasi bergantung pada subtipe *trait rumination* yang dimiliki oleh individu. Pada kelompok subtipe *brooding* SLE menunjukkan peran yang signifikan terhadap peningkatan DP. Sementara itu pada kelompok subtipe *reflection* peran SLE terhadap DP ditemukan tidak signifikan. Dengan demikian dapat dikatakan peran *trait rumination* sebagai variabel moderator berperan merubah kuat dan besarnya peran SLE terhadap DP, dimana subtipe *brooding* memperkuat hubungan dan subtipe *reflection* berperan sebagai penahan (*buffer*) hubungan SLE dengan DP.

Referensi

- Alhusen, J. L., & Alvarez, C. (2016). Perinatal depression: A clinical update. *The Nurse Practitioner*, 41(5), 50-55. [10.1097/01.NPR.0000480589.09290.3e](https://doi.org/10.1097/01.NPR.0000480589.09290.3e).
- Alleva, J., Roelofs, J., Voncken, M., Meevissen, Y., & Alberts, H. (2014). On the relation between mindfulness and depressive symptoms: Rumination as a possible mediator. *Mindfulness*, 5(1), 72-79. <https://link.springer.com/article/10.1007/s12671-012-0153-y>.
- Andajani-Sutjahjo, S., Manderson, L., & Astbury, J. (2007). Complex emotions, complex problems: understanding the experiences of perinatal depression among new mothers in urban Indonesia. *Culture, Medicine and Psychiatry*, 31(1), 101-122. <https://link.springer.com/article/10.1007/s11013-006-9040-0>.
- Aneshensel, C. S., & Stone, J. D. (1982). Stress and depression: A test of the buffering model of social support. *Archives of General Psychiatry*, 39(12), 1392-1396.
- Barr, J. A. (2008). Postpartum depression, delayed maternal adaptation, and mechanical infant caring: A phenomenological hermeneutic study. *International journal of nursing studies*, 45(3), 362-369. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2006.10.002>.
- Barnum, S. E., Woody, M. L., & Gibb, B. E. (2013). Predicting changes in depressive symptoms from pregnancy to postpartum: The role of brooding rumination and negative inferential styles. *Cognitive Therapy and Research*, 37(1), 71-77. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10608-012-9456-5>.
- Beck, A. T., & Alford, B. A. (2009). *Depression: Causes and treatment*. Philadelphia. University of Pennsylvania Press.
- Burwell, R. A., & Shirk, S. R. (2007). Subtypes of rumination in adolescence: Associations between brooding, reflection, depressive symptoms, and coping. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 36(1), 56-65. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/15374410709336568>.
- Catanzariti, G., Watson, S., Oehmen, R., MacMillan, K., & Galbally, M. (2022). Stressful life events and depression in late pregnancy: Comparison between rural and metropolitan women using data from an Australian cohort study. *The Australian Journal of Rural Health*, 30(1), 1-10. <https://doi.org/10.1111/ajr.12838>.

- Chairunnisa, A., & Fourianalistyawati, E. (2019). Peran self-compassion dan spiritualitas terhadap depresi pada ibu hamil. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 6(1), 14-36. <https://publication.k-pin.org/index.php/jpu/article/view/83>.
- Connolly, S. L., & Alloy, L. B. (2017). Rumination interacts with life stress to predict depressive symptoms: An ecological momentary assessment study. *Behaviour Research and Therapy*, 97(2017), 86-95. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2017.07.006>.
- Dagher, R. K., Bruckheim, H. E., Colpe, L. J., Edwards, E., & White, D. B. (2021). Perinatal depression: Challenges and opportunities. *Journal of Women's Health*, 30(2), 154-159. <https://www.liebertpub.com/doi/full/10.1089/jwh.2020.8862>.
- Durand, V. M., & Barlow, D. H. (2013). *Essentials of Abnormal Psychology: 6th edition*. USA. Wadsworth, Cengage Learning.
- Field, T. (2017). Prenatal depression risk factors, developmental effects and interventions: a review. *Journal of Pregnancy and Child Health*, 4(1), 1-25. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5502770/>.
- Gaol, N. T. L. (2016). Teori stres: Stimulus, respons, dan transaksional. *Buletin Psikologi*, 24(1), 1-11. <https://journal.ugm.ac.id/buletinpsikologi/article/view/11224>.
- Goodman, J. H. (2019). Perinatal depression and infant mental health. *Archives of Psychiatric Nursing*, 33(3), 217-224. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2019.01.010>.
- Hayes, A. F. (2017). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. New York. Guilford publications.
- Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11(2), 213-218. [https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/0022-3999\(67\)90010-4](https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/0022-3999(67)90010-4).
- Kring, A. M., & Johnson, S. L. (2018). *Abnormal psychology: The science and treatment of psychological disorders: 14th edition*. USA. John Wiley & Sons.
- Michl, L. C., McLaughlin, K. A., Shepherd, K., & Nolen-Hoeksema, S. (2013). Rumination as a mechanism linking stressful life events to symptoms of depression and anxiety: Longitudinal evidence in early adolescents and adults. *Journal of Abnormal Psychology*, 122(2), 339-352. <https://doi.apa.org/doi/10.1037/a0031994>.
- Moulds, M. L., Black, M. J., Newby, J. M., & Hirsch, C. R. (2018). Repetitive negative thinking and its role in perinatal mental health. *Psychopathology*, 51(2018), 161-166. <https://www.karger.com/Article/Abstract/488114>.
- Nolen-Hoeksema, S. (1991). Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(4), 569. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/1757671/>.
- Nolen-Hoeksema, S. (2020). *Abnormal psychology (8th edition)*. New York. McGraw Hill Education.

- Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B. E., & Lyubomirsky, S. (2008). Rethinking rumination. *Perspectives on psychological science*, 3(5), 400-424. <https://wiscolab.wp.uncg.edu/wp-content/uploads/2014/08/Nolen-Hoeksema-Wisco-Lyubomirsky-2008.pdf>.
- Olatunji, B. O., Naragon-Gainey, K., & Wolitzky-Taylor, K. B. (2013). Specificity of rumination in anxiety and depression: A multimodal meta-analysis. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 20(3), 225. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/h0101719>.
- Paschetta, E., Berrisford, G., Coccia, F., Whitmore, J., Wood, A. G., Pretlove, S., & Ismail, K. M. (2014). Perinatal psychiatric disorders: An overview. *American Journal of Obstetrics and Gynecology*, 210(6), 501-509. <https://doi.org/10.1016/j.ajog.2013.10.009>.
- Reyes-Rodríguez, M. L., Rivera-Medina, C. L., Cámara-Fuentes, L., Suárez-Torres, A., & Bernal, G. (2013). Depression symptoms and stressful life events among college students in Puerto Rico. *Journal of Affective Disorders*, 145(3), 324-330. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2012.08.010>.
- Roohafza, H., Ramezani, M., Sadeghi, M., Shahnam, M., Zolfagari, B., & Sarafzadegan, N. (2011). Development and validation of the stressful life event questionnaire. *International Journal of Public Health*, 56(4), 441-448. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21327856/>.
- Ruscio, A. M., Gentes, E. L., Jones, J. D., Hallion, L. S., Coleman, E. S., & Swendsen, J. (2015). Rumination predicts heightened responding to stressful life events in major depressive disorder and generalized anxiety disorder. *Journal of Abnormal Psychology*, 124(1), 17. <https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037%2F0893-9890.124.1.17>.
- Satyshur, M. D., Layden, E. A., Gowins, J. R., Buchanan, A., & Gollan, J. K. (2018). Functional connectivity of reflective and brooding rumination in depressed and healthy women. *Cognitive, Affective, & Behavioral Neuroscience*, 18(5), 884-901. <https://link.springer.com/article/10.3758/s13415-018-0611-7>.
- Schoofs, H., Hermans, D., & Raes, F. (2010). Brooding and reflection as subtypes of rumination: Evidence from confirmatory factor analysis in nonclinical samples using the Dutch Ruminative Response Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 32(4), 609-617. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10862-010-9182-9>.
- Shaleha, R. R. A., Al Yusainy, C., & Herani, I. (2018). The mind anchor: Peran trait rumination dalam struktur pengalaman afektif. *Mediapsi*, 4(1), 47-55. <https://mediapsi.ub.ac.id/index.php/mediapsi/article/view/104>.
- Slomian, J., Honvo, G., Emonts, P., Reginster, J. Y., & Bruyère, O. (2019). Consequences of maternal postpartum depression: A systematic review of maternal and infant outcomes. *Women's Health*, 15(1), 1-55. <https://doi.org/10.1177%2F1745506519844044>.

- Stange, J. P., Hamilton, J. L., Abramson, L. Y., & Alloy, L. B. (2014). A vulnerability-stress examination of response styles theory in adolescence: Stressors, sex differences, and symptom specificity. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 43(5), 813-827. <https://doi.org/10.1080/15374416.2013.812037>.
- Suri, D., & Vaidya, V. A. (2015). The adaptive and maladaptive continuum of stress responses—a hippocampal perspective. *Reviews in the Neurosciences*, 26(4), 415-442. <https://doi.org/10.1515/revneuro-2014-0083>.
- Takegata, M., Ohashi, Y., Lazarus, A., & Kitamura, T. (2017). Cross-national differences in psychosocial factors of perinatal depression: A systematic review of India and Japan. *Healthcare*, 5(4), 91-112. <https://www.mdpi.com/2227-9032/5/4/91>.
- Treynor, W., Gonzalez, R., & Nolen-Hoeksema, S. (2003). Rumination reconsidered: A psychometric analysis. *Cognitive Therapy and Research*, 27(3), 247-259. <https://link.springer.com/article/10.1023/A:1023910315561>.
- Underwood, L., Waldie, K., D'Souza, S., Peterson, E. R., & Morton, S. (2016). A review of longitudinal studies on antenatal and postnatal depression. *Archives of Women's Mental Health*, 19(5), 711-720. <https://link.springer.com/article/10.1007/s00737-016-0629-1>.
- Vollmayr, B., & Gass, P. (2013). Learned helplessness: unique features and translational value of a cognitive depression model. *Cell and Tissue Research*, 354(1), 171-178. <https://link.springer.com/article/10.1007/s00441-013-1654-2>.
- Wang, A. W. T., Chang, C. S., & Hsu, W. Y. (2021). The double-edged sword of reflective pondering: The role of state and trait reflective pondering in predicting depressive symptoms among women with breast cancer. *Annals of Behavioral Medicine*, 55(4), 333-344. <https://academic.oup.com/abm/article/55/4/333/5894600>.
- Ward, T.S, Kanu, F. A., & Robb, S. W. (2017). Prevalence of stressful life events during pregnancy and its association with postpartum depressive symptoms. *Archives of Women's Mental Health*, 20(1), 161-171. <https://link.springer.com/article/10.1007/s00737-016-0689-2>.
- Whitmer, A., & Gotlib, I. H. (2011). Brooding and reflection reconsidered: A factor analytic examination of rumination in currently depressed, formerly depressed, and never depressed individuals. *Cognitive Therapy and Research*, 35(2), 99-107. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10608-011-9361-3>.
- Yusiany, C. (2017). Feeling full or empty inside? Peran perbedaan individual dalam struktur pengalaman afektif. *Jurnal Psikologi*, 44(1), 139-149. <https://pdfs.semanticscholar.org/74d1/5669fc4cd65ec60188e86b06f44a96aa6815.pdf>.
- Zareian, B., Wilson, J., & LeMoult, J. (2021). Cognitive control and ruminative responses to stress: understanding the different facets of cognitive control. *Frontiers in Psychology*, 12, 660062. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2021.660062/full>.