

Validasi Modul Pelatihan Suami Empati Berbasis *Online* untuk Mendampingi Istri dengan *Postpartum Depression*

Cania Mutia¹, Sofia Retnowati²

^{1,2}Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada. Jl. Sosio Humaniora, Bulaksumur, Yogyakarta

e-mail: [1cania.mutia@mail.ugm.ac.id](mailto:cania.mutia@mail.ugm.ac.id), [2sofi_53@ugm.ac.id](mailto:sofi_53@ugm.ac.id)

Abstrak. 22.4% ibu di Indonesia mengalami *postpartum depression*. Artinya, 1 dari 4 orang ibu mengalami *postpartum depression*. *Postpartum depression* dapat berdampak pada anak, ibu, bahkan menyebabkan kematian. Intervensi psikologis untuk menangani *postpartum depression* melalui *cognitive behavioral therapy* dan *mindfulness* pada istri, ataupun kunjungan psikoedukasional pada suami belum pernah dilakukan di Indonesia. Karakteristik ibu dengan *postpartum depression* dan fleksibilitas di era ini menuntut adanya intervensi psikologis, yakni melalui pelatihan empati berbasis *online* dengan *blended learning* yang diberikan pada suami. Penelitian kuasi eksperimen ini bertujuan untuk melakukan validasi isi dan empiris modul "Suami Empati Berbasis *Online*" menggunakan *one group pretest-posttest design* pada 6 orang suami. Intervensi dilakukan 4 sesi di *google meeting* dan materi yang diakses melalui aplikasi atau laman *online*. Hasil validasi isi dan empiris menemukan "Modul Suami Empati Berbasis *Online* untuk Mendampingi Istri dengan *Postpartum Depression*" dapat digunakan untuk meningkatkan keterampilan empati suami.

Keywords: Dukungan pasangan, Pembelajaran berbaur, *Postpartum depression*, Suami empati

Abstract. 22.4% of mothers in Indonesia have *postpartum depression*. 1 of 4 mothers experienced the *postpartum depression*. *Postpartum depression* can affect children, mothers, and even cause death. Psychological intervention to deal with *postpartum depression* through *cognitive behavioral therapy* and *mindfulness* to the wife, or psychoeducational visits to husbands have never been done in Indonesia. The characteristics of mothers with *postpartum depression* and the flexibility in this era demanded a psychological intervention, namely empathy training through *online* based with *blended learning* given to husbands. This experimental quasi research aims to validate the contents and empirical of the "husband empathy based *Online*" module using *one group Pretest-posttest design* on 6 husbands. The intervention was performed 4 sessions on *Google meetings* and materials accessed through *online* applications or pages. The content and empirical validation results found that "Modul Suami Empati Berbasis *Online* untuk Mendampingi Istri dengan *Postpartum Depression*" can be used to improve husband's empathy skills.

Keywords: *Blended learning*, Empathy in husband, *Postpartum depression*, Spouse support