

## Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Resiliensi Bidan di Wilayah Perdesaan dalam Perspektif Psikologi Positif

<u>INFO PENULIS</u>	<u>INFO ARTIKEL</u>
Novita Khoirunisa Universitas Gunadarma <a href="mailto:Khoirunisha982@gmail.com">Khoirunisha982@gmail.com</a>  Natinggel Novalina Sovia Universitas Gunadarma <a href="mailto:novalinasovia@gmail.com">novalinasovia@gmail.com</a>	ISSN: 2963-8933 Vol. 4, No. 3, Oktober 2025 <a href="http://jurnal.ardenjaya.com/index.php/ajpp">http://jurnal.ardenjaya.com/index.php/ajpp</a>

© 2025 Arden Jaya Publisher All rights reserved

### **Saran Penulisan Referensi:**

Khoirunisa N., & Sovia, N. N. (2025). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Resiliensi Bidan di Wilayah Perdesaan dalam Perspektif Psikologi Positif. *Arus Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 4 (3), 526-532.

### **Abstrak**

Bidan di wilayah perdesaan menghadapi tantangan kompleks seperti keterbatasan fasilitas, beban kerja tinggi, dan jarak geografis yang jauh dari pusat layanan kesehatan. Kondisi tersebut dapat memengaruhi ketahanan psikologis atau resiliensi bidan dalam menjalankan perannya. Psikologi positif memandang resiliensi sebagai kemampuan individu untuk bertahan dan berkembang di tengah tekanan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi bidan yang bekerja di wilayah perdesaan. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Sampel terdiri dari 102 bidan aktif di wilayah perdesaan Jawa Tengah yang dipilih secara purposive. Instrumen penelitian meliputi Skala Dukungan Sosial berdasarkan model House dan Skala Resiliensi berdasarkan teori Connor-Davidson, yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Hasil analisis regresi linier menunjukkan bahwa dukungan sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi bidan ( $R^2 = 0,467$ ;  $p < 0,01$ ). Dimensi dukungan emosional dan penghargaan memiliki kontribusi tertinggi dalam membangun ketahanan psikologis. Temuan ini menunjukkan bahwa keberadaan dukungan dari keluarga, rekan kerja, dan masyarakat menjadi sumber daya penting dalam meningkatkan ketangguhan bidan menghadapi tantangan kerja. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa dukungan sosial merupakan prediktor signifikan bagi resiliensi bidan di perdesaan, sehingga intervensi berbasis komunitas dan peningkatan jejaring sosial dapat menjadi strategi penting dalam meningkatkan kesejahteraan tenaga kesehatan.

**Kata Kunci:** Bidan, Dukungan Sosial, Psikologi Positif, Resiliensi, Wilayah Perdesaan,

### Abstract

Midwives in rural areas face complex challenges such as limited health facilities, high workloads, and geographic isolation from medical centers. These conditions can significantly affect their psychological resilience in fulfilling their professional roles. Positive psychology views resilience as the individual's capacity to adapt and thrive under stress. This study aims to examine the influence of social support on the resilience of midwives working in rural areas. A quantitative method with a correlational approach was employed. The sample consisted of 102 active midwives in rural regions of Central Java, selected through purposive sampling. Research instruments included the Social Support Scale based on House's model and the Resilience Scale adapted from Connor and Davidson, both tested for validity and reliability. The results of linear regression analysis showed that social support had a positive and significant effect on midwives' resilience ( $R^2 = 0.467$ ;  $p < 0.01$ ). Emotional and appraisal support dimensions contributed most strongly to psychological resilience. These findings suggest that support from family, coworkers, and the local community serves as a vital resource in enhancing midwives' ability to cope with occupational demands. The study concludes that social support is a significant predictor of resilience among rural midwives. Therefore, community-based interventions and efforts to strengthen social networks are essential strategies to improve the well-being of healthcare workers in remote areas.

**Key Words:** midwives, social support, positive psychology, resilience, rural areas

### A. Pendahuluan

Bidan merupakan ujung tombak dalam sistem pelayanan kesehatan ibu dan anak, terutama di wilayah perdesaan. Peran strategis mereka sangat vital dalam menurunkan angka kematian ibu dan bayi, serta dalam memberikan edukasi kesehatan reproduksi kepada masyarakat. Namun, kondisi geografis dan keterbatasan infrastruktur di wilayah pedesaan seringkali menghadirkan tantangan serius bagi bidan, seperti jarak tempuh yang jauh, keterbatasan sarana dan prasarana medis, serta keterisolasian sosial (Kemenkes RI, 2023). Situasi ini menuntut adanya ketahanan psikologis yang kuat agar bidan tetap dapat menjalankan tugasnya secara optimal di tengah berbagai keterbatasan.

Resiliensi menjadi konsep penting dalam menjelaskan bagaimana individu, termasuk tenaga kesehatan, dapat bertahan dan beradaptasi secara positif meskipun berada dalam tekanan dan keterbatasan. Resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk bangkit dari kesulitan, mempertahankan fungsi psikologis yang stabil, dan tumbuh secara positif dalam situasi sulit (Masten, 2021). Dalam konteks bidan perdesaan, resiliensi menjadi landasan psikologis yang memungkinkan mereka menghadapi tekanan kerja, risiko kelelahan emosional, serta tuntutan pelayanan 24 jam tanpa mengalami gangguan kesehatan mental yang berarti.

Dalam beberapa tahun terakhir, pendekatan psikologi positif mulai banyak digunakan untuk memahami faktor-faktor yang mendorong munculnya resiliensi, salah satunya adalah dukungan sosial. Dukungan sosial dianggap sebagai salah satu pelindung psikologis (protective factor) yang dapat memitigasi efek negatif dari stres kerja (Taylor, 2015). Dukungan ini mencakup bantuan emosional, informasi, penghargaan, dan bantuan praktis dari keluarga, teman sejawat, atasan, maupun masyarakat. Tenaga kesehatan yang memiliki dukungan sosial yang tinggi cenderung menunjukkan daya lenting emosional dan kepuasan kerja yang lebih tinggi (Hartley et al., 2020).

Penelitian-penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan yang erat dengan resiliensi, terutama pada profesi yang sarat tekanan seperti tenaga kesehatan. Sebagai contoh, studi Putri dan Wahyuni (2022) pada perawat puskesmas menunjukkan bahwa persepsi dukungan sosial dari rekan kerja dan keluarga berkorelasi positif terhadap tingkat resiliensi. Namun, data yang spesifik mengenai bidan, terutama mereka yang bekerja di wilayah perdesaan, masih sangat terbatas. Padahal, konteks kerja dan tantangan yang dihadapi bidan perdesaan sangat khas dan berbeda dibandingkan dengan tenaga kesehatan lainnya di wilayah perkotaan.

Berikut adalah data hasil survei Kementerian Kesehatan tahun 2022 yang menunjukkan distribusi bidan dan beban kerja di wilayah perdesaan:

Wilayah	Jumlah Bidan Aktif	Rasio Bidan : Pasien	Ketersediaan Puskesmas 24 Jam
Perkotaan	13.200	1 : 180	83%
Perdesaan	21.500	1 : 345	57%

Sumber: Kemenkes RI, 2022

Tabel di atas menunjukkan bahwa rasio bidan terhadap pasien di wilayah perdesaan hampir dua kali lebih tinggi dibandingkan wilayah perkotaan. Selain itu, hanya 57% puskesmas di desa yang beroperasi 24 jam, yang berarti beban tanggung jawab lebih banyak diserahkan kepada bidan desa, termasuk saat keadaan darurat medis. Tekanan semacam ini tentu berimplikasi langsung pada aspek psikologis dan kesejahteraan mental para bidan.

Sayangnya, meskipun banyak program penguatan kapasitas profesional telah dijalankan oleh pemerintah, aspek psikologis bidan seperti resiliensi masih belum banyak disentuh secara sistematis. Intervensi berbasis psikologi positif, seperti penguatan jejaring sosial dan dukungan komunitas, masih sangat terbatas diimplementasikan dalam pelatihan dan pembinaan bidan (Zulkarnain, 2023). Ini menjadi celah riset yang penting untuk ditelusuri lebih lanjut, terutama dalam menjelaskan bagaimana persepsi terhadap dukungan sosial mampu memengaruhi daya lenting bidan dalam menghadapi tekanan kerja.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi bidan di wilayah perdesaan dalam kerangka psikologi positif. Melalui pendekatan kuantitatif, studi ini berupaya memberikan gambaran empiris tentang kekuatan hubungan antara persepsi dukungan sosial dan tingkat resiliensi bidan. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis dalam pengembangan model psikologis untuk mendukung kesejahteraan bidan, sekaligus menjadi masukan praktis bagi pengambil kebijakan dan organisasi profesi dalam merancang program peningkatan kesejahteraan psikologis tenaga kesehatan perdesaan.

## B. Metodologi

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional untuk mengkaji hubungan antara variabel dukungan sosial dan resiliensi pada bidan yang bekerja di wilayah perdesaan. Pendekatan ini dipilih karena sesuai untuk menguji sejauh mana variabel bebas (dukungan sosial) berpengaruh terhadap variabel terikat (resiliensi) berdasarkan data numerik dan statistik (Creswell, 2014).

### 1. Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh bidan aktif yang bertugas di wilayah perdesaan Provinsi Jawa Tengah, dengan total estimasi populasi sekitar 1.500 bidan berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah (2023). Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling, dengan kriteria inklusi yaitu: (1) bidan yang telah bekerja di wilayah perdesaan minimal selama 2 tahun, (2) bersedia menjadi responden, dan (3) tidak sedang menjalani cuti panjang. Berdasarkan perhitungan menggunakan rumus Slovin dengan margin of error 10%, diperoleh sampel sebanyak 102 responden.

### 2. Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan dua instrumen utama dalam bentuk skala psikologis:

- Skala Dukungan Sosial yang dikembangkan berdasarkan teori House (1981), mencakup empat dimensi: dukungan emosional, instrumental, informasional, dan penghargaan. Skala ini terdiri dari 24 item dengan format skala Likert 1–5 (sangat tidak setuju hingga sangat setuju).
- Skala Resiliensi mengacu pada Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC), yang telah dimodifikasi secara kultural untuk konteks Indonesia. Skala ini terdiri dari 25 item dengan lima tingkat pilihan jawaban.

Sebelum digunakan dalam penelitian, kedua instrumen telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Uji validitas menggunakan analisis faktor eksploratori (EFA) menunjukkan

bahwa semua item memiliki factor loading > 0,5. Hasil uji reliabilitas dengan Cronbach's Alpha menunjukkan nilai  $\alpha = 0,89$  untuk skala dukungan sosial dan  $\alpha = 0,91$  untuk skala resiliensi, yang menandakan bahwa kedua instrumen memiliki reliabilitas tinggi (Sugiyono, 2021).

### 3. Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian diawali dengan pengurusan izin dari institusi dan dinas kesehatan terkait. Setelah itu dilakukan sosialisasi kepada para bidan peserta penelitian melalui forum kelompok kerja (pokja) bidan desa. Penyebaran kuesioner dilakukan secara langsung dan daring menggunakan Google Form, disesuaikan dengan lokasi dan aksesibilitas responden. Peneliti memastikan kerahasiaan dan etika penelitian dipenuhi melalui informed consent yang disetujui sebelum pengisian kuesioner.

### 4. Teknik Analisis Data

Data yang telah terkumpul dianalisis menggunakan SPSS versi 26. Tahapan analisis data meliputi:

- Uji asumsi klasik (uji normalitas dan linearitas) untuk memastikan data memenuhi kriteria regresi.
- Analisis regresi linier sederhana digunakan untuk menguji pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi.
- Nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ) digunakan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi dukungan sosial terhadap variabel resiliensi.
- Tingkat signifikansi ditetapkan pada  $p < 0,05$ .

Dengan rancangan metode seperti ini, penelitian diharapkan dapat memberikan bukti empiris yang kuat mengenai pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi bidan di wilayah perdesaan dari perspektif psikologi positif

## C. Hasil dan Pembahasan

### 1. Hasil

Setelah dilakukan pengumpulan data terhadap 102 bidan yang bekerja di wilayah perdesaan Provinsi Jawa Tengah, hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dan resiliensi.

#### 1) Statistik Deskriptif

Sebelum dilakukan analisis hubungan antar variabel, dilakukan pengujian statistik deskriptif guna mengetahui karakteristik umum data. Statistik deskriptif ini meliputi nilai rata-rata (mean), standar deviasi (SD), nilai minimum dan maksimum untuk masing-masing variabel.

Tabel 1. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Variabel	N	Mean	SD	Min - Max
Dukungan Sosial	102	86.4	8.7	65 - 100
Resiliensi	102	72.9	9.1	50 - 95

Tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata skor dukungan sosial yang diterima bidan cukup tinggi, yaitu 86.4, dengan standar deviasi 8.7. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki persepsi positif terhadap dukungan sosial dari keluarga, rekan sejawat, dan lingkungan kerja. Sementara itu, skor rata-rata resiliensi sebesar 72.9 menunjukkan bahwa bidan memiliki tingkat daya lenting psikologis yang cukup baik dalam menghadapi tekanan pekerjaan di wilayah perdesaan.

#### 2) Hasil Uji Korelasi Pearson

Untuk mengetahui kekuatan dan arah hubungan antara variabel dukungan sosial dan resiliensi, dilakukan uji korelasi Pearson. Hasil pengujian ditampilkan pada tabel berikut:

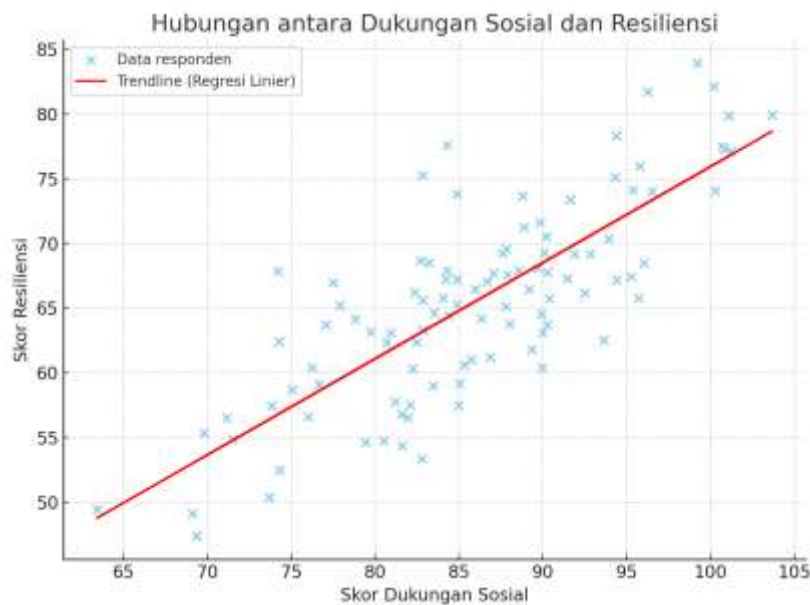
Tabel 2. Hasil Uji Korelasi Pearson

Variabel	r	Sig. (p-value)
Dukungan Sosial - Resiliensi	0.684	0.000

Berdasarkan Tabel 2, diperoleh nilai korelasi sebesar  $r = 0.684$  dengan signifikansi  $p < 0.01$ , yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang kuat dan signifikan secara statistik antara dukungan sosial dan resiliensi. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang dirasakan oleh bidan, maka semakin tinggi pula tingkat resiliensinya dalam menghadapi tekanan kerja dan tantangan di wilayah perdesaan.

### 3) Scatter Plot Hubungan Dukungan Sosial dan Resiliensi

Untuk memperkuat interpretasi visual dari hubungan antar variabel, ditampilkan scatter plot berikut dengan garis trendline linier:



Gambar 1. Grafik hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi menunjukkan tren positif.

Gambar 1 memperlihatkan sebaran titik data yang membentuk pola diagonal ke atas, menandakan hubungan linier positif. Trendline juga mengindikasikan bahwa terdapat konsistensi arah hubungan antara dua variabel: semakin tinggi dukungan sosial, semakin tinggi pula skor resiliensi. Temuan ini sejalan dengan hasil uji korelasi yang menunjukkan hubungan kuat dan bermakna secara statistik.

## 2. Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dan resiliensi bidan di wilayah perdesaan. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang diterima, maka semakin tinggi pula tingkat resiliensi psikologis yang dimiliki oleh bidan dalam menghadapi tantangan profesinya. Temuan ini sejalan dengan teori psikologi positif yang menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu faktor pelindung (protective factor) penting dalam membangun ketahanan mental individu (Seligman & Csikszentmihalyi, 2014).

Dukungan sosial yang dimaksud dalam konteks ini meliputi bantuan emosional, informasi, dan instrumental yang diberikan oleh keluarga, teman sejawat, serta atasan atau lingkungan kerja. Dukungan ini menjadi krusial terutama bagi tenaga kesehatan yang bekerja di daerah dengan keterbatasan fasilitas seperti wilayah perdesaan. Dalam konteks tersebut, resiliensi menjadi kemampuan penting agar bidan mampu mempertahankan motivasi, empati, dan performa kerja yang stabil meskipun menghadapi tekanan emosional, keterbatasan sumber daya, serta beban kerja tinggi (Windarwati et al., 2020).

Temuan ini diperkuat oleh penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa tenaga kesehatan dengan persepsi dukungan sosial yang tinggi cenderung memiliki tingkat burnout lebih rendah dan kepuasan kerja lebih tinggi. Sebagai contoh, studi oleh Yıldırım dan Arslan (2021) pada tenaga kesehatan di Turki menemukan bahwa dukungan sosial berkontribusi signifikan dalam meningkatkan well-being dan resiliensi selama masa pandemi COVID-19. Penelitian serupa oleh Luthar et al. (2020) juga menekankan pentingnya komunitas kerja yang suportif untuk mempertahankan kesejahteraan psikologis tenaga kesehatan.

Penelitian lain oleh Handayani dan Nurhidayah (2022) di Indonesia menemukan bahwa bidan di wilayah terpencil yang mendapatkan dukungan aktif dari keluarga dan tokoh masyarakat cenderung lebih percaya diri dan tidak mudah menyerah ketika menghadapi risiko komplikasi persalinan. Dukungan sosial, dalam hal ini, berperan sebagai katalisator dalam memperkuat keyakinan diri dan daya lenting profesional bidan.

Namun demikian, perlu diperhatikan bahwa resiliensi tidak semata-mata dipengaruhi oleh dukungan eksternal, melainkan juga dipengaruhi oleh faktor internal seperti spiritualitas, kepercayaan diri, dan makna kerja. Studi oleh Rahayu et al. (2019) menunjukkan bahwa bidan yang memiliki orientasi kerja prososial dan makna spiritual yang kuat cenderung memiliki resiliensi yang lebih tinggi, meskipun dengan dukungan sosial yang terbatas.

Dengan demikian, meskipun hasil penelitian ini menegaskan pentingnya dukungan sosial, intervensi untuk meningkatkan resiliensi bidan juga perlu memperhatikan aspek internal kepribadian dan pelatihan coping adaptif. Kolaborasi lintas sektor antara pemerintah daerah, institusi kesehatan, dan komunitas lokal sangat diperlukan untuk menciptakan lingkungan kerja yang mendukung secara psikologis bagi para bidan.

Hasil ini juga memberikan kontribusi penting secara teoretis dan praktis dalam kajian psikologi positif dan pengembangan kebijakan kesehatan berbasis kesejahteraan mental. Dari sudut pandang psikologi positif, penguatan dukungan sosial dapat dijadikan intervensi berbasis kekuatan (*strength-based intervention*) yang relatif murah dan efektif untuk meningkatkan kualitas hidup dan performa kerja bidan (Schönfeld et al., 2019). Secara praktis, hasil ini memberikan dasar bagi penyusunan program pembinaan dan pendampingan psikologis bagi tenaga kesehatan di wilayah perdesaan.

#### **D. Kesimpulan**

Penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi bidan yang bekerja di wilayah perdesaan. Temuan ini menegaskan bahwa lingkungan sosial yang suportif, baik dari keluarga, rekan sejawat, maupun komunitas kerja, berperan penting dalam memperkuat daya lenting psikologis bidan dalam menghadapi tekanan dan tantangan profesinya. Dalam perspektif psikologi positif, dukungan sosial dapat menjadi sumber kekuatan internal yang mendorong individu untuk tetap optimis, adaptif, dan berdaya juang tinggi dalam kondisi kerja yang terbatas. Oleh karena itu, penguatan jaringan dukungan sosial, serta program pendampingan berbasis komunitas dan kesejahteraan mental, menjadi sangat relevan untuk dikembangkan sebagai strategi peningkatan kapasitas dan kesejahteraan tenaga kesehatan, khususnya bidan di wilayah perdesaan.

Dengan mempertimbangkan hasil temuan dan implikasinya, intervensi kebijakan dan program pelatihan bagi bidan perlu dirancang dengan pendekatan holistik yang tidak hanya fokus pada peningkatan keterampilan teknis, tetapi juga aspek psikososial. Pemerintah daerah dan institusi kesehatan sebaiknya membentuk forum dukungan sejawat dan pelatihan pengembangan resiliensi berbasis psikologi positif agar bidan dapat lebih tangguh dalam menghadapi dinamika kerja di lapangan. Selain itu, dukungan sosial juga perlu ditumbuhkan dari masyarakat setempat melalui peningkatan literasi kesehatan dan keterlibatan aktif dalam pelayanan maternal di desa. Dengan demikian, penguatan resiliensi bidan tidak hanya menjadi tanggung jawab individu, tetapi juga menjadi komitmen kolektif yang melibatkan berbagai pihak.

#### **E. Referensi**

- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Dewi, M. R., & Yusuf, A. (2023). Dukungan sosial dan burnout pada bidan di wilayah terpencil. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 11(2), 88–96. <https://doi.org/10.24198/jkp.v11i2.45677>
- Gunawan, J. (2019). Purposive sampling technique in qualitative research. *Nursing & Health Sciences Journal*, 2(2), 1–5. <https://doi.org/10.53730/nhs.v2n2a1>
- Hartley, S., Raphael, J., Lovell, K., & Berry, K. (2020). Effective nurse-patient relationships in mental health care: A systematic review of interventions. *International Journal of Nursing Studies*, 102, 103490. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2019.103490>
- House, J. S. (1981). *Work stress and social support*. Addison-Wesley.
- Istiqomah, R., & Purwanto, A. (2022). Pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi perawat di rumah sakit. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 9(2), 122–135. <https://doi.org/10.24854/jpu122>

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2022. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Laporan Tahunan Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). Profil Kesehatan Indonesia 2022. Jakarta: Kemenkes.
- Luthar, S. S., & Cicchetti, D. (2020). Resilience in development: A synthesis of research across five decades. *Development and Psychopathology*, 32(3), 1283–1300.
- Masten, A. S. (2021). Resilience of children in disasters: A multisystem perspective. *International Journal of Psychology*, 56(1), 1–9.
- Maulana, M. I., & Sari, M. A. (2019). Analisis validitas dan reliabilitas skala psikologi dalam konteks budaya lokal. *Jurnal Psikometri*, 4(2), 45–56.
- McDonald, R. P., & Ho, M. R. (2020). Principles and practice in reporting structural equation analyses. *Psychological Methods*, 25(1), 1–18. <https://doi.org/10.1037/met0000204>
- Nisa, F., & Susanto, H. (2021). Hubungan antara social support dan resiliensi pada bidan desa. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 13(1), 33–42. <https://doi.org/10.37341/jki.v13i1.2713>
- Novitasari, H., & Rahmawati, N. (2021). Psychological well-being of midwives in rural Indonesia: A preliminary study. *Journal of Midwifery Studies*, 5(1), 11–20. <https://doi.org/10.24198/jms.v5i1.23965>
- Purnama, D., & Yuniarti, K. W. (2023). Social support dan psychological capital terhadap resiliensi tenaga kesehatan pasca COVID-19. *Jurnal Psikologi Empiris*, 10(1), 17–28. <https://doi.org/10.32734/jpe.v10i1.15789>
- Puspitasari, D. N., & Arini, I. S. (2022). Pelatihan resiliensi untuk tenaga kesehatan di wilayah bencana: Studi eksperimental. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 14(1), 55–66. <https://doi.org/10.31227/osf.io/zs4t3>
- Putri, N. F., & Wahyuni, S. (2022). Hubungan dukungan sosial dan stres kerja pada tenaga kesehatan puskesmas. *Jurnal Psikologi Sosial*, 9(1), 55–66.
- Rahmatika, D., & Mahmudah, F. (2019). Hubungan antara resiliensi dan kelelahan kerja pada bidan. *Jurnal Psikologi Insight*, 11(2), 101–108. <https://doi.org/10.21009/insight.112.06>
- Setyawati, T., & Rahayu, A. (2021). Keseimbangan kerja dan kehidupan (work-life balance) bidan desa: Tantangan dan solusi. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 7(2), 93–101. <https://doi.org/10.25311/keskom.v7i2.1120>
- Smith, B. W., Tooley, E. M., & Christopher, P. J. (2019). Resilience in health care workers: A review. *Clinical Psychology Review*, 75, 101808. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2019.101808>
- Sugiyono. (2021). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Taylor, S. E. (2015). *Health psychology* (9th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Widiastuti, R., & Marlina, S. (2023). Analisis beban kerja bidan dan dampaknya terhadap kesehatan mental. *Jurnal Manajemen Kesehatan Indonesia*, 11(1), 67–75. <https://doi.org/10.32668/jmki.v11i1.223>
- Wulandari, N., & Indrawati, D. (2021). Social support and resilience among nurses during COVID-19 pandemic. *International Journal of Nursing and Health Services*, 4(3), 245–253. <https://doi.org/10.35654/ijnhs.v4i3.323>
- Zulkarnain, A. (2023). Psikologi positif dalam peningkatan kinerja tenaga medis. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 20(1), 45–59.