

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK PRA
PERSALINAN TERHADAP TINGKAT KECEMASAN
IBU HAMIL DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS INDRALAYA**



SKRIPSI

**MAURA AILSYAH
04021182126011**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
BAGIAN KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

2025

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK PRA
PERSALINAN TERHADAP TINGKAT KECEMASAN
IBU HAMIL DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS INDRALAYA**



SKRIPSI

**Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Keperawatan pada Universitas Sriwijaya**

MAURA AILSYAH

04021182126011

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

BAGIAN KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

2025

LEMBAR PERSETUJUAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
BAGIAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI

NAMA : MAURA AILSYAH
NIM : 04021182126011
JUDUL : PENGARUH KONSELING KELOMPOK PRA PERSALINAN
TERHADAP TINGKAT KECEMASAN IBU HAMIL DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS INDRALAYA

PEMBIMBING SKRIPSI

1. Mutia Nadra Maulida, S. Kep, Ners, M. Kep, M. Kes
NIP. 198910202019032021


(.....)

2. Nurna Ningsih, S. Kp., M. Kes
NIP. 197307172001122002


(.....)

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

LEMBAR PENGESAHAN

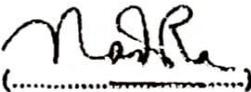
NAMA : MAURA AILSYAH
NIM : 04021182126011
**JUDUL : PENGARUH KONSELING KELOMPOK PRA PERSALINAN
TERHADAP TINGKAT KECEMASAN IBU HAMIL DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS INDRALAYA**

Skripsi ini telah diperbahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi Keperawatan Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya pada tanggal 16 Juli 2025 dan telah diterima guna memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan

Indralaya, 16 Juli 2025

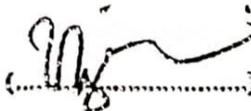
Pembimbing I

Mutia Nadra Maulida, S. Kep.,Ns.,M. Kep.,M. Kes
NIP. 198910202019032021



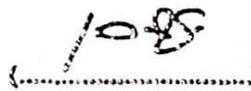
Pembimbing II

Nurna Ningsih, S. Kp., M. Kes
NIP. 197307172001122002



Penguji I

Dhona Andhini, S. Kep. ,Ns., M. Kep
NIP. 198306082008122002



Penguji II

Firnaliza Rizona, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIP. 198911022018032001



Menggetahui
Ketua Bagian Keperawatan

Fitri Y., S.Kep., Ns., M.Kep.
NIP. 197602282002122001

Koordinator Program Studi Keperawatan

Eka Yulia Fitri Y, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIP. 198407012008122001

HALAMAN PERNYATAAN INTEGRITAS

HALAMAN PERNYATAAN INTEGRITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Maura Ailsyah

NIM : 04021182126011

Judul : Pengaruh Konseling Kelompok Pra Persalinan Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Indralaya

Menyatakan bahwa skripsi saya merupakan hasil karya sendiri didampingi tim pembimbing dan bukan hasil penjiplakan/plagiat. Apabila ditemukan unsur penjiplakan/plagiat dalam skripsi ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Sriwijaya sesuai aturan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa ada paksaan dari siapapun.

Indralaya, Juli 2025



Maura Ailsyah

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
BAGIAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN**

Skripsi, Juli 2025

Maura Ailsyah

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK PRA PERSALINAN TERHADAP
TINGKAT KECEMASAN IBU HAMIL DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
INDRALAYA**

xix+ 107 + 6 tabel + 2 gambar + 3 skema +15 lampiran

ABSTRAK

Tingkat kecemasan turut memiliki dampak yang besar terhadap kesehatan ibu hamil dan janin yang dikandung sehingga secara tidak langsung juga berdampak terhadap Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB). Untuk populasi di Pulau Sumatera terdapat sekitar 52,3%. Oleh karena itu diperlukan intervensi yang tepat seperti konseling kelompok pra persalinan sebagai strategi penanganan untuk mengatasi masalah kecemasan pada ibu hamil. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok pra persalinan terhadap tingkat kecemasan ibu hamil. Desain penelitian menggunakan *quasy experiment* dengan pendekatan *one group pretest-posttest*. Sampel pada penelitian ini sebanyak 44 ibu hamil trimester III yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner HARS dengan pertanyaan yang berkaitan dengan tingkat kecemasan. Data dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan interpretasi nilai $\alpha = 0,05$ untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi. Hasil analisis bivariat didapatkan *p-value* = 0,000 yang menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat kecemasan ibu hamil setelah dilakukan intervensi. Konseling kelompok pra persalinan terbukti efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil. Intervensi ini dapat dijadikan salah satu strategi pada pelayanan antenatal untuk mendukung kesehatan ibu secara psikologis selama kehamilan dan menjelang persalinan.

Kata Kunci : Ibu Hamil, Kecemasan, Konseling Kelompok, Pra Persalinan

Daftar Pustaka : 79 (2013-2024)

SRIWIJAYA UNIVERSITY
FACULTY OF MEDICINE
NURSING STUDY PROGRAM
Thesis, July 2025

Maura Ailsyah

THE EFFECT OF PRE-NATAL GROUP COUNSELING ON PREGNANT WOMEN'S ANXIETY LEVELS IN THE WORKING AREA OF THE INDRALAYA PUBLIC HEALTH CENTER

xix+ 107 + 6 tables + 2 figures + 3 diagrams + 15 appendices

ABSTRACT

Anxiety levels significantly impact to the health of pregnant women and their fetuses, indirectly impacting the Maternal Mortality Rate (MMR) and Infant Mortality Rate (IMR). Anxiety rates in Sumatra are estimated at 52.3%. Therefore, appropriate interventions, such as pre-natal group counseling, are needed as a management strategy to address anxiety in pregnant women. This study aims to determine the effect of pre-natal group counseling on pregnant women's anxiety levels. The study design used a quasi-experimental with a one-group pretest-posttest approach. The sample consisted of 44 pregnant women in their third trimester, selected through purposive sampling. The instrument used the HARS questionnaire, which included questions related to anxiety levels. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test with an α value of 0.05 to determine differences in anxiety levels before and after the intervention. The bivariate analysis obtained a p-value of 0.000, indicating a significant difference in anxiety levels among pregnant women after the intervention. Prenatal group counseling has been shown to be effective in reducing anxiety levels in pregnant women. This intervention can be used as a strategy in antenatal care to support maternal psychological health during pregnancy and leading up to delivery.

Keywords: *Pregnant Women, Anxiety, Group Counseling, Prenatal Bibliography : 79 (2013–2024)*

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

*“Dan Dia (Allah) bersama kamu dimana saja kamu berada”
(Q.S Al-Hadid : 4)*

“Nyawa perempuan terletak pada pendidikan dan karir yang baik. Hanya pendidikan dan karir yang tidak akan pernah mengkhianati perempuan. Jadilah perempuan yang berdikari, kejar pendidikan setinggi-tingginya dan raihlah karir secemerlang mungkin. Karena cantik bisa meluntur tapi soal isi otak, pola pikir dan prinsip itu pondasi utama seorang perempuan untuk membentuk calon generasi selanjutnya. Bersinarlah tanpa meredupkan cahaya orang lain”

Tiada lembar yang lebih indah pada skripsi ini selain lembar persembahan. Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT karena atas rahmat dan izin-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Tiada daya dan upaya melainkan dengan pertolongan dari-Nya.

Dan sebagai ucapan terima kasih penulis juga mempersembahkan skripsi ini kepada :

- ❖ *Kedua orangtua ku tercinta, mami Ade Rosita dan papi Andriansyah yang mungkin tidak sempat merasakan bangku perkuliahan dan memiliki gelar di belakang namanya, namun mengusahakan hal tersebut terwujud pada anak-anaknya. Terima kasih mi pi atas segala kasih sayang, doa, dukungan dan kerja keras kalian yang selalu mengalir hingga detik ini. Semoga ilmu dan gelar yang kakak dapat ini dapat menjadi bukti dari seluruh pengorbanan kalian yang tak pernah berhenti Mungkin kakak belum pernah bilang ini tapi dalam seluruh genap jiwa kakak, menjadi anak kalian adalah hal yang paling membanggakan selama kakak hidup.*
- ❖ *Saudara kembarku Maureen Ailsyah beserta adik-adikku tercinta Nayanda Princessa & Nafeeza Ramadhini yang kehadirannya telah membuat hari-hari penulis menjadi lebih ringan atas canda tawa serta kekuatan yang menjadi sumber semangat penulis. Kakak senantiasa berdoa agar kalian tumbuh menjadi pribadi yang lebih kuat dan berani untuk bermimpi tinggi serta meraihnya. Teruslah berjalan dengan kepala tegak serta hati yang bersih dan membawa manfaat bagi banyak orang. Skripsi ini merupakan karya tulis sebagai bentuk kecil cinta kakak kepada kalian.*

- ❖ *Oma dan Opaku tersayang, Animah Harun & Idham Mamat (Almarhum). Setiap proses dalam hidup penulis tak luput dari ketulusan cinta dan kasih sayang yang selalu kalian berikan kepada penulis sejak terlahir ke dunia hingga saat ini. terima kasih oma dan opa sudah merawat penulis dengan baik dari kecil hingga besar, menjadi figur pengganti orang tua di kala mami dan papi sedang bekerja. Terima kasih untuk tidak pernah membiarkan penulis merasa sendiri/tidak diperhatikan. Meskipun opa telah menghadap Sang Pencipta pada saat penulis menjalani semester ketiga perkuliahan, tapi setidaknya opa sudah tau dan membersamai penulis hingga memilih jalan hidup di perkuliahan ini. Semoga opa bangga disana menyaksikan perjuangan penulis, tenang disana ya pa... cucumu janji akan melanjutkan hidup dengan sebaik-baiknya dan teruntuk oma semoga selalu diberikan kesehatan dan umur yang panjang hingga nanti tiba waktunya untuk giliran penulis yang membahagiakan oma, Aamiin.*
- ❖ *Sahabat karibku, bestie ku, yang sudah ku anggap sebagai bagian dari keluarga yaitu Haya Aqilah Maulidya yang sudah membersamai penulis sejak tahun 2016 di bangku kelas 2 SMP hingga saat ini. Thank you for not leaving and choose to stay with me through the ups and downs in my life. Yang tidak pernah bosan menjadi pendengar yang baik pada cerita-ceritaku, yang selalu gembira tiap ku kabarin mau pulang ke bangka, yang rela menempuh perjalanan puluhan kilometer dari rumahnya kerumahku, yang mengirimkan hadiah di hari-hari istimewa dan masih banyak lagi. Lucky me to have a bestfriend like you. You deserve all the kindness and happiness in this world hay, semoga persahabatan ini terus terjalin hari ini, esok dan selamanya.*
- ❖ *Sahabat-sahabat terbaikku di perkuliahan yang sudah membersamai selama proses perkuliahan yaitu Salma, Nisa, Jida, Janna, dan Dea. Yang selalu hadir sebagai pelengkap hari-hariku di masa yang penuh perjuangan ini. Terima kasih untuk tawa tanpa henti, cerita-cerita absurd nan kocak, keluhan atas tugas dadakan yang diselesaikan dengan panik tapi penuh solidaritas. Kebersamaan kita bukan hanya soal duduk di kelas yang sama, tapi tentang tumbuh bersama, saling menyemangati, saling mengingatkan dan saling menjadi tempat pulang saat dunia terasa berat. Tanpa kalian mungkin kuliah ini akan terasa hambar. Semoga kebersamaan kita tidak berhenti di bangku kuliah namun hingga selamanya. Semoga sukses menghampiri kita semua di jalur dan waktu yang terbaik menurut-Nya. Kalian bukan sekedar teman kuliah, kalian adalah bagian dari cerita hidup yang tak akan pernah terlupa.*
- ❖ *Dan kepada diriku sendiri, Maura Ailsyah. Karya ini aku persembahkan untuk diriku sendiri yang telah bertahan sejauh ini. yang terus melangkah walau penuh dengan lelah dan air mata. Skripsi ini bukan sekedar hasil akademik tetapi bukti bahwa aku bisa. Bahwa setiap lelahku tidak sia-sia. Bahwa aku layak untuk bangga meski tak sempurna. Ntah akan seperti apa nantinya rintangan yang akan ku hadapi, aku akan selalu hebat untuk diriku sendiri.*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Konseling Kelompok Pra Persalinan Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Indralaya” ini dengan baik. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan studi jenjang sarjana atau S1 Keperawatan Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan dengan dukungan dan bantuan dari berbagai pihak oleh karena itu pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada :

1. Ibu Hikayati, S. Kep., Ns., M. Kep. selaku Ketua Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
2. Ibu Mutia Nadra Maulida, S. Kep., Ns., M. Kep., M. Kes. selaku pembimbing I yang telah meluangkan banyak waktu, tenaga dan pikirannya untuk membimbing, mendidik dan mengarahkan penulis dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
3. Ibu Nurna Ningsih, S. Kp., M. Kes. selaku pembimbing II yang telah meluangkan banyak waktu dan memberikan arahan, bimbingan serta saran kepada penulis dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Dhona Andhini, S. Kep., Ns., M. Kep selaku dosen penguji I yang telah memberikan saran dan masukan agar penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
5. Ibu Firnaliza Rizona, S. Kep., Ns., M. Kep selaku dosen penguji II yang telah memberikan arahan yang telah membantu penulis dalam menyempurnakan skripsi ini.
6. Seluruh jajaran dosen, staf administrasi dan tata usaha Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
7. Kepala Puskesmas Indralaya dan para staf yang telah memberikan izin serta membantu selama pelaksanaan penelitian.

8. Kedua orang tua dan keluarga yang selalu senantiasa memberikan doa, dukungan, serta semangat kepada penulis untuk dapat menyelesaikan skripsi.
9. Teman-teman seperjuangan PSIK angkatan 2021 yang telah kebersamai penulis selama perkuliahan dan memberi dukungan selama penyusunan skripsi.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna dikarenakan adanya keterbatasan pengetahuan dan kemampuan yang dimiliki penulis. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan masukan dan saran yang membangun untuk kesempurnaan skripsi ini dan semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi penulis maupun pembaca serta seluruh pihak yang membutuhkan.

Indralaya, Juli 2025



Maura Ailsyah

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Maura Ailsyah

NIM : 04021182126011

Judul : Pengaruh Konseling Kelompok Pra Persalinan Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Indralaya

Memberikan izin kepada pembimbing dan Universitas Sriwijaya untuk mempublikasikan hasil penelitian saya untuk kepentingan akademik apabila dalam waktu 1 (satu) tahun tidak mempublikasikan karya penelitian saya. Terkait kasus ini saya setuju untuk menempatkan pembimbing sebagai penulis korespondensi (*Coresponding author*).

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa ada paksaan dari siapapun.

Indralaya, Juli 2025



Maura Ailsyah

NIM. 04021182126011

DAFTAR ISI

| | |
|---|--------------|
| LEMBAR PERSETUJUAN | iii |
| LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI | iv |
| HALAMAN PERNYATAAN INTEGRITAS | v |
| ABSTRAK..... | vi |
| ABSTRACT | vii |
| HALAMAN PERSEMBAHAN | viii |
| KATA PENGANTAR | x |
| HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI | xii |
| DAFTAR ISI..... | xiii |
| DAFTAR TABEL..... | xvi |
| DAFTAR SKEMA..... | xvii |
| DAFTAR GAMBAR..... | xviii |
| DAFTAR LAMPIRAN | xix |
| BAB 1 PENDAHULUAN..... | 1 |
| 1.1 Latar Belakang | 1 |
| 1.2 Rumusan Masalah..... | 5 |
| 1.3 Tujuan Penelitian | 6 |
| 1.3.1 Tujuan Umum..... | 6 |
| 1.3.2 Tujuan Khusus..... | 6 |
| 1.4 Manfaat Penelitian | 6 |
| 1.4.1 Manfaat Teoritis | 6 |
| 1.4.2 Manfaat Praktis..... | 6 |
| 1.5 Ruang Lingkup Penelitian..... | 8 |
| BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA | 9 |
| 2.1 Konsep Kehamilan..... | 9 |
| 2.1.1 Definisi Kehamilan..... | 9 |
| 2.1.2 Tanda dan Gejala Kehamilan..... | 9 |
| 2.1.3 Klasifikasi Kehamilan | 13 |
| 2.1.4 Karakteristik Ibu Hamil | 13 |
| 2.1.5 Perubahan Fisiologis Pada Kehamilan | 15 |

| | | |
|--------------------------------------|--|-----------|
| 2.1.6 | Perubahan Psikologis Pada Kehamilan | 23 |
| 2.1.7 | Persiapan Persalinan Pada Ibu Hamil..... | 36 |
| 2.2 | Konsep Kecemasan..... | 42 |
| 2.2.1 | Definisi Kecemasan..... | 42 |
| 2.2.2 | Gejala Kecemasan | 44 |
| 2.2.3 | Tingkat Kecemasan | 45 |
| 2.2.4 | Dampak Kecemasan | 46 |
| 2.2.5 | Dampak Kecemasan Pada Kehamilan..... | 47 |
| 2.2.6 | Penyebab Kecemasan Pada Kehamilan..... | 49 |
| 2.2.7 | Penanganan Kecemasan Pada Kehamilan | 50 |
| 2.3 | Konsep Konseling Kelompok Pra Persalinan | 52 |
| 2.3.1 | Definisi Konseling Kelompok Pra Persalinan | 52 |
| 2.3.2 | Tujuan Konseling Kelompok Pra Persalinan..... | 54 |
| 2.3.3 | Manfaat Konseling Kelompok Pra Persalinan..... | 56 |
| 2.3.4 | Struktur dalam Konseling Kelompok Pra Persalinan | 57 |
| 2.3.5 | Tahapan Konseling Kelompok Pra Persalinan | 58 |
| 2.4 | Penelitian Terkait..... | 60 |
| 2.5 | Kerangka Teori | 67 |
| BAB 3 METODE PENELITIAN | | 68 |
| 3.1 | Kerangka Konsep..... | 68 |
| 3.2 | Desain Penelitian | 69 |
| 3.3 | Hipotesis | 70 |
| 3.4 | Definisi Operasional | 71 |
| 3.5 | Populasi dan Sampel..... | 74 |
| 3.5.1. | Populasi | 74 |
| 3.5.2. | Sampel..... | 74 |
| 3.6 | Tempat Penelitian | 76 |
| 3.7 | Waktu Penelitian..... | 76 |
| 3.8 | Etika Penelitian | 76 |
| 3.9 | Alat Pengumpulan Data | 79 |
| 3.9.1. | Jenis Data | 79 |
| 3.9.2. | Instrumen Penelitian | 80 |
| 3.9.3. | Uji Validitas dan Realibitas | 82 |

| | |
|---|------------|
| 3.9.3.1 Uji Validitas | 82 |
| 3.10 Prosedur Pengumpulan Data..... | 83 |
| 3.10.1. Tahap Persiapan..... | 83 |
| 3.10.2. Tahap Pelaksanaan..... | 85 |
| 3.11 Rencana Analisa Data | 86 |
| 3.11.1. Pengolahan Data | 86 |
| 3.11.2. Analisa Data | 89 |
| BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN | 91 |
| 4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian | 91 |
| 4.2 Hasil Penelitian | 92 |
| 4.2.1 Hasil Analisis Univariat | 92 |
| 4.2.2 Hasil Analisis Bivariat | 94 |
| 4.3 Pembahasan..... | 95 |
| 4.3.1 Analisis Univariat | 95 |
| 4.3.1 Analisis Bivariat | 103 |
| 4.4 Keterbatasan Penelitian..... | 105 |
| BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN | 106 |
| 5.1 Kesimpulan..... | 106 |
| 4.2 Saran..... | 107 |
| DAFTAR PUSTAKA | 108 |
| LAMPIRAN..... | 115 |

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 2. 1 Penelitian Terkait | 60 |
| Tabel 3. 1 Definisi Operasional..... | 71 |
| Tabel 3. 2 Kisi-Kisi Kuesioner Tingkat Kecemasan..... | 81 |
| Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden..... | 92 |
| Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Sebelum Dilakukan Intervensi Konseling Kelompok Pra Persalinan..... | 93 |
| Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Setelah Dilakukan Intervensi Konseling Kelompok Pra Persalinan..... | 93 |
| Tabel 4.4 Perbedaan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Sebelum dan Setelah Konseling Kelompok Pra Persalinan | 94 |

DAFTAR SKEMA

| | |
|------------------------------------|----|
| Skema 2.1 Kerangka Teori | 67 |
| Skema 3. 1 Kerangka Konsep | 68 |
| Skema 3. 2 Desain Penelitian | 69 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---|----|
| Gambar 2. 1 Perubahan Sistem Payudara Ibu Hamil | 18 |
| Gambar 2. 2 Perubahan Sistem Muskuloskeletal Selama Kehamilan | 22 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|--|-----|
| Lampiran 1. Lembar Penjelasan Penelitian (Informed) | 116 |
| Lampiran 2. Lembar Persetujuan Menjadi Responden (Consent) | 118 |
| Lampiran 3. Kuesioner Penelitian | 119 |
| Lampiran 4. Surat Izin Studi Pendahuluan | 122 |
| Lampiran 5. Sertifikat Layak Etik Penelitian | 123 |
| Lampiran 6. Surat Izin Penelitian Fakultas Kedokteran | 124 |
| Lampiran 7. Surat Izin Penelitian Kesbangpol | 125 |
| Lampiran 8. Surat Izin Penelitian Dinas Kesehatan | 126 |
| Lampiran 9. Surat Keterangan Selesai Penelitian..... | 127 |
| Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian | 128 |
| Lampiran 11. SOP Konseling Kelompok Pra Persalinan | 129 |
| Lampiran 12. Hasil Uji Statistika | 133 |
| Lampiran 13. Hasil Uji Plagiarisme | 137 |
| Lampiran 14. Daftar Riwayat Hidup | 138 |
| Lampiran 15. Lembar Konsultasi Pembimbing I & II | 139 |

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehamilan merupakan periode yang berlangsung sejak terjadinya pembuahan hingga proses persalinan dengan durasi sekitar selama 280 hari atau sekitar 40 minggu, setara dengan 9 bulan 7 hari (Situmorang *et al.*, 2021). Masa kehamilan dibagi ke dalam tiga tahap yaitu trimester pertama, kedua, dan ketiga. Pada trimester pertama, ibu hamil umumnya mengalami mual dan muntah, pembesaran payudara, sering buang air kecil, cepat lelah, perubahan suasana hati, mudah tersinggung, serta penurunan gairah seksual. Memasuki trimester kedua, nafsu makan cenderung meningkat menyebabkan kenaikan berat badan yang cukup signifikan serta pertumbuhan payudara dan perut bagian bawah menjadi lebih terlihat. Sedangkan pada trimester ketiga, ibu hamil biasanya mulai merasakan gerakan janin seperti tendangan, perubahan warna dan ukuran puting pada payudara menjadi lebih gelap, munculnya kontraksi ringan serta peningkatan suhu tubuh (Yuliani *et al.*, 2021).

Kehamilan adalah suatu proses alami yang dimulai dari terjadinya pembuahan hingga berakhir pada saat persalinan (Mansjoer, 2021). Saat hamil terjadi perubahan yaitu secara fisiologis dan psikologis. Perubahan fisiologis yaitu perubahan yang meliputi fisik ibu yang terlihat secara kasat mata, struktur anatomi dan hormon yang sangat drastis.

Ibu hamil umumnya juga merasakan gejala-gejala yang terjadi selama masa kehamilan seperti mual dan muntah, kesulitan untuk tidur, radang gusi disertai dengan adanya dahak, sesak napas, frekuensi buang air kecil meningkat, ketidaknyamanan yang disebabkan oleh tekanan pada perineum, rasa nyeri di area punggung, sembelit, kelelahan, kontraksi palsu, dan kram disertai edema di pergelangan kaki sebagai wujud proses adaptasi (Darwitri & Rahmadona, 2022). Kehamilan sangat penting bagi keluarga terutama bagi wanita. Masa kehamilan juga menjadi periode yang sensitif bagi

keluarga karena dapat memicu terjadinya perubahan peran dan identitas peran ibu, ayah, serta anggota keluarga lainnya (Dartiwen & Nurhayati, 2019). Ibu hamil yang menerima atau benar-benar ingin hamil beradaptasi dengan baik terhadap beragam perubahan yang terjadi selama kehamilan dapat berbeda pada ibu yang mengalami penolakan terhadap kehamilannya baik secara fisik, emosional, maupun psikologis karena memandang kehamilan merupakan sesuatu yang membuat stress atau mengurangi keindahan tubuh dikarenakan bagian tubuh yang mengalami pembesaran seperti perut, pinggul, dan payudara yang diiringi dengan perasaan lelah. Tentu saja kondisi ini memengaruhi perubahan psikologis ibu hamil menjadi sulit untuk dikendalikan (Pieter & Namora, 2010).

Perubahan psikologis pada ibu hamil diartikan sebagai masa krisis yang ditandai dengan identitas peran runtuh dan terjadi perubahan. Krisis yang dimaksud adalah gangguan kestabilan psikologis yang muncul sebagai respons terhadap kondisi tertentu atau fase perkembangan individu. Ibu hamil mungkin merasakan campuran antara kegembiraan dan khawatir tentang tanggung jawab baru mereka sebagai orang tua dan bagaimana kelahiran bayi akan memengaruhi kehidupannya. Awal mula perubahan psikologis ibu hamil adalah masa syok, penyangkalan, kebingungan, dan penolakan. Perubahan yang dirasakan oleh ibu hamil disebabkan oleh kondisi hormonal berupa peningkatan yang cenderung menimbulkan ketidakstabilan mental sehingga membuat ibu hamil lebih rentan mengalami panik, cemas, lebih mudah tersinggung serta lebih sensitif dan cepat bereaksi terhadap amarah. Ibu hamil seringkali memiliki kekhawatiran terkait kesehatan janin dan proses kelahirannya.

Menurut laporan *World Health Organization* (WHO) tahun 2019, diperkirakan sekitar 536.000 wanita di dunia meninggal dunia akibat permasalahan yang terjadi selama proses persalinan. Kondisi ini diperkuat oleh data yang menunjukkan bahwa sekitar 99% kasus komplikasi kehamilan dan persalinan terjadi di negara-negara berkembang termasuk Indonesia (Situmorang *et al.*, 2021). Untuk menangani hal tersebut maka dapat dilihat melalui keberhasilan upaya kesehatan ibu yaitu dengan menggunakan satu indikator yang disebut AKI atau Angka Kematian Ibu.

Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan rasio kematian ibu yang disebabkan oleh kehamilan, persalinan dan nifas dan pengelolaannya serta bukan karena sebab-sebab lain seperti kecelakaan atau insidental di setiap 100.000 kelahiran hidup. Adapun target AKI pada tahun 2024 yaitu sebanyak 183 per 100.000 kelahiran hidup sedangkan data SDKI pada tahun 2017 menunjukkan AKI masih sebanyak 305 per 100.000 kelahiran hidup yang masih sangat jauh dari harapan. Oleh karena itu, masih diperlukan peran serta dari semua sektor untuk berperan dalam penurunan Angka Kematian Ibu (AKI) yang hingga saat ini masih sangat tinggi.

Diketahui bahwa dari populasi di Pulau Sumatera dari sebanyak 679.765 ibu hamil, 355.873 diantaranya mengalami masalah kecemasan dalam menghadapi persalinan atau sekitar 52,3% (Kemenkes RI, 2015). Tentunya tingkat kecemasan ini turut memiliki dampak yang besar terhadap kesehatan ibu hamil dan janin yang dikandung dan secara tidak langsung juga berdampak terhadap Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB) karena kecemasan memengaruhi kondisi fisik, mental, dan perilaku selama kehamilan serta persalinan. Kecemasan meningkatkan pelepasan hormon stres seperti kortisol dan adrenalin yang dapat menyebabkan vasokonstriksi pembuluh darah sehingga aliran darah ke plasenta dan janin berkurang yang dapat meningkatkan risiko komplikasi seperti preeklamsia dan kelahiran prematur. Stres yang berlebihan juga dapat menghambat pelepasan hormon oksitosin yang membantu kontraksi rahim sehingga meningkatkan risiko perdarahan postpartum, infeksi dan kelelahan pada ibu. Kecemasan yang tidak ditangani dengan baik dapat meningkatkan berbagai risiko komplikasi obstetri yang pada akhirnya berkontribusi pada tingginya Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB).

Trimester ketiga kehamilan merupakan fase akhir sebelum persalinan yang ditandai dengan berbagai perubahan fisik dan emosional yang signifikan seiring dengan semakin dekatnya waktu persalinan. Pada trimester ini, ibu hamil sering mengalami kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan trimester sebelumnya. Kecemasan ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor

diantaranya kekhawatiran mengenai proses persalinan, kesehatan bayi serta kesiapan menjadi orang tua. Rasa cemas menjelang persalinan ini menjadi hal teratas yang paling sering dialami, terutama jika ibu hamil tidak termotivasi oleh lingkungan dan keluarganya (Rukiyah, 2016).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Indralaya terhadap 10 orang ibu hamil, 6 orang diantaranya mengaku merasa cemas. Rasa cemas tersebut dipicu oleh beberapa faktor seperti khawatir akan kondisi bayi yang sedang dikandung, pengalaman kehamilan sebelumnya seperti komplikasi atau keguguran, usia yang sudah tidak lagi muda untuk hamil, perubahan hormonal yang terjadi selama kehamilan dan memengaruhi suasana hati, dan rasa takut akan rasa sakit saat menghadapi persalinan. Rasa cemas tersebut dirasakan pada saat menunggu hasil pemeriksaan di Puskesmas Indralaya dan juga dirumah khususnya pada malam hari sehingga menyebabkan gangguan tidur berupa sering terjaga. Untuk mengatasi hal tersebut 2 dari 6 ibu hamil mengatakan dengan cara berdoa, 1 orang dengan cara menggunakan aromaterapi agar rileks, 1 orang dengan cara menyampaikan kecemasan kepada pasangannya, dan 2 diantaranya melakukan pekerjaan rumah untuk membuang pikiran dan rasa cemas pada kehamilan. Seluruh ibu hamil tersebut mengatakan belum pernah mencoba berbicara dengan konselor atau tenaga kesehatan mengenai kecemasannya.

Kecemasan pada kehamilan adalah isu penting yang perlu mendapatkan perhatian khusus dari tenaga medis dan keluarga. Kehamilan merupakan proses fisiologis yang berlangsung secara alami namun tanpa pemberian asuhan yang memadai serta deteksi dini terhadap kemungkinan komplikasi, kondisi ini dapat berkembang menjadi masalah kehamilan serius yang apabila tidak ditangani dengan tepat berpotensi menyebabkan kematian pada ibu. Penanganan yang tepat terhadap kecemasan ini sangat penting untuk memastikan pengalaman kehamilan dan persalinan yang lebih positif yaitu intervensi psikososial berupa konseling yang memadai untuk membantu mengurangi tingkat kecemasan ibu hamil. Melalui konseling yang dilakukan secara berkelompok diharapkan para ibu hamil dapat saling memberikan informasi mengenai tahapan kehamilan, tanda-tanda bahaya,

dan persiapan persalinan dan menyediakan ruang bagi ibu untuk mengekspresikan kekhawatirannya dalam mempersiapkan diri secara mental untuk menyambut kelahiran bayi. Konseling bagi ibu hamil adalah komponen esensial dalam perawatan kesehatan maternal. Dengan memberikan dukungan emosional, edukasi, serta strategi untuk mengelola stres, konseling dapat meningkatkan kesejahteraan ibu hamil dan memfasilitasi pengalaman kehamilan yang lebih positif.

Berdasarkan informasi yang diperoleh melalui wawancara dengan tenaga kesehatan di unit pelayanan kesehatan ibu dan anak (KIA) Puskesmas Indralaya menunjukkan bahwa belum tersedia program konseling khusus untuk mengatasi kecemasan pada ibu hamil melainkan berupa kelas edukasi mengenai nutrisi yang dibutuhkan oleh ibu selama kehamilan dan teknik menyusui. Tentunya hal ini penting bagi tenaga kesehatan untuk menyediakan layanan konseling yang komprehensif bagi ibu hamil demi kesehatan mereka dan perkembangan janin yang optimal tidak hanya secara fisik namun juga psikologis. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh konseling kelompok pra persalinan terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil, dengan harapan dapat memberikan wawasan yang lebih dalam tentang bagaimana dukungan emosional dan edukasi yang tepat untuk membantu mengurangi kecemasan selama masa kehamilan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, kecemasan pada ibu hamil merupakan masalah yang memerlukan penanganan segera. Oleh karena itu, pemahaman yang lebih baik mengenai kecemasan pada ibu hamil dan strategi penanganannya menjadi hal yang sangat penting untuk dilakukan. Pemberian intervensi yang tepat seperti konseling psikologis, dukungan sosial, serta informasi kesehatan yang jelas dapat membantu ibu hamil untuk menjalani kehamilan dengan lebih tenang dan meminimalkan risiko komplikasi terkait kecemasan. Berdasarkan pernyataan tersebut, maka dapat dirumuskan permasalahan penelitian sebagai berikut “Bagaimana pengaruh

konseling kelompok pra persalinan terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Indralaya?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh konseling kelompok pra persalinan terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Indralaya.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui karakteristik responden meliputi usia, riwayat pendidikan, pekerjaan, dan riwayat kehamilan.
2. Untuk mengetahui tingkat kecemasan ibu hamil sebelum dilakukan intervensi berupa konseling kelompok pra persalinan.
3. Untuk mengetahui tingkat kecemasan ibu hamil setelah dilakukan intervensi berupa konseling kelompok pra persalinan.
4. Untuk menganalisis pengaruh konseling kelompok pra persalinan terhadap tingkat kecemasan ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Indralaya.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menyajikan informasi dan pengetahuan terkait tingkat kecemasan pada ibu hamil dan strategi intervensi yang dapat dilakukan untuk mengatasi kecemasan tersebut serta mengidentifikasi pengaruh dari pemberian konseling pada tingkat kecemasan yang dialami oleh ibu hamil.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Melalui penulisan penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan untuk memperdalam kajian tentang intervensi non-farmakologis dalam menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil khususnya melalui metode konseling kelompok pra persalinan guna

melihat efek konseling kelompok terhadap kecemasan dan proses persalinan dalam jangka waktu lebih panjang.

2. Bagi Ibu Hamil

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan wawasan kepada ibu hamil mengenai pengaruh konseling kelompok dalam membantu ibu hamil mengelola kecemasan. Pemahaman yang didapatkan oleh ibu hamil ini nantinya penting untuk mengembangkan intervensi yang berbasis bukti dalam meningkatkan kualitas kesehatan ibu dan janin sehingga risiko komplikasi yang diakibatkan oleh stress dan kecemasan, seperti kelahiran prematur atau berat badan lahir rendah dapat diminimalkan.

3. Bagi Layanan Kesehatan

Hasil dari penelitian ini dapat memberikan rekomendasi kepada pihak penyedia layanan kesehatan mengenai pentingnya program konseling kelompok sebagai bagian dari perawatan kehamilan. Hal ini dapat memengaruhi kebijakan kesehatan maternal, khususnya dalam upaya peningkatan kesehatan mental pada ibu hamil

4. Bagi Program Studi Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sarana dalam mengembangkan keilmuan di bidang ilmu keperawatan terutama mengenai perbedaan tingkat kecemasan ibu hamil sebelum dan sesudah dilakukan konseling kelompok pra persalinan terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil. Selain itu, dapat dimanfaatkan sebagai informasi untuk referensi bahan ajar penelitian berikutnya dalam perbaikan pelayanan dan pengembangan Program Studi Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Sriwijaya.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini adalah keperawatan maternitas yang berfokus pada masalah kecemasan pada ibu hamil beserta strategi intervensinya berupa konseling kelompok yang bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh dari konseling kelompok pra persalinan dan tingkat kecemasan pada ibu hamil. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *quasy experiment* dengan pendekatan *non randomized one group pretest posstest without control group design* menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data pada penelitian ini dikumpulkan menggunakan kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HAR-S) dengan pertanyaan yang berkaitan dengan tingkat kecemasan. Populasi pada penelitian ini yaitu ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Indralaya.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, M. Al, & Juniati, D. (2017). Klasifikasi kelompok Umur Manusia berdasarkan Analisis Dimensi Fraktal Box Counting dari Citra Wajah dengan Deteksi Tepi Canny. *MATHunesa*, 2(6) , 33–42
- Anissa, I. (2016). Konsep kecemasan (anxiety) pada lanjut usia. Artikel Ilmiah: Universitas Negri Padang, 19.
- Anggraini, D., & Nurmalasari, E. (2020). Efektivitas Konseling Kelompok terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 11(2), 55–61.
- Anwar, K. K., Elyasari, N., Kartini, Y., Saleh, U. K. S., Imroatu Zulaikha, L., Candra Resmi, D., & Purnama, Y. (2022). Asuhan Kebidanan Kehamilan. Asuhan Kebidanan Kehamilan. Global Eksekutif Teknologi.
- Aprilia, Y. (2019), *Gentle birth*, Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Arifah, S., & Himawati, S. (2023, July). Asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III. In *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM Universitas' Aisyiyah Yogyakarta* (Vol. 1, pp. 438-448).
- Arifiati, R. F., & Wahyuni, E. S. (2019). Peningkatan sense of humor untuk menurunkan kecemasan pada lansia. *Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 1(2), 139-69.
- Candra, I. W., Harini, I. G. A., & Sumirta, I. N. (2017). Psikologi landasan keilmuan praktik keperawatan jiwa. Penerbit Andi.
- DAN, K., OBSTETRI, P., & NIFAS, M. (2013). Pelayanan Kesehatan Ibu di Fasilitas Kesehatan Dasar dan Rujukan.
- Dartiwen, S., Nurhayati, Y., ST, S., & Keb, M. (2019). Asuhan Kebidanan pada kehamilan. Penerbit Andi.

- Darwitri, & Rahmadona. (2022). Prenatal Yoga Menurunkan Keluhan Fisik pada Ibu Hamil Trimester II dan III. *Photon: Jurnal Sain Dan Kesehatan*, 12(1), 26–33.
- Desmarnita, U., & Mulyanti, Y. (2019). Pengaruh Promosi Kesehatan Melalui Buku Praktis Kesehatan Ibu Hamil Preeklamsia Terhadap Pengetahuan Kader Kesehatan. *Jurnal Keperawatan*, 4(1), 44-53.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Ogan Ilir. Profil Kesehatan Kabupaten Ogan Ilir 2021. Lembaran Situasi Kesehatan Tahun Kerja 2020.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan. Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan. Palembang: Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan; 2020.
- Endjun, januadi. (2009), Mempersiapkan Kehamilan Sehat, Jakarta: Pustaka Bunda.
- Fitriana, Y., & Sutanto, A. V. (2019). Asuhan Pada Kehamilan.
- Fitriani dkk. (2021), Buku Ajar Kehamilan, Yogyakarta: Deepublish.
- Gitanurani, Y., & Utami, F. S. (2017). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kesiapan persalinan di Puskesmas Jetis I Bantul Yogyakarta (Doctoral dissertation, Universitas' Aisyiyah Yogyakarta).
- Gultom, L. (2020). ASUHAN KEBIDANAN KEHAMILAN-Lusiana Gultom, SST, M. Kes, Julietta Hutabarat, S. Psi, M. Keb-Google Buku.
- Handayani, A., & Sari, N. P. (2019). Efektivitas Edukasi Kesehatan melalui Media Kelompok Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan*.
- Hastuti, P. (2021). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kehamilan Remaja. *Jurnal Ners*, 7(2), 1346-1353.
- Hawari, D. (2022). Manajemen Stres Cemas dan Depresi. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia
- Hidayanti dkk. (2022), Buku Ajar Maternitas. Palu: CV Feniks Muda Sejahtera.

- Jaenudin, E. (2018). Makna kerja bagi guru khidmah di pondok pesantren al luqmaniyah yogyakarta [Universitas Mercu Buana Yogyakarta]. <http://eprints.mercubuana-yogya.ac.id/id/eprint/2825>
- Jarnawi. (2020). Mengelola Cemas Di Tengah Pandemi Corona. *At-Taujih: Bimbingan dan Konseling Islam*, 60.
- Jasmine, S., Ayu, I. M., Vionalita, G., & Silviana, I. (2022). Hipertensi Dalam Kehamilan Pada Ibu Hamil Trimester 3 Di Rumah Sakit Ibu Dan Anak Cinta Kasih Tahun 2021. *MOTORIK Jurnal Ilmu Kesehatan*, 17(2), 74-79.
- Kasmianti, K., Dian, P., Ernawati, E., Juwita, J., Salina, S., Winda, D. P., ... & Kartika, S. M. (2023). Asuhan kehamilan.
- Kemendes RI. Buku Pedoman Pengenalan Tanda Bahaya pada Kehamilan, Persalinan dan Nifas. Jakarta: Direktorat Jenderal Pembangunan Masyarakat Desa; 2020.
- Kementerian Kesehatan RI. Kesehatan dalam Kerangka Sustainable Development Goals (SDG'S). Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2015.
- Kurniawan, S., & S Th I, M. S. I. (2017). *Pendidikan Karakter di Sekolah: Revitalisasi Peran Sekolah dalam Menyiapkan Generasi Bangsa Berkarakter*. Samudra Biru.
- Lasut, F. C., & Donsu, A. (2018). Hubungan Pengetahuan Dengan Kinerja Bidan Dalam Penerapan Standar Pelayanan Antenatal Care 10 T. *JIDAN (Jurnal Ilmiah Bidan)*, 6(1), 25-30.
- Latifah, N. (2019). Perancangan Sistem Informasi Catatan Kesehatan Ibu Hamil Dan Ibu Bersalin Berbasis Sms Notifikasi. *Jurnal Disprotek*, 10(1), 17-22.
- Latipun, L. (2010). Pembentukan Perilaku Damai di Kalangan Remaja: Interpretative Phenomenological Analysis terhadap Proses Konseling. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 7(1), 17-28.
- Lina Zaqiyah, L. (2022). GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG PERSALINAN SECTIO CAESAREA PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS SLEMAN TAHUN 2022 (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta).

- Mail, E. 2020. 'Sikap Ibu Hamil Trimester II dan III terhadap Perubahan Fisiologi Selama Kehamilan', *Jurnal Kebidanan*, 9(2), pp. 83–89.
- Mandriwati, Gusti Ayu dkk. (2018), *Asuhan Kebidanan kehamilan berbasis kompetensi*, Jakarta: Buku kedokteran EGC.
- Mansjoer, Arif. (2007). *Kapita Selekta Kedokteran Edisi 3 Jilid II*. Jakarta: Media Aesculapius.
- Mashudi, F. (2012). *Psikologi konseling*. Yogyakarta: IRCiSoD, 2(2), 171-181.
- Megasari, Miratu dkk. (2015), *Panduan Asuhan Kebidanan I*, Yogyakarta: Deepublish.
- Muhtasor, M., & Irawan, E. (2022). Efektifitas Konseling Berbasis Penyembuhan Spiritual Untuk Mereduksi Kecemasan Ibu Hamil Pada Trimester Ketiga. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 2(4), 782-792.
- Muyasaroh, H. (2020). *Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap dalam menghadapi Pandemi. Covid 19*. LP2M UNUGHA Cilacap.
- Nani, P. (2018). *ASUHAN KEBIDANAN CONTINUITY OF CARE PADA NY. N MASA HAMIL SAMPAI DENGAN KELUARGA BERENCANA DI KLINIK PANGESTU SITI SAUDAH S. ST POLOREJO, BABADAN, PONOROGO* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Ponorogo).
- Ningsih, D. S., Hidayati, I. R., & Susanti, N. (2021). Pengaruh konseling kelompok terhadap kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 12(2), 65–72.
- Notoatmodjo. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Nova, E. M., & Irma, M. P. (2022). Pengaruh Media Edukasi berbasis smartphone terhadap persiapan persalinan.
- Novitasari, T. (2023). Keefektifan konseling kelompok pra-persalinan untuk menurunkan tingkat kecemasan primigravida menghadapi persalinan. *Developmental and Clinical Psychology*, 2(2).

- Nugrawati, N., St, S., & Amriani, S. (2021). *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. Penerbit Adab.
- Nurhasanah, N., Sari, D. P., & Lestari, R. (2021). Pengaruh Konseling Kelompok terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Tembalang. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*.
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* (P. P. Lestari (ed.); Edisi 4). Salemba Medika.
- Nursalam. (2018). *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pedoman Skripsi, Tesis Dan Instrument Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pieter, H. Z., & Janiwarty, B. (2013). *Pendidikan Psikologi untuk Bidan*. Andi Offset: Yogyakarta. PP, 263-264.
- Pieter, H. Z., dan Namora L. L. (2010), *Pengantar Psikologi untuk Kebidanan*, Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Prautami, E. S. (2021). Perbedaan Kecemasan Primigravida Trimester I Sebelum Dan Sesudah Diberikan Konseling. *Jurnal Kesehatan Saelmakers PERDANA (JKSP)*, 4(2), 269-274.
- Putri, C. R. A., Arlym, L. T., & Yuanti, Y. (2022). Pengaruh prenatal yoga dalam mengurangi kecemasan pada kehamilan: Systematic literature review. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 11(1), 81-87.
- Rahmadani, L. N., Anggraini, S., & Mulyani, S. (2019). Pengaruh Konseling Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan di BPM Hj. Sri Lumintu. *Placentum Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, 7(1), 25-31.
- Rahmatullah, M. R., Sagia, N. A., Zahra, T. F., & Zulfadli, Z. (2024). Laporan Kasus: Pendekatan Multidisiplin dalam Manajemen Ketuban Pecah Dini pada Kehamilan Kembar. *Medical Profession Journal of Lampung*, 14(6), 1119-1123.
- Rahmi, W. (2020). Efektivitas Konseling dengan Teknik Relaksasi Terhadap Kecemasan Ibu Hamil di Puskesmas Payakumbuh. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*.

- Raidanti, D., & Wahidin, W. (2021). Hubungan Preeklampsia dan Paritas Tinggi dengan Kejadian Bayi Berat Lahir Rendah. *Hubungan Preeklampsia dan Paritas Tinggi dengan Kejadian Bayi Berat Lahir Rendah*, 1(1), 11-15.
- Rintho R. (2022). Monograf Ehealth Malaria dan Kehamilan, Bandung : Media Sains Indonesia.
- Romauli,S. (2011), Buku Ajar Kebidanan Konsep Dasar Asuhan Kehamilan, Yogyakarta: Nuha Medika.
- Rukiyah. (2016). Asuhan Kebidanan Kehamilan. Trans Info Media. Jakarta
- Samosir, A. M., & Damanik, N. S. (2022). HUBUNGAN PIJAT OKSITOSIN DENGAN PENGELUARAN ASI PADA IBU POST PARTUM DI BIDAN PRAKTEK MANDIRI AGUSTINA KABUPATEN BATUBARA TAHUN 2022. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 2(3), 82-90.
- Sari dkk. (2022), Penyakit dan Kelainan dari Kehamilan, Padang: PT Global Eksekutif Teknologi.
- Sari, I. W., & Afifah, V. A. (2022). Pengaruh Konseling Keluarga Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III saat Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan*, 15(1), 8-8.
- Situmorang, R. B., Hilinti, Y., Jumita, J., & Hutabarat, V. (2021). Hubungan pengetahuan dengan minat ibu hamil dalam penerapan senam prenatal yoga di bpm jumita, s. st., m. kes kota Bengkulu. *Journal Of Midwifery*, 9(1), 44-52.
- Sugiyono, S. (2019). Metode penelitian kuantitatif dan kualitatif dan R&D. Alfabeta Bandung, 93-98.
- Sulastri, M., Ayudiah, F., & Putri, Y. (2024). Edukasi Ibu Hamil Dan Konseling Tentang Tanda Bahaya Ibu Hamil Dengan Kecemasan Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu. *Jurnal Dehasen Mengabdi*, 3(1), 61-64.
- Sumirta, I. N. (2019). Terapi menulis ekspresif terhadap tingkat kecemasan pada odha. *Jurnal Gema Keperawatan*, 12(1).

- Suwanto, M. (2015). Implementasi Metode Bayesian Dalam Menentukan Kecemasan Pada HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale). Jember: Universitas Muhammadiyah Jember.
- Trahati, M. R. (2015). Implementasi Pendidikan Karakter Peduli Lingkungan di Sekolah Dasar Negeri Tritih Wetan 05 Jeruklegi Cilacap. *Basic education*, 5(12).
- Varney, Helen. (2010), Buku Ajar Asuhan Kebidanan Edisi 4, Jakarta: EGC.
- Veftisia, V., & LD, A. (2021). Tingkat Kecemasan, Stress Dan Depresi Pada Ibu Hamil Trimester II Dan III di PMB Ibu Alam Kota Salatiga. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 4(1), 62-67.
- Widatiningsih, S., & Dewi, C. H. T. (2017). Praktik terbaik asuhan kehamilan. Yogyakarta: Trans Medika, 1.
- World Health organization. Maternal mortality Evidance brief. *Matern Mortal*. 2019;(1):1-4.
- Wulandari, Rr. Catur Leny dkk. (2021), Asuhan Kebidanan Kehamilan, Bandung: CV Media Sains Indonesia.
- Yuliana, Y., & Widyawati, M. N. (2020). Efektivitas konseling kelompok terhadap penurunan kecemasan ibu hamil trimester III. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional*, 5(1), 10–18.
- Yuliani, D. R. (2021). Sumber Informasi Covid-19 Bagi Ibu Hamil Dan Ibu Nifas Di Kecamatan Baturraden. *Jurnal Sains Kebidanan*, 3(1), 17-23.
- Yulianti, R. (2018). Efektivitas Konseling Pra Persalinan terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester Ketiga. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*.
- Zulaikha, N., & Minata, F. (2021). Analisa Determinan Kejadian Kelahiran Prematur Di RSIA Rika Amelia Palembang. *Jurnal Kesehatan Saelmakers PERDANA (JKSP)*, 4(1), 24-30.