

**PENGARUH APLIKASI BERBASIS *WEBSITE* JSPS (JIWA SEHAT  
PERSALINAN SELAMAT) MENGENAI PENATALAKSANAAN  
ANSIETAS TERHADAP PERUBAHAN TINGKAT  
ANSIETAS IBU PRIMIGRAVIDA**



**SKRIPSI**

**Oleh:**

**TETA APRILIANA**

**04021181722006**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
BAGIAN KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS SRIWIJAYA  
INDRALAYA (AGUSTUS, 2022)**

**PENGARUH APLIKASI BERBASIS *WEBSITE* JSPS (JIWA SEHAT  
PERSALINAN SELAMAT) MENGENAI PENATALAKSANAAN  
ANSIETAS TERHADAP PERUBAHAN TINGKAT  
ANSIETAS IBU PRIMIGRAVIDA**



**SKRIPSI**

**Diajukan sebagai persyaratan untuk memperoleh  
Gelar Sarjana Keperawatan**

**Oleh:**

**TETA APRILIANA**

**04021181722006**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
BAGIAN KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS SRIWIJAYA  
INDRALAYA (AGUSTUS, 2022)**

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Teta Apriliana

NIM : 04021181722006

dengan sebenarnya menyatakan bahwa skripsi ini saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sriwijaya. Jika di kemudian hari ternyata saya melakukan tindakan plagiarisme, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Sriwijaya kepada saya.

Indralaya, Agustus 2022



(Teta Apriliana)

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

**LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI**


**NAMA : TETA APRILIANA**  
**NIM : 04021181722006**  
**JUDUL : PENGARUH APLIKASI BERBASIS WEBSITE JSPS (JIWA SEHAT  
PERSALINAN SELAMAT) MENGENAI PENATALAKSANAAN  
ANSIETAS TERHADAP PERUBAHAN TINGKAT ANSIETAS IBU  
PRIMIGRAVIDA**

**Pembimbing 1**

Sri Maryatun, S.Kep., Ns., M.Kep  
NIP. 197908162003122002


**A.n Pembimbing 1**

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

  
(.....)

**Pembimbing 2**

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

  
(.....)

**Mengetahui,**

**Ketua Bagian Keperawatan**

  
**Hikayati, S.kep., Ns., M.Kep**  
**NIP.1976022020022122001**

**Koordinator Program Studi Keperawatan**

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

UNIVERSITAS SRIWIJAYA  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
BAGIAN KEPERAWATAN  
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

NAMA : TETA APRILIANA  
NIM : 04021181722006  
JUDUL : PENGARUH APLIKASI BERBASIS WEBSITE JSPS (JIWA SEHAT  
PERSALINAN SELAMAT) MENGENAI PENATALAKSANAAN ANSIETAS  
TERHADAP PERUBAHAN TINGKAT ANSIETAS IBU PRIMIGRAVIDA

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi Keperawatan Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya pada tanggal 26 Juli 2022 dan telah diterima guna memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan.


Indralaya, September 2022

**Pembimbing 1**

Sri Maryatun, S.Kep., Ns., M.Kep  
NIP. 197908162003122002

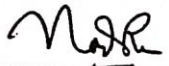
**A.n Pembimbing 1**

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

  
(.....)

**Pembimbing 2**

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

  
(.....)

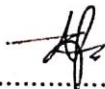
**Penguji 1**

Fuji Rahmawati, S.Kep., Ns., M.Kep  
NIP. 198901272018032001

  
(.....)

**Penguji 2**

Dian Wahyuni, S.Kep., Ns., M.Kes  
NIP. 197907092006042001

  
(.....)

Mengetahui,

Ketua Bagian Keperawatan

  
  
Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep  
NIP. 197602202002122001

Koordinator Program Studi Keperawatan

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

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

**Skripsi, Agustus 2022  
Teta Apriliana**

**Pengaruh Aplikasi Berbasis *Website* JSPS (Jiwa Sehat Persalinan Selamat)  
Mengenai Penatalaksanaan Ansietas terhadap Perubahan Tingkat Ansietas  
Ibu Primigravida**

**xix+193 halaman+6 tabel+ 15 Gambar+3 skema+17 lampiran**

**ABSTRAK**

Kehamilan bagi ibu primigravida merupakan suatu pengalaman baru yang dapat menimbulkan kecemasan. Kecemasan tersebut dapat terjadi akibat kurangnya pengetahuan dan informasi yang diperoleh ibu primigravida. Permasalahan ini dapat dicegah dengan memberikan pengetahuan berupa informasi seputar kehamilan serta pemberian intervensi mengenai teknik mengatasi cemas dengan memanfaatkan teknologi internet agar para ibu hamil tetap mendapatkan edukasi dimana saja dan kapan saja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh aplikasi berbasis *website* JSPS (Jiwa Sehat Persalinan Selamat) mengenai penatalaksanaan ansietas terhadap perubahan tingkat ansietas ibu primigravida di Kecamatan Selat Penuguan. Penelitian ini merupakan penelitian *pre-experimental design* tanpa adanya kelompok kontrol dengan rancangan *one group pre-post test design*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling* dengan jumlah sampel 14 responden. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale) yang terdapat di dalam aplikasi *website* JSPS untuk melihat perbedaan tingkat ansietas responden sebelum dan setelah menggunakan aplikasi. Hasil analisis bivariat dengan menggunakan uji *Marginal Homogeneity* didapatkan *p value* 0,000 artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara kecemasan sebelum dan setelah menggunakan aplikasi *website* JSPS. Hal ini menunjukkan aplikasi *website* JSPS berpengaruh terhadap perubahan tingkat ansietas ibu primigravida. Aplikasi ini direkomendasikan untuk ibu hamil yang merasakan cemas khususnya ibu primigravida karena mudah untuk digunakan dimanapun, dapat menambah informasi serta dapat melakukan *screening* tingkat kecemasan.

**Kata Kunci:** Ansietas, Aplikasi *Website* JSPS, Primigravida

**Daftar Pustaka:** 93 (1999-2021)

**SRIWIJAYA UNIVERSITY  
MEDICAL FACULTY  
NURSING SCIENCE STUDY PROGRAM**

*Thesis , August 2022*

*Teta Apriliana*

***The Effect of JSPS (Self-Healthy Childbirth) Website-Based Application Regarding the Management of Anxiety on Changes the Level of Anxiety in Primigravida Pregnant Woman***

***xix+ 193 pages+6 tables+15 pictures+3 schemes+17 enclosure***

***ABSTRACT***

*Pregnancy for primigravida is something experience new can cause anxiety. This anxiety accours due to the lack of knowledge and information obtained by primigravida pregnant woman. These problems can be prevented by providing knowledge in the form of information about pregnancy and providing interventions regarding anxiety coping techniques by utilizing internet technology so that pregnant woman can still get education anywhere and anytime. Study this aim for knowing the effect of JSPS Self-Healthy Childbirth) website based application regarding the management of anxiety on changes the level of anxiety in primigravida pregnant woman. Study this is study pre-experimental design without existence group control with design one group pre-post test design. Technique taking sample use total sampling with amount sample of 14 respondents. Data was collected using the HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale) questionnaire wich was found on the JSPS website application to see the difference in the level of anxiety of respondents before and after using the application. The results analysis bivariate with use test Marginal Homogeinity obtained p value 0.000 means there is significant difference Among worry before and after use JSPS website application. This application is recommended for pregnant woman who feels anxious, especially primigravida mothers because it is easy to use, can add information and can screen anxiety levels.*

***Keywords : Anxiety , Application JSPS Website ,Primigravida***

***List Libraries : 93 (1999-2021)***

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahiim..

Alhamdulillah rabbil Alaamiin... Puji dan syukur ku ucapkan kepada Allah SWT atas karunia nikmat, berkah, rezeki umur, cinta dan kasih sayang yang telah dianugerahkan kepadaku sehingga aku dapat menyelesaikan skripsi ini dan menyanggah gelar Sarjana Keperawatan di kampus tercinta PSIK FK Universitas Sriwijaya. Tak lupa juga sholawat teriring salam ku curahkan kepada Suri Tauladan kita Nabi Agung Nabi Muhammad SAW yang kita tunggu-tunggukan syafaatnya di Yaumul Mahsyar nanti aamiin. Banyak lika-liku yang dilalui untuk sampai ke tahap ini, tentunya aku tidak sendiri melainkan banyak orang-orang terkasih, tersayang dan tercinta yang membantuku dari segi materi, pendapat, pertolongan, tempat curhat, pembimbing dan masih banyak lagi yang tidak akan habis jika hanya digoreskan dengan dalam bentuk tulisan ini. Tentunya aku sangat bersyukur dan berterima kasih kepada:

- ♥ Kedua Malaikat Tanpa Sayap Papa&Mama (Jamaluddin & Ayi Sumiati)  
Terima kasih Pa, Ma.. terima kasih sudah memilikiku untuk lahir dari rahim mama menjadi anak dalam keluarga ini. Untuk Papa terimakasih banyak atas setiap tetesan keringatmu dalam menafkahi keluarga, membiayaiiku dari lahir sampai bisa mendapat gelar sarjana ini, mengajarku arti dari sebuah kehidupan, mengajarku untuk menjadi wanita tangguh, rendah hati dan wanita penyabar, mengayomi dan menyayangiku dengan sepenuh hati, mendidikku dengan penuh kehangatan dan kebijaksanaan. Untuk Mama terimakasih banyak ma atas seluruh waktumu menjagaku dari mulai dalam kandungan hingga saat ini mama selalu ada disampingku, terimakasih atas cinta dan kasih sayang yang amat sangat luar biasa, terimakasih atas semua didikan mama untuk menjadikan putra putri mama menjadi anak yg sholeh & sholehah, pelukan mama yang sangat hangat yang menjadikanku kuat. Terimakasih kepada Papa & mama sudah menjadi tempatku bersandar dikala rapuh dan menjadi penyemangatku dikala ku terjatuh. Aku tidak akan bisa sampai pada titik ini tanpa kalian, tanpa doa kalian, dan tanpa semangat kalian. Semoga gelar ini bisa menjadikan sebuah kebanggaan bagi Papa dan Mama.. semoga Papa dan Mama mendapatkan balasan yang berlipat ganda di syurga-Nya kelak.. aamiin.
  
- ♥ Kakak-Kakak Ku (A'Bobi, A'Rangga, dan Mbak Iparku Mbak Novi):  
Terimakasih ku ucapkan kepada aa'-aa' ku dan mbak ku sudah menyayangi adik kecil mu ini, menghiburku dikala sedih, memberikan warna warni dalam hidupku, mengasihiku, mengasuhku, dan menjagaku. Terimakasih sudah menjadi partner ku dalam membuat keramaian di keluarga ini dengan pertengkaran-pertengkaran kecil kita. Terimakasih sudah banyak sekali membantuku selama ini dan bersedia untuk kurepotkan. Semoga kalian selalu dalam lindungan Allah SWT, aamiin.



- ♥ Dosen Pembimbing & Dosen Penguji: Ibu Sri Maryatun, S.Kep., Ns., M.Kep (Pembimbing 1) Ibu Mutia Nadra Maulida, S.Kep., Ns., M.Kep., M.Kes (Pembimbing 2) Ibu Fuji Rahmawati, S.Kep., Ns., M.Kep (Penguji 1) Ibu Dian Wahyuni, S.Kep., Ns., M.Kep (Penguji 2): Terimakasih banyak ku ucapkan kepada dosen pembimbing dan penguji skripsiku atas semua waktu, saran, masukan, koreksi, nasihat, bimbingan serta ilmu yang telah kalian berikan kepadaku dengan penuh rasa sabar dan penuh rasa kasih sayang untuk menyelesaikan skripsi ini. Tak banyak yang dapat saya berikan selain ucapan terimakasih serta doa, semoga Allah Swt membalas semua kebaikan Ibu dengan pahala yang berlimpah, rezeki yang berlimpah, kesehatan serta kesejahteraan keluarga dan menjadikan apa yang Ibu Atun, Ibu Mutia, Ibu Fuji dan Ibu Dian berikan menjadi amal jariyah yang akan mengantarkan ibu ke Surga-Nya aamiin..
  
- ♥ Seluruh Dosen dan Staff PSIK FK Unsri: Terimakasih banyak ku ucapkan kepada seluruh dosen dan staff PSIK FK Unsri untuk semua ilmu, pengalaman, pembelajaran, kasih sayang, serta nasihat-nasihat yang telah kalian berikan semoga semua hal tersebut dapat menjadi lading pahala bagi kalian dan dapat mengantarkan kalian ke Surga-Nya aamiin..
  
- ♥ “Partnerku, Sahabat-Sahabat Gurlz On, Teman seperjuanganku”: Terimakasih ku ucapkan kepada “my partner” abang Febry atas semua bantuan baik tenaga, pikiran, waktu, financial dan masih banyak lagi yang tentunya tak dapat terbalaskan dengan apapun dalam proses skripsi ini, sudah mau menjadi tempat curhat dan mengeluh dan tak henti-hentinya menyemangati, menasehati, menyayangi dan memilihku menjadi partner yang banyak menyusahkan. Terimakasih kepada “Gurlz On” Alfiyah, Ajeng & Yunita atas semua perlakuan baik kalian kepadaku, menolongku menyemangati serta menampung semua curahan hati ku, terimakasih telah memilihku menjadi sahabat kalian bukan hanya sahabat tetapi juga saudara kalian, kalian salah satu inspirasiku bisa sampai ke detik ini. Terimakasih kepada Bintari dan Ona telah menjadi bagian penting menjadi teman sekelompok yang abadi yaa, terimakasih kepada teman-teman seperjuangan lainnya angkatan 2017 tercinta yang tak lupa menjadi bagian penting dari proses panjang ini. Terimakasih pula kepada “Asma Usna Squad” Diah, Nila, Endah, Evi, Ayu, Lela, dan Ex Asma Usna Squad: Kak Sia, Yunia, Tari, Tuti, kalian telah membersamaiku, melalui suka duka bersamaku menjadi anak kost yang jauh dari orangtua, menjadi sodara bagiku. Semoga kalian semua mendapat pahala yang berlimpah dari Allah Swt.. aamiin, I love you So much guys..

♥ **“The last For Me”** :Terimakasih banyak untuk diriku sendiri sudah mampu bertahan sejauh ini sampai detik ini. Terimakasih sudah berhasil menyelesaikan proses yang panjang ini dengan penuh semangat, air mata, sempat sakit namun tetap bertahan, tak dapat lari dan berjalan namun merangkak tetap dilakukan demi tercapainya sebuah gelar yang sangat sangat kuimpikan bukan hanya untukku tapi untuk kedua orangtuaku serta orang-orang terkasihku. Semoga semua lelah yang telah dirasakan dapat menjadi *lillah* dan dapat menjadikan pahala bagiku dan semoga ilmu ini dapat bermanfaat dan tetap amanah menjalani profesi ini. Aamiin.. Terimakasih I’m proud of myself..

**-Teta Apriliana-**

## KATA PENGANTAR

*Bismillahirrahmanirrahiim*, puji syukur penulis ucapkan atas berkah, rahmat, nikmat dan karunia dari Allah SWT, sehingga penulisan dapat menyelesaikan proposal penelitian yang berjudul “Pengaruh Aplikasi Berbasis *Website* JSPS (Jiwa Sehat Persalinan Selamat) Mengenai Penatalaksanaan Ansietas terhadap Perubahan Tingkat Ansietas Ibu Primigravida”. Proposal penelitian ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mengerjakan skripsi pada Program Strata-1 di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.

Penulis menyadari dalam penyusunan proposal skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada: Ibu Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Ketua Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya, Ibu Eka Yulia Fitri Y, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Koordinator Program Studi Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya, Ibu Sri Maryatun, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Pembimbing 1 dalam pembuatan proposal penelitian, Ibu Mutia Nadra Maulida, S.Kep., Ns., M.Kep., M.Kes. selaku Pembimbing 2 dalam pembuatan proposal penelitian, Ibu Fuji Rahmawati, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Penguji 1, Ibu Dian Wahyuni, S.Kep., Ns., M.Kes, Seluruh Dosen, Staf Administrasi dan Keluarga Besar Program Studi Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya yang telah memberi ilmunya serta membantu dan memberikan kemudahan selama penyusunan proposal penelitian ini, kepada Kecamatan Selat Penuguan dan Puskesmas Mekarsari yang telah berpartisipasi

dan mengizinkan untuk melakukan penelitian ini, serta teman-teman yang selalu memberikan doa dan dukungan selama penyusunan proposal penelitian ini.

Penulis menyadari laporan proposal penelitian ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karenanya penulis mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun demi kesempurnaan proposal penelitian ini sehingga bisa memberikan manfaat bagi bidang pendidikan dan bagi masyarakat dalam penerapannya di lapangan secara langsung. *Aamiin Ya Rabbal Allaamiin.*

Penulis

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Teta Apriliana', written in a cursive style.

Teta Apriliana

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
SURAT PERNYATAAN .....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI .....	v
ABSTRAK .....	vi
<i>ABSTRACT</i> .....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	viii
KATA PENGANTAR .....	xi
DAFTAR ISI .....	xiii
DAFTAR TABEL .....	xv
DAFTAR GAMBAR LAMPIRAN.....	xvi
DAFTAR SKEMA .....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xviii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	xix
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian .....	8
E. Ruang Lingkup Penelitian .....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	11
A. Proses Kehamilan .....	11
B. Ibu Primigravida .....	20
C. Perubahan Psikologis pada Masa Kehamilan .....	21
D. Persalinan .....	25
E. Ansietas .....	36
F. Penatalaksanaan Ansietas (SIKI) .....	43
G. Isi Aplikasi <i>Website</i> JSPS (Jiwa Sehat Persalinan Selamat) .....	43
H. Aplikasi <i>Website</i> .....	63
I. Penelitian Terkait .....	70
J. Kerangka Teori .....	74
BAB III METODE PENELITIAN .....	75
A. Kerangka Konsep Penelitian .....	75
B. Desain Penelitian .....	76
C. Hipotesis Penelitian .....	76
D. Definisi Operasional .....	77
E. Populasi dan Sampel .....	79

F. Tempat .....	81
G. Watu Penelitian .....	81
H. Etika Penelitian .....	81
I. Alat Pengumpulan Data .....	85
J. Uji Validitas dan Reliabilitas .....	88
K. Prosedur Pengambilan Data .....	88
L. Analisa Data .....	92
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>95</b>
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	95
B. Hasil Penelitian .....	96
1. Hasil Analisis Univariat .....	96
2. Hasil Analisis Bivariat .....	98
C. Pembahasan.....	100
D. Keterbatasan Penelitian.....	118
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>119</b>
A. Kesimpulan .....	119
B. Saran.....	120
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>122</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>130</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	77
Tabel 3.2 Rentang Penilaian Uji Usability .....	88
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden.....	96
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Ansietas Ibu Primigravida Sebelum Menggunakan Aplikasi <i>Website</i> JSPS .....	97
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Tingkat Ansietas Ibu Primigravida Setelah Menggunakan Aplikasi <i>Website</i> JSPS .....	98
Tabel 4.4 Perbedaan Ansietas Ibu Primigravida Sebelum dan Setelah Menggunakan Aplikasi <i>Website</i> JSPS .....	99

## DAFTAR GAMBAR LAMPIRAN

- Gambar 1 : *Cover Aplikasi Website JSPS*
- Gambar 2 : *Informed Consent*
- Gambar 3 : Data Demografi Responden
- Gambar 4 : Kuesioner *Pretest*
- Gambar 5 : Hasil *Screening* Kecemasan
- Gambar 6 : Informasi Seputar Kehamilan
- Gambar 7 : Teknik-Teknik Mengatasi Kecemasan
- Gambar 8 : Relaksasi Napas Dalam
- Gambar 9 : Hipnotis Lima Jari
- Gambar 10 : Relaksasi Otot Progresif
- Gambar 11 : Kuesioner *Posttest*
- Gambar 12 : Hasil *Screening* Kecemasan
- Gambar 13 : Ucapan Terimakasih
- Gambar 14 : Desain Figma
- Gambar 15 : VS Code



## DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Teori.....	74
Skema 3.1 Kerangka Konsep .....	75
Skema 3.2 Desain Penelitian.....	76

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 2 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 3 : Lembar Kuesioner Penelitian (HARS)
- Lampiran 4 : Lembar Kuesioner Usability
- Lampiran 5 : Standar Operasional Prosedur
- Lampiran 6 : Jadwal Tahap Pelaksanaan Penelitian
- Lampiran 7 : Modul Penggunaan Aplikasi *Website* JSPS
- Lampiran 8 : Modul Pembuatan Aplikasi *Website* JSPS
- Lampiran 9 : Tampilan Aplikasi *Website* JSPS
- Lampiran 10 : Sertifikat Kelayakan Etik Penelitian
- Lampiran 11 : Surat Izin Penelitian
- Lampiran 12 : Surat Selesai Penelitian
- Lampiran 13 : Hasil Uji Statistik
- Lampiran 14 : Uji Plagiarisme
- Lampiran 15 : Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 16 : Lembar Konsultasi Pembimbing I
- Lampiran 17 : Lembar Konsultasi Pembimbing II

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP



### A. Data Pribadi

Nama : Teta Apriliana  
Tempat Tanggal Lahir : Sukabumi, 3 April 1999  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Alamat : Rt 014, Rw 001, Desa Sumber Rejo Kecamatan  
Selat Penuguan Kabupaten Banyuasin, Sumatera  
Selatan  
No. Telepon/HP : 083160769090  
Email : Tetaapriliana0304@gmail.com  
Nama Ayah : Jamaluddin  
Nama Ibu : Ayi Sumiati  
Nama Saudara : 1. Bobi Agustian  
2. Rangga Risky Juniarsa

### B. Riwayat Pendidikan

SDN 14 Pulau Rimau (2005-2011)  
SMPN 1 Pulau Rimau (2011-2014)  
SMA Plus Negeri 2 Banyuasin III (2014-2017)  
Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas  
Sriwijaya (2017-2022)

### C. Riwayat Organisasi

OSIS SMPN 1 Pulau Rimau (2012-2013)  
KAMMI UNSRI Komisariat Al-Aqsho (2017-2018)  
LDPS SAHARA PSIK FK UNSRI (2017-2019)  
BEM KM PSIK FK UNSRI (2017-2019)

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Zaman era globalisasi seperti saat ini kemajuan teknologi semakin canggih khususnya penggunaan internet. Hampir semua kalangan mengakses internet untuk mencari dan mendapatkan informasi (Lesva & Yadi, 2019). Peranan teknologi informasi dapat diaplikasikan di berbagai sektor termasuk sektor kesehatan. Teknologi informasi kesehatan dapat diaplikasikan ke masyarakat untuk menambah wawasan pentingnya menjaga kesehatan, tidak hanya kesehatan fisik tetapi juga kesehatan jiwa. Salah satu dari kalangan masyarakat yang membutuhkan informasi mengenai pentingnya menjaga kesehatan fisik maupun jiwa ialah kalangan ibu hamil. Penting bagi mereka untuk menjaga kesehatan fisik dan psikologisnya untuk menghadapi persalinan.

Kehamilan merupakan proses yang normal dan alamiah pada seorang wanita dengan perubahan fisiologi yang meliputi perubahan fisik, psikologis dan sosial. Masa kehamilan dibagi menjadi tiga trimester, yaitu trimester pertama dimulai dari proses konsepsi sampai usia janin 12 minggu, trimester kedua dimulai dari bulan keempat atau minggu ke 16 sampai usia kehamilan 24 minggu, trimester ketiga dimulai dari minggu ke 28 atau bulan ke tujuh sampai minggu ke 36 atau 9 bulan. Setelah bayi cukup bulan maka akan terjadi proses persalinan (Damayanti dkk, 2014).

Persalinan spontan merupakan pengeluaran hasil konsepsi yaitu bayi, plasenta dan selaput ketuban dari dalam uterus ibu melalui vagina ke dunia luar yang terjadi pada kehamilan cukup bulan (37-42 minggu) dengan ditandai adanya kontraksi uterus yang menyebabkan penipisan, dilatasi serviks sehingga mendorong janin keluar dengan presentase belakang kepala tanpa alat atau bantuan serta tidak ada komplikasi dari pada ibu dan janin (Puspita, 2014; dikutip Indah, Firdayanti & Nadyah, 2019). Di dalam proses persalinan, terdapat 4 tahapan yaitu: kala I merupakan proses pembukaan, kala II pengeluaran bayi, kala III pelepasan plasenta dan kala IV observasi (Damayanti dkk, 2014).

Ibu primigravida (wanita yang hamil untuk pertama kalinya) sering kali memiliki pikiran yang mengganggu, karena kecemasan terhadap cerita yang diperolehnya. Sehingga muncul ketakutan-ketakutan pada ibu primigravida yang belum memiliki pengalaman bersalin. Kecemasan adalah suatu perasaan takut akan terjadinya sesuatu yang disebabkan oleh antisipasi adanya bahaya dan merupakan sinyal yang membantu individu untuk mengambil tindakan menghadapi ancaman (Sutejo, 2018). Tanda dan gejala cemas dapat ditandai dengan perasaan khawatir dengan akibat dari kondisi yang dihadapi, sulit berkonsentrasi, tampak gelisah, tampak tegang, sulit tidur, frekuensi napas meningkat, nadi meningkat, tekanan darah meningkat, sering berkemih, tremor serta mengeluh pusing (PPNI, 2016). Banyak faktor yang membuat ibu primigravida merasa cemas, seperti cemas akan kehamilannya, perubahan fisik yang terjadi, keluhan mual muntah, biaya yang harus dikeluarkan selama kehamilan dan persalinan, keadaan bayinya ketika lahir, persalinan jika tidak

normal dan tidak sedikit yang mengalami cemas akan kematian ketika melahirkan. Kecemasan tersebut bisa terjadi akibat kurangnya pengetahuan dan informasi yang didapat (Kurniawan, Ratep & Westa, 2015).

Beberapa negara berkembang di dunia berisiko tinggi terjadinya gangguan psikologis pada ibu hamil seperti Uganda 18,2% ibu hamil mengalami kecemasan, di Nigeria sebanyak 12,5%, Zimbabwe sebanyak 19% dan Afrika Selatan sebanyak 41%. Di Negara lain seperti Perancis sebanyak 7,9% ibu hamil primigravida mengalami kecemasan selama hamil, 11,8% mengalami depresi selama hamil serta 13,2% mengalami kecemasan dan depresi (WHO, 2013; dikutip Setiowati & Asnita, 2020). Angka kejadian kecemasan pada ibu hamil di Indonesia mencapai 373.000.000, sebanyak 107.000.000 atau 28,7% diantaranya kecemasan terjadi pada ibu hamil menjelang proses persalinan (Depkes RI, 2018; dikutip Rafidah & Safitri, 2021).

Kecemasan yang terjadi pada ibu hamil dapat berdampak kepada ibu dan janin yang dikandungnya. Dampak yang terjadi kepada ibu antara lain hipertensi, partus lama, keguguran, serta perdarahan sedangkan dampak terhadap janin yang dikandung ialah asfiksia, kaput suksedaneum dan prematur (Mardjan, 2016; dikutip Rafidah & Safitri 2021). Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia masih tinggi, yakni 305 per 1.000 kelahiran hidup (KMUI, 2018; dikutip Yanti, Yunola & Indriani, 2021). Berdasarkan laporan rutin Seksi Kesehatan Keluarga Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan AKI di Provinsi Sumsel pada tahun 2020 berjumlah 128 kasus, kasus kematian ibu tertinggi terjadi di Kabupaten Banyuasin yakni 23 kasus (Dinkes Sumsel, 2020).

Penyebab AKI di Provinsi Sumatera Selatan tahun 2020 antara lain perdarahan, hipertensi dalam kehamilan, infeksi, gangguan sistem pembuluh darah, program pelayanan kepada ibu hamil, melahirkan dan nifas belum sepenuhnya sesuai dengan standar mutu, terbatasnya sistem pelayanan kesehatan terutama di daerah-daerah terpencil, kurangnya dana operasional untuk pelayanan kesehatan ibu dan sebagainya (Dinkes Sumsel, 2020). Seperti di Kecamatan Selat Penuguan, Kabupaten Banyuasin, setelah dilakukan survey maka diperoleh data bahwa hanya terdapat dua puskesmas di kecamatan tersebut dan lokasi serta akses yang ditempuh cukup sulit sehingga membuat masyarakat jarang untuk mengunjungi puskesmas jika sakit. Selain itu dokter jaga di puskesmas tidak setiap hari ada hanya 2 hari dalam satu minggu, fasilitas pelayanan kesehatan yang belum memadai dan cakupan kesehatan berupa kelas ibu hamil dan konseling yang masih kurang dikarenakan daerah tersebut merupakan daerah perairan yang masih tergolong sulit untuk transportasi apalagi ketika musim hujan. Oleh karena itu pemberian edukasi serta intervensi nonfarmakologis dengan pemanfaatan teknologi *internet* berupa aplikasi berbasis *website* penting untuk dilakukan di daerah tersebut sehingga para ibu hamil tetap mendapatkan informasi edukasi di rumah masing-masing secara mandiri.

Berdasarkan Studi Pendahuluan yang dilakukan di Kecamatan Selat Penuguan dengan mewawancarai 10 ibu *primigravida*, 9 dari 10 mengatakan perasaannya gelisah dan cemas ketika membayangkan persalinan ditandai dengan perasaan khawatir dan sulit tidur di malam hari, 8 dari 10 mengatakan tidak tahu dampak dari perasaan yang ia rasakan terhadap kehidupan sehari-hari, 6 dari 10

mengatakan bahwa keluarga dan suami mengetahui perasaan mereka dan membantu mengatasinya, 10 dari 10 melakukan istirahat, berdoa, dan berusaha tenang untuk mengatasi perasaan yang ia rasakan, 10 dari 10 mengatakan kondisi rumah tangga mereka baik, 5 dari 10 berpendidikan terakhirnya adalah SMA, 4 dari 10 berpendidikan S1, dan 1 dari 10 berpendidikan terakhir yaitu SMP, dari kesepuluh ibu *primigravida* selain mengatakan cemas dan gelisah perasaan-perasaan lain yang dirasakan ialah mual, muntah, mudah lelah, sakit pinggang, dan sakit kepala. Tanda dan gejala cemas dapat ditandai dengan perasaan khawatir dengan akibat dari kondisi yang dihadapi, sulit berkonsentrasi, tampak gelisah, tampak tegang, sulit tidur, frekuensi napas meningkat, nadi meningkat, tekanan darah meningkat, sering berkemih, tremor serta mengeluh pusing (PPNI, 2016)

Peneliti ingin memberikan solusi mengenai upaya dalam mengatasi kecemasan yang dialami oleh ibu *primigravida* mengenai kehamilan dan persiapan persalinan dengan membuat suatu aplikasi berbasis *website* dengan memanfaatkan teknologi *internet* dikarenakan daerah tersebut masih minim fasilitas pelayanan kesehatan, kelas ibu hamil dan konseling masih kurang serta akses jalan yang sulit ketika musim hujan sehingga membuat masyarakat termasuk ibu hamil jarang untuk mengunjungi puskesmas. Aplikasi ini berisi kesiapan persalinan berupa informasi seputar kehamilan serta teknik-teknik untuk mengatasi cemas yang dirasakan diantaranya hipnotis lima jari yang merupakan salah satu bentuk *self* hipnotis yang dapat menimbulkan efek relaksasi sehingga dapat mengurangi kecemasan, ketegangan dan stres dari pikiran seseorang



dengan cara menyentuhkan jari-jari tangan sembari membayangkan hal-hal positif (Keliat, 2013; dikutip Mawarti & Yuliana, 2021), relaksasi napas dalam ialah suatu teknik dimana perawat mengajarkan cara melakukan napas dalam dengan menarik napas kemudian menghembuskannya untuk mengurangi nyeri, meningkatkan ventilasi paru, dan oksigenasi dalam darah (Smeltzer & Bare, 2013), Relaksasi Otot Progresif (ROP) merupakan suatu cara dari teknik relaksasi yang mengkombinasikan antara latihan napas dalam dengan serangkaian kontraksi gerakan tubuh dan relaksasi otot (Qomari, Firdaus & Rossa, 2020). Sehingga diharapkan dengan pemanfaatan teknologi internet dan dalam masa pandemi seperti saat ini ibu primigravida tetap mendapatkan informasi dan dapat mencoba teknik-teknik terapi untuk mengatasi kecemasan.

Oleh karena itu penting untuk dilakukan penelitian terkait pengaruh aplikasi berbasis *website* untuk melihat apakah ada perubahan tingkat kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan karena selain penggunaannya mudah dan hampir semua kalangan menggunakan *smartphone*, lebih efektif jika dibandingkan dengan penyuluhan langsung dikarenakan akses jalan yang sulit jika terjadi hujan, sehingga diharapkan dengan menggunakan aplikasi ini ibu-ibu primigravida tetap bisa mendapatkan informasi dan teknik mengatasi ansietas yang dirasakan di rumah masing-masing.

## B. Rumusan Masalah

Masalah utama yang terjadi pada ibu primigravida berupa kecemasan. Kecemasan tersebut tidak hanya dalam menghadapi persalinan namun ada perasaan lain yang dirasakan seperti halnya mual muntah, sakit kepala, serta mudah lelah. Perubahan perasaan pada ibu hamil akan berdampak pada kehamilannya. Perasaan cemas yang dirasakan ibu hamil akan berdampak terhadap janin yang ada di dalam kandungannya, seperti perasaan gelisah sehingga dapat menghambat pertumbuhan janin, melemahkan kontraksi otot rahim dan lain-lain. Apabila kecemasan ini terus berlanjut hingga persalinan, maka memungkinkan bayi yang dilahirkan akan prematur karena kecemasan yang dirasakan akan mengakibatkan penurunan berat lahir janin dan meningkatkan aktivitas HHA (Hipotalamus-Hipofisis-Adrenal) yang menyebabkan perubahan produksi hormon steroid (Bingan, 2019). Oleh karena itu peneliti ingin membuat penelitian dengan memanfaatkan teknologi internet berupa aplikasi *website* yang berisi kesiapan persalinan berupa teknik-teknik relaksasi napas dalam, hipnotis lima jari, relaksasi otot progresif dan informasi seputar kehamilan untuk mengatasi cemas yang dirasakan ibu-ibu primigravida, dengan judul penelitian “Pengaruh Aplikasi Bebas *Website* JSPS (Jiwa Sehat Persalinan Selamat) Terhadap Perubahan Tingkat Ansietas Ibu Primigravida Menghadapi Persalinan”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh aplikasi berbasis *website* JSPS (Jiwa Sehat Persalinan Selamat) terhadap perubahan tingkat ansietas ibu primigravida menghadapi persalinan.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengetahui distribusi frekuensi karakteristik responden (usia, usia kehamilan, tingkat pendidikan, serta tingkat pendapatan).
- b. Untuk mengetahui tingkat ansietas ibu primigravida menghadapi persalinannya sebelum menggunakan aplikasi JSPS.
- c. Untuk mengetahui tingkat ansietas ibu primigravida menghadapi persalinannya setelah menggunakan aplikasi JSPS.
- d. Untuk mengetahui perbedaan ansietas sebelum dan sesudah menggunakan aplikasi JSPS.

## **D. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan tujuan penelitian, adapun manfaat dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Dengan dilakukannya penelitian tentang aplikasi *website* JSPS (Jiwa Sehat Persalinan Selamat) terhadap perubahan ansietas ibu primigravida dalam menghadapi persalinan, diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai suatu ilmu pengetahuan baru dan menambah wawasan serta digunakan untuk data pengembangan ilmu keperawatan khususnya keperawatan jiwa.

## 2. Secara Praktis

### a. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan memberikan informasi serta solusi bagi ibu hamil primigravida yang dapat membantu mengurangi ansietas yang dirasakan dengan menggunakan alternatif aplikasi *website* yang bersisi informasi seputar kehamilan dan terapi nonfarmakologi yang dapat dilakukan di mana saja dan kapan saja.

### b. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menjadi suatu pengetahuan baru dan menambah wawasan serta pengalaman yang dapat diterapkan dibidang keperawatan bagi peneliti.

### c. Untuk Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan serta sebagai referensi perkuliahan tentang pemanfaatan teknologi internet mengenai terapi nonfarmakologi dan informasi

seputar kehamilan untuk mengatasi tingkat kecemasan yang dirasakan ibu primigravida.

#### **E. Ruang Lingkup Penelitian**

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah pemanfaatan teknologi internet berbasis *website* berpengaruh terhadap perubahan tingkat ansietas pada ibu primigravida. Penelitian ini juga membahas lingkup keperawatan jiwa dan maternitas. Penelitian akan dilaksanakan di Kecamatan Selat Penuguan, Kabupaten Banyuasin. Berdasarkan data yang diperoleh, jumlah ibu hamil primigravida di tempat tersebut sebanyak 25 orang.

Jenis penelitian ini adalah *pre-experimental design* tanpa adanya kelompok kontrol dengan rancangan *one group pre-post test design*. Pengambilan sampel dengan menggunakan metode *nonprobability sampling* dengan teknik *total sampling*. Variabel independen dalam penelitian ini ialah aplikasi berbasis *website* JSPS (Jiwa Sehat Persalinan Selamat) dan variabel dependen dalam penelitian ini yaitu tingkat ansietas ibu primigravida. Instrumen dalam penelitian ini yaitu menggunakan kuesioner HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*) untuk mengukur tingkat kecemasan responden dikarenakan kuesioner tersebut telah baku dan telah dipakai dalam penelitian-penelitian sebelumnya untuk mengukur kecemasan ibu hamil. Variabel ansietas di analisis dengan menggunakan uji non-parametrik yaitu uji *Marginal Homogeneity*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alfiqie, M.Y., Aknurada, I., & Wardani, N.H. (2018). Evaluasi usability pada aplikasi UBER menggunakan pengujian usability. *Jurnal Pengembangan Teknologi Informasi dan Ilmu Komputer*, 2(9), 2599-2602.
- Alibasjah, W. R., Izza K., & Susiloningsih, N. (2016). Hubungan usia hamil trimester 3 dengan kecemasan menghadapi persalinan pada primigravida di wilayah kerja Puskesmas Palimanan Cirebon. *Jurnal Kesehatan*, 3(2), 22-26.
- Alza, N., & Ismarwati. (2018). Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan ibu hamil trimester III. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah*, 13(1), 2-3.
- Aniroh, U., & Fatimah, R. F. (2019). Tingkat kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan ditinjau dari faktor usia ibu dan sosial ekonomi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 2(2), 1-6.
- Bingan, E. C. S. (2019). Pengaruh prenatal gentle yoga dalam menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III. *Jurnal Kesehatan*, 10(11), 466-472.
- Dahlan, S. M. (2012). *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan (5<sup>th</sup> ed)*. Jakarta: Salemba Medika.
- Damayanti, I. P., Maita, L., Triana, A., & Afni, R. (2014). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ibu Bersalin dan Bayi Baru Lahir*. Yogyakarta: Deepublish.
- Dasri, Z. A., Wahyuningsih, M., & Mindarsih, E. (2021). Perbedaan pengaruh relaksasi dzikir dan hipnotis lima jari terhadap kecemasan ibu hamil. *Jurnal Kesehatan*, 10(1), 125-137.
- Dewi, R. K., & Purnani, W. T. (2018). Pengaruh prenatal yoga terhadap tingkat kecemasan ibu hamil primigravida trimester III di Kediri. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1690-1692.
- Dinas Kesehatan Sumatera Selatan. (2020). *Laporan Kinerja Bidang Kesehatan Masyarakat Tahun 2020*. Palembang: Dinkes Sumsel.
- Ernawati, N., & Hernowo, D. (2015). Pengaruh pemberian pendidikan kesehatan tentang proses persalinan terhadap tingkat kecemasan ibu primigravida trimester III. *Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti*, 3(3), 45-49.

- Farrer, H. (1999). *Perawatan Maternitas (2<sup>nd</sup> ed)*. Jakarta: EGC.
- Fatimah., & Nuryaningsih. (2017). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah.
- Fitriani, L., & Rosdiana. (2021). Frekuensi pemeriksaan anc berhubungan dengan preeklampsia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), 15-16.
- Ghezi, S., Eftekhariyazdi, M., & Mortazavi, F. (2021). Pregnancy anxiety and associated factors in pregnant woman. *Journal of Research in Medical Science*, 23(1), 6-9.
- Hakim, L. N. (2020). Urgensi revisi undang-undang tentang kesejahteraan lanjut usia. *Jurnal Masalah-Masalah Sosial*, 11(01), 43-44.
- Hamilton. (2015). *Dasar-Dasar Keperawatan Maternitas*. Jakarta: EGC.
- Handayani, F. P., & Fourianalistyawati, E. (2018). Depresi dan kesejahteraan spiritual pada ibu hamil risiko tinggi. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 8(2), 145-153.
- Hani, U., Kusbandiyah, J., Marjati., & Yulifah R. (2010). *Asuhan Kebidanan pada Kehamilan Fisiologis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hawari, D. (2013). *Manajemen Stress Cemas dan Depresi Cetakan Keempat: Edisi 2*. Jakarta: FKUI.
- Heriani, H. (2016). Kecemasan dalam menjelang persalinan ditinjau dari paritas, usia dan tingkat pendidikan. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(2), 1-8.
- Hinchliff, S. (1999). *Kamus Keperawatan (17<sup>th</sup> ed)*. Jakarta: EGC.
- Husnur, R. (2017). Kesejahteraan subyektif pada ibu primigravida dengan kehamilan risiko tinggi. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 2(1), 143-147.
- Indah., Firdayanti., & Nadyah. (2019). Manajemen asuhan kebidanan intranatal pada Ny.N dengan usia kehamilan preterm di RSUD Syekh Yusuf Gowa. *Jurnal Midwifery*, 1(1), 4-5.
- Indiarti, M. T. (2009). *Panduan Lengkap Kehamilan, Persalinan dan Perawatan Bayi*. Yogyakarta: Diglossia Media.

- Irmawati. (2014). *Tetap Tersenyum Saat Melahirkan*. Yogyakarta: Media Pressindo.
- Iskandar. (2017). Pengaruh pendapatan terhadap pola pengeluaran rumah tangga miskin di Kota Langsa. *Jurnal Samudra Ekonomika*, 1(2), 129-130.
- Islami., Nasriyah., & Asiyah. (2021). Perbedaan skor kecemasan ibu hamil selama pandemic covid 19. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 12(1), 164-170.
- Istikhomah, H., & Murwati. (2016). Pengaruh terapi relaksasi napas dalam terhadap tingkat kecemasan dan lama persalinan kala I dan II di BPM wilayah Klaten. *Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan*, 5(1), 01-109.
- Jayanti, N. D., & Mayasari, S. I. (2020). FCMC mobile application sebagai metode edukasi terhadap penurunan kecemasan ibu hamil di masa pandemic covid 19. *Jurnal CIASTECH*, 2(1), 6-11.
- Keliat, B. A. (2015). *Standar Asuhan Keperawatan Jiwa (Gangguan, Resiko dan Sehat)*. Depok: Fakultas Ilmu Keperawatan UI.
- Keliat, B. A., dkk. (2020). *Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial (Mental Health and Psychosocial Support) COVID-19: Kesehatan Jiwa*. Depok: Fakultas Ilmu Keperawatan UI.
- Kurniawan, E. S., Ratep, N., & Westa, W. (2015). Faktor penyebab depresi pada ibu hamil selama asuhan antenatal. *E-journal Medika Udayana*, 4(1), 13-21.
- Kuswanti, I. (2014). *Asuhan Kebidanan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Lestari, P. W., Srimati, M., & Istianah, I. (2021). Peningkatan pengetahuan dosen rumpun ilmu kesehatan tentang pengajuan etik penelitian. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bakti Parahita*, 2(2), 155-160.
- Lesva, O., & Yadi. (2019). Sistem monitoring kesehatan masyarakat berbasis web. *Jurnal Informatika*, 5(2), 69-73.
- Mahmoodi, Z., Dolatian, M., Mirabzadeh, A., Majd, H. A., Moafi, F., & Ghorbani, M. (2017). The relationship between household socioeconomic status and mental health in woman during pregnancy: a path analysis. *Journal of Psychiatry*, 10(8), 1-8.



- Maki, F. P., Pali, C., & Opod, H. (2018). Gambaran tingkat kecemasan ibu hamil primigravida trimester III di klinik bersalin Sutra Minahasa Selatan. *Jurnal e-Biomedik*, 6(2), 103-110.
- Mansur, H. (2011). *Psikologi Ibu dan Anak untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Marbun, A. S., Pardede, J. A., & Perkasa, S. I. (2019). Efektivitas terapi hipnotis lima jari terhadap kecemasan ibu pre partum di Klinik Chelsea Husada Tanjung Beringin Kabupaten Serdang Bedagai. *Jurnal Keperawatan Priority*, 2(2), 92-99.
- Martini, N. L. P., Nursanti, I., & Widakdo, G. (2020). Aplikasi web cek risiko sebagai upaya meningkatkan pengetahuan ibu mendeteksi dini risiko tinggi kehamilan. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 4(1), 215-221.
- Masturoh, I., & Anggita, T. N. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Kemenkes RI: Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan.
- Maulana, I. S. S., Sriati, A., Sutini, T., Widiyanti, E., Rafiah, I., & Senjaya, S. (2019). Penyuluhan kesehatan jiwa untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang masalah kesehatan jiwa di lingkungan sekitarnya. *Media Karya Kesehatan*, 2(2), 218-225.
- Mawarti, I., & Yuliana. (2021). Hipnotis lima jari pada klien ansietas. *Jurnal Kesehatan Jambi*, 9(3), 297-304.
- Minarni. (2016). *Aplikasi Hypnosis (Hypnobrithing) dalam Asuhan Kebidanan Kehamilan & Persalinan*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- Moyer, C., Compton, S., Kaselitz, E., & Muzik, M. (2020). Pregnancy-related anxiety during COVID-19. *Journal of Nationwide Pregnant*, 25(4), 243-247.
- Mulyati, Y., Novita, A., & Trisna, N. (2021). Pengaruh relaksasi diafragma, relaksasi otot progresif dan relaksasi napas terhadap penurunan rasa cemas pada ibu hamil trimester III. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 1(2), 66-77.
- Mutmainah, A. U. I., Johan, H., & Llyod, S. S. (2017). *Asuhan Persalinan Normal & Bayi Baru Lahir*. Yogyakarta: Andi.

- Nakoe, T., & Zarei, M. (2015). Evaluation the anxiety status of pregnant woman in third trimester of pregnancy and fear of childbirth and related factors. *British Journal of Medicine & Medical Research*, 9(12), 1-8.
- Ningsih, D. A., & Fahriani, M. (2021). Perbandingan pendidikan kesehatan dengan metode tatap muka dan metode sosial media tentang persalinan terhadap kecemasan ibu hamil trimester III. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 1-7.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Nursalam. (2013). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan (2<sup>nd</sup> ed): Pedoman Skripsi, Tesis, dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- \_\_\_\_\_. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis (4<sup>th</sup> ed)*. Jakarta: Salemba Medika.
- Potter, A., & Perry, A. G. (2006). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep Proses dan Praktik (4<sup>th</sup> ed)*. Jakarta: EGC.
- Prawihardjo, S. (2010). *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- Prihandini, S. R., Pujiastuti, W., & Hastuti, T. P. (2017). Usia reproduksi tidak sehat dan jarak kehamilan yang terlalu dekat meningkatkan kejadian abortus di Rumah Sakit Tentara Dokter Soedjono Magelang. *Jurnal Kebidanan*, 5(9), 48-50.
- Qomari, S. N., Firdaus, N., & Rossa, M. (2020). Bebas cemas selama hamil. *Jurnal Paradigma*, 2(1), 5-6.
- Rafidah., Safitri, A. (2021). Karakteristik ibu dan dukungan keluarga dengan kecemasan menghadapi persalinan di wilayah kerja Puskesmas Martapura Barat Kabupaten Banjar Tahun 2020. *Jurnal Skala Kesehatan*, 12(2), 127-133.
- Rohani., Saswita, R., & Marisah. (2011). *Asuhan Kebidanan pada Masa Persalinan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Rukiyah. (2013). *Asuhan Kebidanan 4: Patologi Kebidanan*. Jakarta: Trans Info Media.

- Said, N., Kanine, E., & Bidjuni, H. (2015). Hubungan faktor sosial ekonomi dengan kecemasan ibu primigravida di Puskesmas Tuminting. *Ejournal Keperawatan*, 3(2), 1-8.
- Santika, I. G. P. N. A., (2015). Hubungan indeks massa tubuh (IMT) dan umur terhadap daya tahan umum (kardiovaskuler) mahasiswa putra semester II kelas A Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan IKIP PGRI Bali Tahun 2014. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 1(1), 42-47.
- Sarmita., Nurdin, S., & Fattah, A. H. (2021). Gambaran kecemasan ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Cabenge Kabupaten Soppeng. *Jurnal Pendidikan Keperawatan dan Kebidanan*, 1(1), 20-26.
- Sastroasmoro, S., & Ismael, S. (2010). *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Jakarta: Sagung Seto.
- Setiadi. (2013). *Konsep dan Praktek Penulisan Riset Keperawatan (2<sup>nd</sup> ed)*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Setiowati, W., & Asnita, N. (2020). Pengaruh terapi murottal al-quran surah maryam terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III. *Jurnal Darul Azhar*, 9(1), 77-78.
- Setiawati, A., Rahim, A., & Kisbianty, D. (2018). Pengembangan dan pengujian aspek usability pada sistem informasi perpustakaan (Studi Kasus: STIKOM Dinamika Bangsa Jambi). *Jurnal Processor*, 13(1), 1173-1188.
- Setyawan, M. Y. H., & Munari, A. S. (2020). *Panduan Lengkap Membangun Sistem Monitoring Kinerja Mahasiswa Internship Berbasis Web dan Global Positioning System*. Bandung: Kreatif Industri Nusantara.
- Sianipar, K., Sinaga, R., & Nainggolan, Y. (2017). Pengaruh aromatherapy, relaksasi otot progresif terhadap penurunan kecemasan ibu hamil menjelang persalinan di BPM Simalungun. *Jurnal ilmiah PANNMED*, 12(1), 81-91.
- Simarmarta, J. (2010). *Rekayasa Perangkat Lunak*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Sitanggang, F. C., & Hidayat. R. (2018). Pengaruh electronic word of mouth (Ewom) dan kualitas website terhadap minat beli (Studi kasus pada warung up normal di Kota Bandung). *Jurnal Ekobis Dewantara*, 4(2), 348-350.

- Smeltzer, S. C., Bare, B. G., Hinkle, J. L., & Cheever, K. H. (2010). *Brunner & Suddarth's Textbook of Medical Surgical Nursing (12<sup>th</sup> ed)*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins. <https://www.readallbooks.org./book/brunner-and-suddarths-textbook-of-medical-surgical-nursing-12th-edition/>
- Solikhah, F. K., & Ernawati, N. (2019). Pengaruh pemberian health coaching berbasis health promotion model (Nola J. Pender) terhadap tingkat kecemasan ibu hamil di Puskesmas Dinoyo. *Journal of Nursing Care & Biomolecular*, 4(2), 96-103.
- Stuart, G. W. (2006). *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Jakarta: EGC.
- Suhermi., & Amirasti, S. (2020). Faktor yang berhubungan dengan kecemasan ibu primigravida menjelang persalinan. *Window of Nursing Journal*, 1(1), 7-12.
- Sulistiyawati, A., & Nugraheny, E. (2010). *Asuhan Kebidanan pada Ibu Bersalin*. Jakarta: Salemba Medika.
- Sulistiyawati, A. (2012). *Asuhan Kebidanan pada Masa Kehamilan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Supardi, Y. (2018). *Membuat Program Smartphone untuk Android, Blackberry, dan IOS*. Jakarta: Elex Media.
- Susanti, A., Ismunawan., Pardi., & Ardyan, E. (2017). Tingkat pendidikan, literasi keuangan dan perencanaan keuangan terhadap perilaku keuangan UMKM di Surakarta. *Jurnal Telaah Bisnis*, 18(01), 46-48.
- Susilowati, T., Pramana, N., & Muis, S. F. (2019). Intervensi nonfarmakologi terhadap kecemasan pada primigravida. *Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 9(3), 181-186.
- Sutejo. (2018). *Keperawatan Jiwa Konsep dan Praktik Asuhan Keperawatan Kesehatan Jiwa: Gangguan Jiwa dan Psikososial*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2016). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia*. Jakarta: DPP PPNI.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia*. Jakarta: DPP PPNI.

- Triana., Wagiyoo., & Astuti. (2017). Pengaruh relaksasi otot progresif terhadap tingkat kecemasan pada ibu primigravida intranatal kala I di RSUD Tugurejo Semarang. *Jurnal Keperawatan STIKES Tugurejo*, 3(1), 48-56.
- Trifu, S. (2019). *Neuroendocrine Aspects of Pregnancy and Postpartum Depression*. Jakarta: Erlangga.
- Tyastuti, S., & Wahyuningsih, H. P. (2016). *Modul Bahan Ajar Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Ujiningtyas, B. S. H. (2009). *Asuhan Keperawatan Persalinan Normal*. Jakarta: Salemba Medika.
- Videbeck, S. L. (2008). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Jakarta: EGC.
- Wiyono, H., & Putra, P. P. (2021). Penurunan tingkat kecemasan melalui breathing exercise. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 4(3), 481-486.
- Wulandari, C. L., Risyati L., Maharani., Saleh, U. K. S., Kristin, D. M., Mariati, N.,... Wariyaka, M. R. (2021). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Bandung: Media Sains Indonesia.
- Wylie, L. (2010). *Esensial Anatomi & Fisiologi dalam Asuhan Maternitas*. Jakarta: EGC.
- Yanti, Z. H., Yunola, S., & Indriani, P. L. N. (2021). Pengaruh antara hypnobirthing, yoga dan senam hamil terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III di BPM Griya Bunda Ceria Palembang tahun 2020. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 2(1), 305-306.
- Yasin, Z., Sumarni, S., & Mardiana, N. D. (2019). Hubungan usia ibu dan usia kehamilan dengan kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan di Polindes Masaran Kecamatan Bluto. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1), 55-61.