

Maternity Class as an Effort to Reduce Anxiety in Pregnancy

Kelas Ibu Hamil Dalam Upaya Mengatasi Kecemasan Kehamilan

Maudy Lila Kartika^{1*}

¹Universitas Nasional, Jakarta, Indonesia

ARTICLE INFORMATION

Received: 3 April 2021
Revised: 15 October 2021
Accepted: 21 October 2021

KEYWORD

Maternity class; Anxiety on pregnancy

Kelas Ibu Hamil (KIH); Kecemasan dalam kehamilan

CORRESPONDING AUTHOR

Maudy Lila Kartika
Bandung
maudybila.susanto@gmail.com
No. Tlp : +6282217103988

DOI

<https://doi.org/10.36456/embrio.v13i2.3495>

© 2021 The Author(s)

ABSTRACT

Anxiety in pregnancy were an important problem. The pregnancy anxiety rate in developing countries was around 1-37%, while in Indonesia it was around 10-25%. Anxiety had a bad impact on pregnancy, and it needs to be fixed. Maternity class is a program to enrich the knowledge of mothers and expected to minimize the mother's anxiety. Based on the prior study, it was found that the maternity class program had not been effectively implemented. The purpose was to determine the effect of maternity class intervention to the anxiety of primigravida. This was a quasi-experimental with a one group pre-test post-test design. The sampling technique was purposive sampling with 20 respondents. This used Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) questionnaire. Statistical analysis used paired T test. The results showed a P value of 0.000, it means that maternity class could influence the level of pregnant women anxiety. As a conclusion, there was a significant effect after being given maternity class on the anxiety level of pregnant women, therefore the maternity class program should be carried out optimally.

Gangguan kecemasan dalam kehamilan adalah masalah yang penting. Angka kecemasan kehamilan di negara berkembang sekitar 1-37%, sedangkan di Indonesia sebesar 10-25%. Kecemasan memiliki dampak yang buruk pada kehamilan, maka perlu diatasi. Kelas Ibu Hamil (KIH) adalah wadah untuk memperkaya pengetahuan ibu dan diharapkan program ini dapat meminimalisir kecemasan yang dirasakan. Berdasarkan studi pendahuluan, didapatkan bahwa program KIH belum efektif dilakukan. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh intervensi KIH terhadap tingkat kecemasan ibu primigravida. Metode penelitian menggunakan quasi eksperimen dengan pendekatan one group pre-test post-test design. Jumlah responden 20 orang dengan teknik sampling purposive sampling. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). Analisis statistik menggunakan paired T test. Hasil penelitian didapatkan nilai P 0,000, artinya terdapat pengaruh antara pemberian KIH terhadap tingkat kecemasan ibu hamil. Simpulan penelitian ini, yakni terdapat pengaruh yang signifikan setelah diberikan KIH terhadap tingkat kecemasan ibu hamil, maka dari itu program kelas ibu hamil seyogyanya dapat berjalan dengan optimal.

Pendahuluan

Gangguan emosional saat ini menjadi masalah yang cukup kompleks bagi dunia kesehatan. Gangguan emosional yang sering terjadi pada kehamilan yaitu gangguan kecemasan. Kehamilan adalah periode dimana terjadi perubahan fisiologis, psikis, hormonal dan sosial, yang dapat meningkatkan risiko gangguan emosional dan morbiditas psikiatri dalam tahap kehidupan seorang wanita. Beberapa wanita mungkin mengalami kehamilan sebagai sumber kebahagiaan, kepuasan dan pemenuhan diri. Namun, sebagian wanita yang lain mungkin selama periode kehamilan mengalami perubahan dalam kesehatan mental mereka, seperti kecemasan. Gangguan kecemasan dapat berisiko bagi kesehatan ibu dan janin (Silva, Nogueira, Clapis, & Leite, 2017).

Kecemasan dapat diartikan sebagai rasa khawatir dan takut pada seseorang yang belum jelas penyebabnya, Kecemasan memiliki efek yang negatif baik kecemasan pada psikologis maupun fisik

(Yuliani, Widyawati, Rahayu, Widiastuti, & Rusmini, 2018). Kondisi kecemasan yang dialami oleh ibu hamil dapat meningkat seiring berjalannya periode kehamilan, terutama pada saat trimester III hingga memasuki persalinan (Kristianingrum, 2021). Pada masa ini ibu cenderung merasakan kecemasan, misalnya bagaimana kondisi bayi saat lahir, seberapa besar nyeri yang ibu rasakan saat melahirkan, dan lain-lain (Widiani & Noviani, 2020).

Prevalensi atau angka kejadian gangguan kecemasan dan depresi yang didapatkan di negara maju berkisar 7 hingga 20%, sedangkan di negara yang berkembang prevalensinya berkisar 20% lebih (Biaggi, Conroy, Pawlby, & Pariante, 2016). Data dari *systematic review* yang dilakukan pada tahun 2018, prevalensi gangguan kecemasan berkisar antara 1% hingga 26% di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah, sedangkan untuk prevalensi gangguan kecemasan pada ibu hamil berkisar antara 1-37% (Jha, Salve, Goswami, Sagar, & Kant, 2018). Penelitian yang dilakukan di India Selatan mendapatkan prevalensi kecemasan dalam kehamilan sebesar 55,7% (Nath et al., 2019). Penelitian di Brazil mendapatkan hasil prevalensi kecemasan dalam kehamilan sebesar 26,8%, dan meningkat pada saat trimester III yaitu menjadi 42,9% (Silva et al., 2017).

Data yang ada pada tahun 2015, di Indonesia prevalensi kecemasan pada ibu hamil saat menghadapi persalinan yaitu berkisar 10 hingga 25% (Syafrie, 2017). Hasil penelitian di Semarang menyatakan sebagian besar (59%) responden primigravida mempunyai tingkat kecemasan sedang (Aniroh & Fatimah, 2019). Hasil penelitian di Banjarbaru, didapatkan sebanyak 46,7% primigravida trimester III mengalami kecemasan sedang (Wardani, Agustina, & D, 2018). Hasil penelitian di Minahasa Selatan, menyebutkan bahwa sekitar 43,8% primigravida juga berada ditingkat kecemasan sedang (Maki, Pali, & Opod, 2018).

Pada Kabupaten Bandung sendiri, hasil penelitian pada tahun 2015, dari 57 orang ibu primigravida mengalami cemas saat kehamilan, di mana 65,9% diantaranya adalah kecemasan berat, 19,3% adalah kecemasan sedang, dan 15,8% adalah tingkat kecemasan yang ringan (Fatimah, Sukarya, & Husin, 2015). Penelitian yang juga dilakukan di Kabupaten Bandung pada tahun 2016 tepatnya di RSUD Majalaya, dari 90 orang ibu hamil, 28,9% ibu memiliki tingkat cemas ringan, sebesar 50% berada dikecemasan sedang, sedangkan 21,1% berada pada tingkat kecemasan berat (Trisiani & Hikmawati, 2016).

Rasa cemas dalam kehamilan memiliki dampak yang cukup serius pada ibu dan bayi dalam kandungannya. Ibu yang selama kehamilannya mengalami kecemasan dapat berisiko mengalami gangguan pada emosionalnya saat masa nifas. Hal ini berkaitan dengan kejadian depresi postpartum dan juga kemungkinan lemahnya ikatan atau bonding antara ibu dan buah hatinya. (Prastika, 2017). Selain itu, kecemasan juga memiliki dampak buruk yang dapat memicu terjadinya kontraksi, meningkatkan tekanan darah, hingga dapat menimbulkan kejadian keguguran (Sari & Novriani, 2017).

Kecemasan saat kehamilan harus diupayakan untuk diminimalisir. Kecemasan bisa diakibatkan karena ketidaktahuan atau kurangnya pengetahuan akan sesuatu, juga bisa terjadi karena adanya trauma pada kejadian atau pengalaman masa lalu yang kurang berkesan menyenangkan/memuaskan. Penjelasan mengenai kehamilan, persalinan, dan pengasuhan merupakan hal yang penting terutama pada

primigravida. Pemahaman akan pengetahuan yang ibu miliki tentang kehamilan akan berdampak terhadap kecemasan yang mungkin ibu alami (Fitriani, Yarmaliza, & Farisni, 2019).

Bidan sebagai tenaga kesehatan yang bergerak dan berupaya meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan ibu dan anak, diharapkan dapat memberikan pengetahuan mengenai kehamilan, serba serbi persalinan, apa saja yang terjadi pada masa nifas, bagaimana cara merawat bayi baru lahir (BBL), serta pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi dan persiapan keluarga berencana pada ibu hamil, guna memperkaya pengetahuan yang dimiliki ibu dan sebagai upaya dalam meminimalisir kecemasan yang dirasakan ibu.

Kelas Ibu Hamil (KIH) adalah sebuah program yang dibentuk oleh Kementerian Kesehatan RI sebagai sarana atau wadah untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil, di mana dalam isinya akan membahas materi-materi mengenai kehamilan, persalinan, nifas, KB, dan perawatan BBL yang terdapat di dalam buku KIA. Pada kegiatan KIH, peserta bisa saling bertukar pikiran dan pengalaman dengan petugas kesehatan dan peserta lain (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan penelitian sebelumnya, didapatkan hasil yang menunjukkan ibu-ibu yang rajin dan aktif ikut menghadiri KIH hanya 11,5% yang mengalami kecenderungan stres, sedangkan pada kelompok yang tidak aktif sebesar 41,7% (Kristianingsih & Suryanti, 2019). Penelitian serupa yang dilakukan pada tahun 2018 juga menyatakan bahwa terdapat korelasi atau hubungan yang signifikan antara kecemasan pada primigravida dengan keikutsertaan KIH (Naharani, Siswati, & Fatkhiyah, 2018). KIH diketahui membawa efek baik/positif pada psikologis wanita hamil (Wijayanti & Maula, 2017).

Studi pendahuluan sebelumnya dilakukan di Desa Sangkanhurip yang berada di Kabupaten Bandung dengan melakukan wawancara terhadap bidan desa setempat. Hasil wawancara dengan bidan menyatakan terdapat 35,7% primigravida trimester III di desa tersebut, dan 80% nya mengutarakan bahwa mereka mengalami kecemasan dalam kehamilan pertamanya. Hasil wawancara juga menyatakan bahwa program KIH di desa ini belum berjalan efektif.

Berdasarkan yang telah diuraikan diatas, peneliti sebagai bidan tergugah untuk melakukan pemberian pendidikan kesehatan atau konseling yang dikemas dalam bentuk kelas ibu hamil, yang diteliti pengaruhnya terdapat tingkat kecemasan primigravida trimester III di Desa Sangkanhurip Kabupaten Bandung.

Metode

Penelitian dilakukan dengan menggunakan desain quasi eksperimental, pendekatan *one group pretest-posttest design*. Populasinya adalah ibu hamil primigravida trimester III yang mengikuti KIH di Desa Sangkanhurip. Jumlah responden penelitian ini adalah 20 orang dengan teknik sampling *purposive sampling*. Sebelum diberikan intervensi KIH, ibu akan diukur tingkat kecemasannya (*pre-test*), kemudian diberikan KIH, lalu diukur kembali (*post-test*) tingkat kecemasannya dengan instrument kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)*.

KIH dilakukan sebanyak 4 kali pertemuan, satu kali pertemuan tiap minggu. Satu kali pertemuan berlangsung selama 120 menit. Penelitian dilakukan di Desa Sangkanhurip, Kecamatan Katapang,

Kabupaten Bandung bulan Februari - Juli 2018. Analisis data yang dilakukan adalah analisis univariat dan analisis bivariat dengan menggunakan uji T berpasangan.

Hasil dan Pembahasan

Setelah dilakukan analisis statistik, diketahui tingkat kecemasan primigravida trimester III saat sebelum diberikan KIH dan tingkat kecemasan primigravida trimester III sesudah dilakukan KIH adalah sebagai berikut.

Tabel 1. Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester III Sebelum dan Setelah Dilakukan Intervensi KIH

Tingkat Nyeri	Frekuensi (f)	Persentase (%)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
	Sebelum Intervensi	Sebelum Intervensi	Setelah Intervensi	Setelah Intervensi
Tidak ada kecemasan (<14)	0	0	4	20
Kecemasan ringan (14-20)	3	15	10	50
Kecemasan sedang (21-27)	11	55	5	25
Kecemasan berat (28-41)	6	30	1	5
Kecemasan berat sekali (42-56)	0	0	0	0
Total	20	100	20	100

Sumber: Data Primer

Data pada tabel di atas menunjukkan, sebelum dilakukan kelas ibu hamil sebagian besar tingkat kecemasan ibu berada pada kategori kecemasan sedang, yakni berjumlah 11 responden (55%) dan yang berada pada tingkat kecemasan berat sejumlah 6 responden (30%). Setelah dilakukan KIH sebagian besar kecemasan ibu ada pada kategori cemas ringan yakni sejumlah 10 responden (50%) dan yang tidak mengalami kecemasan berjumlah sebanyak 4 responden (20%). Sehingga terlihat ada penurunan tingkat kecemasan setelah dilakukan intervensi kelas ibu hamil.

Setelah dilakukan uji normalitas data didapatkan hasil nilai $P > 0,05$. Nilai ini mengartikan bahwa data terdistribusi normal, sehingga uji yang digunakan yaitu uji T berpasangan dengan hasil analisis menunjukkan adanya perbedaan nilai rerata dari tingkat kecemasan sebelum dilakukan intervensi KIH (*Mean*: 26,75 *SD*: 6,828) dengan saat setelah intervensi (*Mean*: 15,75; *SD*: 5,476). Didapatkan nilai P 0,000 atau ($P < 0,05$), sehingga dari hasil tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat perbedaan yang cukup signifikan antara tingkat kecemasan sebelum diberikan KIH dan setelah diberikan KIH.

Hasil yang didapatkan pada penelitian ini serupa dengan yang sebelumnya dilakukan di Tegal di mana penelitian tersebut menyatakan bahwa terdapat korelasi signifikan antara kecemasan primigravida dengan keikutsertaan KIH (Naharani et al., 2018). Penelitian lain juga menunjukkan hal serupa, yaitu ada hubungan antara keikutsertaan KIH dengan kecemasan ibu hamil TM III (Kristianingsih & Suryanti, 2019).

Selain itu, penelitian yang pernah dilakukan di Kabupaten Rembang juga menyatakan hasil sejalan, di mana hasilnya menunjukkan bahwa 24,2% responden yang mengikuti KIH hanya mengalami cemas ringan, sedangkan yang tidak ikut serta pada kegiatan KIH mengalami cemas sedang sejumlah 45,5%, artinya ada pengaruh dari KIH terhadap tingkat kecemasan ibu saat akan menghadapi hari kelahiran (Wijayanti & Maula, 2017).

Hasil dari penelitian ini juga selaras dengan penelitian di Wonosari, di mana hasilnya menyatakan bahwa semakin baik keikutsertaan KIH, maka tingkat kecemasan yang dialami ibu hamil akan semakin rendah (Romalasari & Astuti, 2020). Keikutsertaan ibu hamil dalam KIH dapat menurunkan kecemasan ibu (Simbolon, Siburian, & Ritonga, 2021).

Menurut analisa peneliti, ibu hamil primigravida yang mengalami kecemasan dapat dikarenakan oleh kurangnya pengetahuan dan rasa takut akibat belum adanya pengalaman. Kondisi primigravida membuat ibu kurang memiliki informasi yang cukup untuk menjawab semua pertanyaan dan keluhan yang mungkin terjadi padanya. Oleh karena itu dibutuhkan sebuah kegiatan yang dapat menambahkan pengetahuan ibu hamil dan menjadi wadah untuk saling bertukar pengalaman (Patimah & Ratni, 2017).

Hasil penelitian ini menginformasikan bahwa dengan dilakukannya intervensi KIH dapat menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil. Hal ini selaras dengan teori dari Kemenkes RI yaitu bahwa KIH dapat memberikan dampak yang positif pada masa persiapan persalinan, dengan adanya KIH dan ibu mengikuti dengan sungguh-sungguh, maka ibu dapat memperkaya pengetahuan dan keterampilan, juga motivasi dalam meningkatkan kesehatan kehamilan dan mempersiapkan persalinan. Ibu juga dapat belajar dari pengalaman positif saat mengikuti kegiatan kelas ibu hamil. Hal ini dapat menciptakan kesiapan persalinan yang optimal, dan psikis ibu yang lebih rileks dan tenang karena ibu sudah lebih memiliki kesiapan mental. (Kemenkes, 2018).

Pengetahuan tentang kehamilan, seputar persalinan, dan bagaimana merawat BBL memang hal yang sangat penting untuk diketahui oleh calon ibu. Dewasa ini, cukup banyak media informasi yang tersedia dan dapat diakses oleh ibu, namun belum tentu informasi tersebut tepat untuk ibu. Sebagai upaya menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil, dibutuhkan media informasi yang akurat dalam memberikan pendidikan kesehatan untuk ibu, salah satunya dengan adanya KIH, karena KIH difasilitasi secara langsung oleh tenaga kesehatan/bidan (Patimah & Ratni, 2017).

Pendidikan kesehatan pada masa antenatal bertujuan untuk membantu calon orang tua mempersiapkan kelahiran dan psikis para orang tua. Pemberian pendidikan kesehatan dilakukan sebagai bentuk dukungan untuk membantu orang tua dalam memahami kebutuhan emosional, sosial, psikologis, juga kebutuhan fisik selama kehamilan dan persalinan (Koushede et al., 2017)

Pendidikan antenatal dapat mempersiapkan ibu dalam menghadapi persalinan, meningkatkan kepercayaan diri, dan pengurangan kecemasan ibu hamil pertama kali atau primigravida (Hemaswaroop & Deepthi, 2017). Selain itu, pada pelaksanaan kelas ibu hamil terdapat senam hamil pada akhir sesi. Senam hamil dapat menjadi salah satu media ibu untuk berelaksasi. (Naharani et al., 2018).

Pelaksanaan program kelas ibu hamil bermanfaat untuk fisik ibu maupun psikologis ibu dan suami. Manfaat dari segi psikologis, kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan, wawasan, kepercayaan diri ibu. Sedangkan dari segi fisik, latihan senam hamil yang ada dalam rangkaian kegiatan kelas ibu dapat meningkatkan kebugaran ibu (Kristianingsih & Suryanti, 2019).

Upaya penurunan kecemasan ibu hamil juga dipengaruhi oleh peran tenaga kesehatan. Ibu hamil primigravida perlu beradaptasi dengan keberadaan janin, dirinya sendiri, bahkan lingkungannya.

Kemampuan ibu dalam beradaptasi dapat dibantu oleh tenaga kesehatan yang profesional, terutama proses adaptasinya dengan kecemasan yang ibu alami. Pemberian pelayanan antenatal secara komprehensif merupakan bentuk dukungan dari tenaga kesehatan, khususnya bidan selaku tenaga kesehatan yang berperan sebagai ujung tombak kesehatan di lingkungan masyarakat. Hal ini bisa didapatkan oleh ibu dengan mengikuti kegiatan KIH sesuai program pemerintah, agar kecemasan yang dirasakan ibu dapat diminimalisir (Nugroho & Cahyanti, 2017).

KIH juga sebagai media yang tepat karena ibu dapat melibatkan suami atau keluarga terdekat sebagai pendamping, agar sama-sama mengetahui hal-hal penting selama kehamilan, persalinan, nifas, dan merawat BBL. Pembelajaran yang didapatkan selama KIH juga dapat dipelajari kembali dengan menggunakan alat bantu berupa buku KIA, karena materi yang diberikan dalam KIH tidak jauh berbeda dengan apa yang dimuat dalam buku KIA (Romalasari & Astuti, 2020).

Di samping itu, kecemasan yang biasa dirasakan oleh ibu primigravida juga dapat diakibatkan oleh cerita-cerita negatif juga mitos-mitos yang berkembang di masyarakat atau lingkungan ibu. Hal ini dapat diatasi dengan mengikuti kelas ibu hamil, agar mendapatkan penjelasan yang jelas dari tenaga kesehatan yang kompeten. Sehingga, mitos-mitos tersebut dapat dijelaskan secara ilmiah dan kecemasan ibu berkurang (Wijayanti & Maula, 2017).

Berdasarkan uraian diatas, peneliti berpendapat bahwa KIH berdampak positif dan dapat mengurangi tingkat kecemasan ibu hamil primigravida trimester III. Namun pada hasil penelitian ini masih didapatkan data ibu hamil yang mengalami kecemasan. Hal tersebut umum dirasakan oleh ibu hamil menjelang persalinannya, karena faktor daya tahan seseorang terhadap *stressor* masing-masingnya berbeda. *Stressor* atau faktor pemicu yang dapat menyebabkan kecemasan pada ibu hamil juga sangat variatif. Meskipun demikian kelas ibu hamil memiliki manfaat terhadap ibu hamil. Untuk itu penting untuk dilakukan kelas ibu hamil, salah satunya sebagai solusi untuk meminimalisir kecemasan ibu terutama ibu hamil primigravida pada usia kandungan trimester III.

Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh kelas ibu hamil terhadap tingkat kecemasan ibu hamil primigravida trimester III. Bidan selaku tenaga kesehatan diharapkan selalu mempromosikan manfaat dari kelas ibu hamil serta dapat diterapkan dalam pelayanan pada ibu yang mengalami kecemasan dalam kehamilan

Daftar Pustaka

- 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). doi:10.32584/jikm.v2i2.374
- Biaggi, A., Conroy, S., Pawlby, S., & Pariante, C. M. (2016). Identifying the women at risk of antenatal anxiety and depression: A systematic review. *J Affect Disord*, 191, 62-77. doi:10.1016/j.jad.2015.11.014

- Fatimah, S., Sukarya, W. S., & Husin, U. A. (2015). Perbandingan tingkat kecemasan ibu hamil antara primigravida dan grandemultigravida. *Prosiding Pendidikan Dokter*, 1(2). doi:10.29313/kedokteran.v0i0.1064
- Fitriani, Yarmaliza, & Farisni, T. N. (2019). The relationship of mother's knowledge and attitude toward primigravida anxiety in facing maternity *J-KESMAS*, 6(1), 21-27. doi:10.35308/jkem.v6i2.1158
- Hemaswaroopa, & Deepthi. (2017). Effect of antenatal education in improving maternal confidence and reducing anxiety about labor in primigravida women attending Saveetha Medical College and Hospital, Chennai, Tamilnadu, India. *Int J Pharm Bio Sci*, 8(1), 261-265. doi:10.22376/ijpbs.2017.8.1.b261-265
- Jha, S., Salve, H. R., Goswami, K., Sagar, R., & Kant, S. (2018). Burden of common mental disorders among pregnant women: a systematic review. *Asian Journal of Psychiatry*. doi:10.1016/j.ajp.2018.06.020
- Kemenkes RI. (2018). *Pedoman pelaksanaan kelas ibu hamil*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI.
- Koushede, V., Brixval, C. S., Thygesen, L. C., Axelsen, S. F., Winkel, P., Lindschou, J., Gluud, C., Due, P. (2017). Antenatal small-class education versus auditorium-based lectures to promote positive transitioning to parenthood - A randomised trial. *PLoS One*, 12(5). doi:10.1371/journal.pone.0176819
- Kristianingrum, D. Y. (2021). The role of husbands in giving labor support. *Embrio*, 13(1). doi:10.36456/embrio.v13i1.3234
- Kristianingsih, A., & Suryanti, E. (2019). Relationship between the pregnancy of class pregnancy mothers to mother anxiety in facing labors in trimester III pregnant mothers in Branti Raya Village, Branti Lampung Selatan, 2019. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Mulawarman*, 1(2). doi:10.30872/jkmm.v1i2.2961
- 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). doi:10.35790/ebm.v6i2.21889
- Naharani, A. R., Siswati, & Fatkhiyah, N. (2018). Hubungan perilaku keikutsertaan kelas ibu hamil dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan pada ibu hamil primigravida trimester III. *Jurnal SIKLUS*, 7(2). doi:10.30591/siklus.v7i2.856
- Nath, A., Venkatesh, S., Balan, S., Metgud, C. S., Krishna, M., & Murthy, G. V. S. (2019). The prevalence and determinants of pregnancy-related anxiety amongst pregnant women at less than 24 weeks of pregnancy in Bangalore, Southern India. *Int J Womens Health*, 11, 241-248. doi:10.2147/IJWH.S193306
- Nugroho, R. N., & Cahyanti, R. D. (2017). Hubungan partisipasi kelas ibu hamil terhadap tingkat kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil risiko tinggi *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 6(2). doi:10.14710/dmj.v6i2.18628
- Patimah, M., & Ratni. (2017). Pengetahuan dan kecemasan ibu hamil trimester I primigravida tentang keluhan pada kehamilan trimester I dan penanganannya. *BIMTAS: Jurnal Kebidanan UMTAS*, 5(2).
- Prastika, D. (2017). *Pengaruh pendidikan kesehatan tentang persalinan terhadap kecemasan primigravida trimester III di Puskesmas Ciputat*. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, Jakarta.
- Romalasari, N. F., & Astuti, K. (2020). Hubungan antara dukungan suami dan partisipasi mengikuti kelas ibu hamil dengan kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil primigravida trimester tiga di Puskesmas Nglipar II. *G-COUNS: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(2). doi:10.31316/g.couns.v4i2.817
- Sari, F. S., & Novriani, W. (2017). Dukungan keluarga dengan kecemasan menjelang persalinan trisemester III. *JURNAL IPTEKS TERAPAN*, 11(1), 55-64. doi:10.22216/jit.2017.v11i1.1414
- Silva, M. M. J., Nogueira, D. A., Clapis, M. J., & Leite, E. (2017). Anxiety in pregnancy: prevalence and associated factors. *Rev Esc Enferm USP*, 51. doi:10.1590/S1980-220X2016048003253

- Simbolon, G. A. H., Siburian, U. D., & Ritonga, P. T. (2021). Pengaruh kelas ibu hamil terhadap kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil beresiko. *Jurnal Endurance : Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 6(2). doi:10.22216/endurance.v6i2.38
- Syafrie, I. R. (2017). Gambaran pengetahuan dan kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan di wilayah kerja Puskesmas Muara Aman Kecamatan Lebong Utara, Kabupaten Lebong tahun 2016. *Journal Of Midwifery*, 5(1). doi:10.37676/jm.v5i1.564
- Trisiani, D., & Hikmawati, R. (2016). Hubungan kecemasan ibu hamil terhadap kejadian preeklampsia di RSUD Majalaya Kabupaten Bandung. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 1(3).
- Wardani, H. W., Agustina, R., & D, E. A. F. (2018). Tingkat kecemasan dengan kualitas tidur ibu hamil primigravida trimester III. *Dunia Keperawatan*, 6(1), 1-10. doi:10.20527/dk.v6i1.4946
- Widiani, N. N. A., & Noviani, N. W. (2020). Pengaruh senam hamil terhadap tingkat stres ibu hamil trimester III di Kecamatan Sukawati tahun 2020. *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 11(2). doi:10.33859/dksm.v11i2
- Wijayanti, I. T., & Maula, S. I. (2017). Hubungan keikutsertaan kelas ibu hamil TM III dengan tingkat kecemasan menghadapi persalinan. *Maternal*, 2(1).
- Yuliani, D. R., Widyawati, M. N., Rahayu, D. L., Widiastuti, A., & Rusmini. (2018). Terapi murottal sebagai upaya menurunkan kecemasan dan tekanan darah pada ibu hamil dengan preeklampsia: Literature review dilengkapi studi kasus. *Jurnal Kebidanan*, 8(2). doi:10.31983/jkb.v8i2.3738