

## PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG KESEHATAN MENTAL PADA IBU HAMIL DI KECAMATAN TANJUNG MORAWA

Niasty Lasmy Zaen<sup>1</sup>, Saddiyah Rangkuti<sup>2</sup>, Muslimah Pase<sup>3</sup>, Nila Hayati<sup>4</sup>, Anita Damayanti Lubis<sup>5</sup>  
<sup>1,2,3,4,5</sup>Prodi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Haji Simatera Utara, Indonesia

### Info Artikel

#### Riwayat Artikel:

Diterima, 30 Oktober 2025

Direvisi, 14 November 2025

Diterima, 15 November 2025

#### Kata Kunci:

Kesehatan Mental

Ibu Hamil

Pendidikan Kesehatan

### ABSTRAK

Masih banyak ibu hamil mengalami keterbatasan akses terhadap informasi kesehatan mental yang komprehensif dan terpercaya. Hal ini diperparah dengan keterbatasan tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi secara langsung. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil dalam menjaga kesehatan mental terkait perubahan emosional tubuhnya. Kegiatan edukasi bertema Kesehatan Mental pada Ibu Hamil dilaksanakan pada 4 orang ibu hamil 1 orang pimpinan Praktek Mandiri Bidan. Metode pelaksanaan Program Pengabdian Masyarakat ini adalah dalam bentuk penyuluhan Kesehatan, media sosial leaflet yang diberikan secara langsung pada peserta dan menyampaikan materi dengan menggunakan leaflet yang telah dirancang sebelumnya sebagai alat promosi kesehatan. Kegiatan dimulai dari tahapan perencanaan, pelaksanaan, evaluasi, hingga penyusunan laporan. Hasil kegiatan dari pengabdian masyarakat ini bahwa seluruh peserta dapat memahami materi yang telah di berikan. Kegiatan edukasi berjalan dengan baik dan mendapatkan respon serta antusias yang baik dari responden. Hal ini ditunjukkan dengan antusias responden untuk bertanya dan membagikan informasi yang didapat melalui akun media sosialnya. Edukasi yang diberikan juga tersampaikan dengan baik yang ditunjukkan dari peningkatan pengetahuan responden terkait kesehatan mental selama kehamilan dengan melihat perbandingan hasil pre-test dan post-test. Dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan tentang kesehatan mental selama kehamilan sebagai upaya promosi kesehatan pada ibu hamil Di Kecamatan Tanjung Morawa ini harus diberikan secara berulang-ulang dan menarik, Untuk itu dibutuhkan kegiatan edukasi dengan menggunakan penyuluhan perlu terus dilaksanakan sebagai salah satu upaya dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat terutama ibu hamil dan kerjasama yang baik antara tenaga kesehatan dan para orang tua khususnya ibu hamil dan keluarga.

*This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.*



#### Corresponding Author:

Niasty Lasmy Zaen,

Program Studi Kebidanan,

Universitas Haji Sumatera Utara,

Jl. Selamat Lurus No.73, RW.SA, Sitirejo III, Kec. Medan Amplas, Kota Medan, Sumatera Utara 20226.

Email: niasty05lasmy@gmail.com

## 1. PENDAHULUAN

Studi terbaru menunjukkan bahwa antara 10-24% ibu hamil mengalami gangguan mental umum selama kehamilan, dengan kasus yang lebih umum di negara berkembang. Kelelahan, kecemasan, dan depresi adalah gejala yang paling sering dilaporkan. Faktor risiko meliputi usia muda, status sosial ekonomi rendah, kurangnya dukungan sosial dari keluarga dan pasangan, serta riwayat gangguan mental dan komplikasi obstetrik sebelumnya. Selama masa nifas, gangguan ini dapat menetap dan menyebabkan komplikasi seperti depresi pascapersalinan dan baby blues, yang jika tidak ditangani dengan tepat, dapat membahayakan ibu dan bayi (Zulaekah & Kusumawati, 2021).

Berdasarkan meta-analisis yang melibatkan 221.974 partisipan dari 34 negara, prevalensi kecemasan pada ibu hamil tercatat sebesar 15,2% (Dennis et al., 2017). Di Indonesia, prevalensi gangguan kecemasan pada ibu hamil lebih tinggi, dengan beberapa studi melaporkan angka sekitar 28,7% hingga 43,3%, terutama pada trimester ketiga dan pada ibu multipara. Faktor risiko meliputi usia muda, status sosial ekonomi rendah, kurangnya dukungan sosial, serta keterbatasan akses edukasi kesehatan mental yang memadai. Gangguan mental pada ibu hamil ini dapat meningkatkan risiko kelahiran prematur dan gangguan perkembangan anak. Oleh karena itu, penting dilakukan skrining rutin dan intervensi komprehensif di tingkat pelayanan primer untuk mengurangi dampak negatif terhadap ibu dan janin. Data ini selaras dengan hasil penelitian di berbagai wilayah Indonesia yang menunjukkan besarnya angka gangguan mental ibu hamil dan perlunya edukasi serta dukungan sosial yang kuat untuk menanggulangi masalah tersebut (Fatimah et al., 2024).

Di Indonesia berdasarkan data statistik Kemenkes RI pada tahun 2020, terjadi sebanyak 43,3% ibu hamil dengan gangguan kesehatan mental diantaranya kecemasan, dan meningkat menjadi 48,7% saat persalinan (Kemenkes, R. I. 2020). Gangguan kesehatan mental selama kehamilan meningkatkan risiko bukan hanya kepada ibu tetapi juga pada janin di dalam kandungan. Gangguan yang dapat terjadi adalah kelahiran premature dan BBLR, yang nantinya dapat memengaruhi periode emas di masa 1000 hari pertama kehidupan (HPK) yakni 370 hari pada masa kehamilan dan 730 hari masa setelah lahir (2 tahun kehidupan) (Ruaida, N. 2018).

Berdasarkan Laporan Kesehatan Provinsi Sumatera Utara 2024 dan penelitian terkait, sekitar 23,99% penduduk mengalami masalah kesehatan, termasuk masalah kesehatan mental, dengan wanita hamil menjadi kelompok yang sangat rentan. Data penelitian menunjukkan bahwa prevalensi gangguan mental umum di antara wanita hamil di wilayah ini mencapai sekitar 24%, dengan gejala utama adalah kelelahan, sebagian besar terjadi pada wanita multipara dan mereka yang berada pada trimester ketiga kehamilan. Faktor risiko utama yang berkontribusi terhadap kesehatan mental ibu meliputi rendahnya dukungan keluarga dan masyarakat dan terbatasnya akses ke layanan kesehatan mental. Situasi ini menekankan perlunya memperkuat layanan kesehatan mental antenatal, termasuk skrining kesehatan mental rutin dan pendidikan bagi keluarga untuk mendeteksi dan mengelola gangguan mental sejak dini. Pendekatan ini sangat penting untuk mengurangi jumlah gangguan mental pada wanita hamil dan meminimalkan dampak negatifnya terhadap ibu dan janin di Sumatera Utara (Ariasih et al., 2024a).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan di wilayah Kecamatan Tanjung Morawa, ditemukan bahwa sebagian besar ibu hamil masih mengalami keterbatasan akses terhadap informasi yang komprehensif dan terpercaya mengenai kehamilan, khususnya yang berkaitan dengan kesehatan mental. Banyak dari mereka hanya mengandalkan informasi dari keluarga atau media sosial yang belum tentu akurat. Kondisi ini berdampak pada munculnya berbagai bentuk gangguan psikologis seperti kecemasan

berlebih, stres, bahkan gejala depresi ringan hingga sedang selama masa kehamilan. Padahal, kesehatan mental ibu hamil sangat berpengaruh terhadap tumbuh kembang janin dan kualitas hubungan ibu dengan anak setelah kelahiran. Temuan lapangan juga menunjukkan bahwa tenaga kesehatan pun mengakui bahwa keterbatasan waktu dan sumber daya menjadi kendala dalam memberikan edukasi mendalam terkait kesehatan mental selama kehamilan.

Permasalahan yang dialami yaitu: dari hasil diskusi tim pengabdian dengan ibu hamil didapatkan beberapa permasalahan terkait kesehatan mental selama kehamilan. Permasalahan itu diantaranya: Masih minimnya pengetahuan dan informasi yang komprehensif dan terpercaya bagi ibu hamil mengenai kehamilan, khususnya terkait kesehatan mental. Sebagian besar ibu hamil masih mengalami keterbatasan akses terhadap informasi yang komprehensif dan terpercaya mengenai kehamilan, khususnya yang berkaitan dengan kesehatan mental. Banyak ibu hamil yang hanya mengandalkan informasi dari keluarga atau media sosial yang belum tentu akurat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan keterampilan para ibu hamil beserta keluarganya dalam menjaga kesehatan mental selama masa kehamilan.

## **2. METODE**

Pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan sesuai jadwal dari pukul 13.00 wib sampai dengan 16.00 wib bertempat di DAZ Coffee N Kitchen, Jl. Stadion No.13, Teladan Bar., Kec. Medan Kota, Kota Medan, Sumatera Utara 20216. Tahap awal pengabdian masyarakat ini adalah melakukan kontak kepada peserta penyuluhan yaitu ibu hamil baik kontrak waktu dan kesediaan para peserta. Persiapan awal lain adalah menyiapkan ruangan dan bahan yang akan digunakan penyaji saat melakukan penyuluhan seperti alat presentasi dan power point agar materi mudah dimengerti. Pada tahap pelaksanaan pengabdian masyarakat ini peserta wajib mengisi lembar persetujuan dan daftar hadir serta peserta secara aktif mendengarkan pemaparan materi yang disajikan oleh pemateri.

Peserta yang hadir pada kegiatan PKM yaitu 4 orang Ibu hamil, 1 orang bidan dari BPM di Kecamatan Tanjung Morawa. Tim pengabdian Masyarakat berbagi tugas Dimana, 1 orang melakukan pengabsenan, 1 orang melakukan dokumentasi. Tim juga melibatkan 6 orang mahasiswa untuk membantu tim agar kegiatan pengabdian masyarakat penyuluhan dan edukasi terkait kesehatan mental pada ibu hamil di Kecamatan Tanjung Morawa berjalan dengan baik. Dimana saat menjelaskan materi diselingi dengan tanya jawab. Dilakukan awal dan akhir penyampaian materi kepada para peserta apakah dapat mengetahui tentang materi yang disampaikan dan peserta mampu menjelaskan materi yang sudah disampaikan.

## **3. HASIL DAN ANALISIS**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada, Senin 6 Oktober 2025 dari pukul 13.00 wib sampai dengan 16.00 wib yang sarannya Adalah ibu hamil di DAZ Coffee N Kitchen, Jl. Stadion No.13, Teladan Bar., Kec. Medan Kota, Kota Medan, Sumatera Utara. Pengabdian masyarakat ini dilakukan oleh 1 orang ketua pengusul, 4 orang anggota dan 6 orang mahasiswa Universitas Haji Sumatera Utara yang keparannya tentang kebidanan. Tahap awal pengabdian masyarakat ini tim pelaksana menjelaskan defenisi kehamilan, perubahan psikologis selama kehamilan, dampak perubahan psikologis, dan cara pencegahan dan penanggulangan kecemasan pada ibu hamil. Kemudian setelah itu tim pelaksana di bantu oleh 4 anggota sebagai Moderator/MC, pemateri pendamping, pendamping kelompok, koordinator logistik dan 6 orang mahasiswa

sebagai fasilitator lapangan, pendamping peserta, asisten dokumentasi, pencatat hasil diskusi, pendamping praktik relaksasi, koordinator konsumsi/peserta.

Sebuah laporan tahun 2020 dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan bahwa 8-10% wanita hamil mengalami kecemasan, dengan prevalensi meningkat hingga sekitar 12% menjelang persalinan. Data terbaru dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) menunjukkan bahwa prevalensi kecemasan pada ibu hamil di Indonesia cukup tinggi, yaitu sekitar 43,3% dan meningkat menjadi 48,7% menjelang persalinan. Ini menunjukkan peningkatan risiko kecemasan saat mendekati kelahiran. Banyak hal yang memengaruhi kecemasan ibu hamil, seperti keadaan keuangan, tingkat dukungan keluarga, pengalaman sebelumnya dengan kehamilan, dan kesiapan psikologis untuk melahirkan (Lilis et al., 2025).

Ibu hamil dalam trimester ketiga biasanya mengalami perubahan psikologis yang lebih rumit dibandingkan dengan trimester sebelumnya. Perubahan ini disebabkan oleh perubahan kondisi fisik kehamilan, serta ketakutan akan persalinan dan keselamatan bayi. Ketakutan akan proses persalinan yang menyakitkan, kematian, kesehatan janin, pengalaman keguguran, dukungan keluarga, dan kondisi ekonomi adalah beberapa penyebab kecemasan di trimester ketiga. Gejalanya sering termasuk perasaan tidak nyaman dan ketakutan yang berlanjut hingga persalinan, dengan gejala seperti mudah tersinggung, sakit perut, tangan berkeringat, gemetar, bahkan pusing (Dwi et al., 2023).

Kelas ibu hamil yang memberikan informasi menyeluruh tentang kehamilan dan persalinan, dapat membantu mengurangi kecemasan ibu hamil, terutama menjelang persalinan. Kelas ini juga meningkatkan kesiapan mental ibu untuk menghadapi persalinan, yang membantu mereka mengurangi kecemasan dan ketakutan yang terkait dengan proses persalinan. Untuk menciptakan rasa aman dan meningkatkan kesiapan mental ibu, tenaga kesehatan dan keluarga harus memberikan dukungan psikologis selain instruksi. Seperti yang ditunjukkan oleh penelitian lain, ibu hamil di trimester ketiga yang kurang memahami perubahan psikologis yang terjadi di tubuh mereka cenderung mengalami kecemasan yang lebih tinggi. Oleh karena itu, intervensi edukasi yang diintegrasikan ke dalam kunjungan antenatal sangat disarankan untuk membantu ibu hamil mengatasi kecemasan mereka dengan lebih baik (Riyanti & Devita, 2024).

Ibu hamil yang kecemasan terus-menerus dapat berdampak negatif pada kesehatan fisik dan mental mereka, serta janin. Kecemasan terus menerus mengaktifkan sistem saraf simpatis dan menyebabkan produksi hormon stres seperti katekolamin, yang dapat menyebabkan tekanan darah tinggi, kontraksi rahim yang tidak terkontrol, dan risiko komplikasi kehamilan seperti preeklampsia, kelahiran prematur, dan keguguran. Hormon stres yang berlebih juga menghambat aliran darah ke janin, yang mengganggu pertumbuhan dan perkembangan janin, meningkatkan risiko berat badan lahir rendah (BBLR) dan keguguran (Jannah et al., 2025).

Para peserta yang mengikuti serangkaian kegiatan yang dilakukan dengan antusias oleh para peserta yang diberikan oleh narasumber. Selama kegiatan dilaksanakan para peserta memperhatikan materi yang telah diberikan oleh narasumber. Faktor utama munculnya kecemasan pada ibu hamil adalah kurangnya dukungan dari suami maupun keluarga.

**Tabel 1. Distribusi Berdasarkan Pemahaman Partisipan Sebelum dan Sesudah Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat**

No.	Pemahaman	Sebelum		Sesudah	
		f	%	F	%
1.	Kurang	3	75	1	25
2.	Baik	1	25	3	75
	Jumlah	4	100	4	100

Kegiatan pengabdian ini diikuti oleh 4 orang peserta. Berdasarkan hasil pre-test yang diberikan sebelum kegiatan dimulai, sebanyak 3 dari 4 peserta (75%) menunjukkan pemahaman yang kurang terhadap materi yang disampaikan. Hanya 1 peserta (25%) yang telah memahami materi dengan baik. Setelah kegiatan edukasi dilaksanakan, dilakukan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan. Hasilnya menunjukkan bahwa seluruh peserta memahami materi dengan baik. Dengan demikian, terjadi peningkatan pemahaman pada 3 peserta (75%) setelah mengikuti kegiatan ini.

Penelitian terbaru menunjukkan bahwa terapi akupresur efektif secara signifikan dalam menurunkan kecemasan pada ibu hamil dengan kontraksi prematur. Sebuah studi di RSUD Kembangan (2024) menemukan bahwa akupresur menurunkan rata-rata tingkat kecemasan secara signifikan dengan nilai  $p < 0,05$ , sehingga dapat dijadikan metode nonfarmakologis yang efektif untuk mengelola kecemasan selama kehamilan (Purnama et al., 2024b).

Faktor edukasi dan dukungan sosial yang kuat juga sangat mempengaruhi kesiapan mental ibu hamil dalam menghadapi persalinan, mengurangi risiko kecemasan berat dan dampak negatifnya (Duhita et al., 2024). Dengan demikian, pendekatan holistik yang mengintegrasikan edukasi, dukungan sosial, aktivitas fisik ringan, dan terapi relaksasi menjadi kunci utama dalam pencegahan kecemasan selama kehamilan agar kesehatan mental ibu dan keselamatan janin tetap terjaga optimal.

Kegiatan tersebut dinilai dengan sukses karena materi yang telah disampaikan dapat direspon positif dan peserta juga memberikan sikap baik. Respon positif juga diberikan dengan ikut berpartisipasi dalam diskusi dan tanya jawab terkait dengan kecemasan selama kehamilan.



**Gambar 1. Dokumentasi Pengabdian**

#### 4. KESIMPULAN

Dari Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dapat disimpulkan bahwa: Kecemasan selama masa kehamilan disamping beresiko terhadap kesehatan mental ibu, juga dapat mempengaruhi kondisi fisik ibu janin. Dapat menimbulkan komplikasi kehamilan bahkan keguguran. Faktor penyebab kecemasan yang dialami ibu selama masa kehamilan Adalah

kurangnya dukungan yang diberikan kepada ibu baik dari suami maupun keluarga. Pengetahuan ibu terkait kehamilan juga memicu munculnya kecemasan pada ibu. Kurangnya informasi terkait kehamilan serta ketidakjelasan informasi yang didapat memunculkan rasa cemas pada ibu terkait kehamilannya. Berkonsultasi dan kunjungan ANC rutin sangat dianjurkan pada ibu agar lebih siap terhadap perubahan fisiologis maupun psikologis selama tiap trimester kehamilan dan siap menjalani persalinan.

### Saran

Pendidikan kesehatan ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran bahwa menjaga kesehatan mental sama pentingnya dengan menjaga kesehatan fisik. Ibu hamil diharapkan lebih terbuka dalam mengungkapkan perasaan, mencari dukungan ketika mengalami stres atau kecemasan, serta mengikuti berbagai kelas edukasi yang diselenggarakan oleh fasilitas kesehatan. Selain itu, keluarga, terutama suami, memiliki peran besar dalam memberikan dukungan emosional dan praktis bagi ibu hamil. Dengan adanya kelompok dukungan sesama ibu hamil, masyarakat juga dapat menciptakan lingkungan yang saling menguatkan sehingga tercapai kondisi kehamilan yang sehat secara menyeluruh, baik fisik maupun mental.

### DAFTAR PUSTAKA

- Anike Lisberianti Sihomhombing, Retno Wahyuni, Kismiasih Adethia, Lisa Putri Utami Damanik, Emiya Agustina Surbakti, & Grace Adelia Putri. (2023). Pengetahuan Ibu Hamil tentang Psikologi Trimester I di Klinik Sampali Medan Tembung Kota Medan Tahun 2023. *An-Najat*, *1*(4), 316–323. <https://doi.org/10.59841/an-najat.v1i4.2400>
- Ariasih, A., Besral, Budiharsana, M., & Ronoatmodjo, S. (2024a). Common Mental Disorders and Associated Factors During Pregnancy and the Postpartum Period in Indonesia: An Analysis of Data From the 2018 Basic Health Research. *Journal of Preventive Medicine and Public Health*, *57*(4), 388–398. <https://doi.org/10.3961/jpmp.24.082>
- Ariasih, A., Besral, Budiharsana, M., & Ronoatmodjo, S. (2024b). Common Mental Disorders and Associated Factors During Pregnancy and the Postpartum Period in Indonesia: An Analysis of Data From the 2018 Basic Health Research. *Journal of Preventive Medicine and Public Health*, *57*(4), 388–398. <https://doi.org/10.3961/jpmp.24.082>
- Astiana, W., Arian Tesa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Al-Ma, F., Baturaja, arif, Hatta No, J. M., Timur, B., Komerling Ulu, O., & Selatan, S. (n.d.). *Dukungan Keluarga Dan Usia Ibu Hamil Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan*. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM>
- Dennis, C. L., Falah-Hassani, K., & Shiri, R. (2017). Prevalence of antenatal and postnatal anxiety: Systematic review and meta-analysis. *The British Journal of Psychiatry*, *210*(5), 315–323. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.116.187179>
- Dinas Kesehatan Sumatera Utara. (2024). Laporan Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2024. Medan: Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara. *169-Article Text-555-1-10-20240703 (3)*. (n.d.).
- Duhita, F., Sari, C. A., & Kartikasari, D. (2024). Penguatan Peran Social Support Ibu Hamil Sebagai Upaya Mewujudkan Kehamilan Dan Persalinan Yang Sehat. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, *8*(1), 1484. <https://doi.org/10.31764/jmm.v8i1.21038>
- Dwi, S., Putri, Y., Tinggi, S., Kesehatan, I., Palembang, A., Widia, H., Sekolah, P., Ilmu, T., & Jayapura, K. (2023). *Usia Ibu Dengan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III*

- Dalam Menghadapi Persalinan Di Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2022. 1(2)*, 130–138. <https://doi.org/10.59680/anestesi.v1i3.417>
- Fatimah, E. S., Hartono, R. K., & Kusumastuti, I. (2024). Pengaruh Yoga Prenatal dan Hypnobirthing terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester 3. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 13(03), 215–224. <https://doi.org/10.33221/jikm.v13i03.2940>
- Fatwiany+jurnal. (n.d.).
- Fitria, H., Agustiani, A., Rizki Fauzi, R., Subhianti Putri, R., Studi Ilmu Keperawatan, P., Ilmu Kesehatan, F., Medika Suherman, U., Barat, J., & Author, C. (2025). *Hubungan Dukungan Suami Dengan Perubahan Psikologis Pada Ibu Hamil Trimester 1 (Hamil Pertama) Di Puskesmas Tambelang Bekasi. 6(1)*.
- GBD 2019 Mental Disorders Collaborators. (2022). Global, regional, and national burden of 12 mental disorders in 204 countries and territories, 1990-2019: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. *The lancet. Psychiatry*, 9(2), 137-150. doi: [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(21\)00395-3](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(21)00395-3)
- Hasanah, H. T., Lestari, W., Woferst, R., Keperawatan, F., Riau, U., Patimura No, J., & Riau, G. P. (n.d.). *Analisis Kecemasan dan Citra Tubuh Trimester II dan III Pada Primigravida (Vol. 2, Issue 2)*.
- Jannah, B., Septiana Pratiwi, C., & Mamnuah, M. (2025). Pekerjaan dan gravida mempengaruhi kecemasan pada ibu hamil di Puskesmas Mpunda Kota Bima. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 16(2), 95. <https://doi.org/10.36419/jki.v16i2.1467>
- Juwita, L., Sari, N. N., & Pangestika, Y. (2023). Faktor-Faktor Karakteristik Demografi Yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Primigravida Trimester III (Demographic Characteristics Factors Affecting Anxiety Level Of Primigravids Trimester III). In *Jurnal Ners LENTERA (Vol. 11, Issue 1)*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Data dan Statistik Kesehatan Maternal*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kemenkes, R. I. (2020). *Pedoman pelayanan Antenatal, Persalinan, Nifas, dan bayi baru lahir di eraadaptasi Baru (Subdit Kesehatan Maternal dan Neonatal Direktorat Kesehatan Keluarga (ed.)). Kementerian Kesehatan RI*.
- Lilis, W., Sari, N. I., Sulistyoningtyas, S., & Soimah, N. (2025). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III DI Puskesmas Peninjauanogan Komerling Ulu. 6(2)*.
- Maulani, N., Siska Putri, P., Mayumi, C., of Midwifery Study Program, B., & Tinggi Ilmu Kesehatan Sapta Bakti, S. (2024). Science Midwifery The effect of prenatal yoga on accelerated delivery of TM III pregnant women in the work area Sidomulyo Health Center, Bengkulu. In *Science Midwifery (Vol. 12, Issue 5)*. Online. [www.midwifery.iocspublisher.org](http://www.midwifery.iocspublisher.org)Journalhomepage:[www.midwifery.iocspublisher.org](http://www.midwifery.iocspublisher.org)
- Meirany, A., Jannah, M., Asmita, G., Kebidanan, J., & Farmasi, F. (2024). *Literature Review: Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Ibu Hamil Trimester III. 23(1)*.
- Purnama, A., Studi, P. S., & Ilmu Kesehatan, F. (2024a). Pengaruh Terapi Akupresur dan Water Sound Terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Hamil dengan Prematur Kontraksi di RSUD Kembangan. In *268 Jurnal Kesehatan (Vol. 13, Issue 2)*.
- Qardhawijayanti, S., Sukarta, A., Mansyur Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, R., Keperawatan dan Kebidanan, F., Muhammadiyah Sidrap, I., Al-Qadri No, J., Pitu, R., Rappang, S., & Selatan, S. (n.d.). *Hubungan Pemanfaatan Kelas Ibu Hamil Dengan Perilaku Ibu Hamil Terhadap Tanda Bahaya Kehamilan. http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JLH*

- Resy Ismail, C., Isnaini Arfah, A., Fadhillah Khalid, N., Hamsah, M., & Khaerina Amaliyah, I. B. (2024). *Description of Physiological Changes and Feelings of Anxiety in 1st Trimester Pregnant Women at RSIA Sitti Khadijah 1 Muhammadiyah Makassar Branch*. <https://doi.org/10.29303/jbt.v24i1.6649>
- Riyanti, N., & Devita2, R. (2024). *Babul Ilmi\_Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan Pengaruh Edukasi Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Dalam Menghadapi Persalinan*. *16*(1), 121–137. <https://jurnal.stikes-aisyiyah-palembang.ac.id/index.php/Kep/article/view/>
- Ruaida, N. (2018). Gerakan 1000 hari Pertama Kehidupan Mencegah Terjadinya Stunting (Gizi Pendek) di Indonesia. *Global Health Science*, *3*(2), 139–151.
- Salsa Putri Kusumah, Sri Rejeki, & Muhammad Riza Setiawan. (2025). Analisis Faktor Risiko Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Menjelang Persalinan di RSUD Dr. Adhyatma, MPH Provinsi Jawa Tengah. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, *5*(2), 112–123. <https://doi.org/10.55606/jikki.v5i2.6056>
- Zulaekah, S., & Kusumawati, Y. (2021). Kecemasan sebagai Penyebab Gangguan Kesehatan Mental pada Kehamilan di Layanan Kesehatan Primer Kota Surakarta. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, *17*(1), 59–73. <https://doi.org/10.31101/jkk.2064>