

Hubungan Keaktifan Kelas Ibu Hamil Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Trimester III

**Betanuari Sabda Nirwana¹, Weni Tri Purnani², Khofidhotur Rofiah³,
Nikmatul Firdaus⁴, Alfika Awatiszahro⁵**

^{1,2,3,4,5} Prodi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kadiri

*E-mail : betanuarisabdanirwana@unik-kediri.ac.id

Abstrak

Kehamilan merupakan proses fisiologis yang normal, namun sering kali disertai dengan perubahan fisik dan psikis yang kompleks, terutama pada trimester III. Ibu hamil primigravida (kehamilan pertama) cenderung mengalami kecemasan yang lebih tinggi karena ketidaktauhan dan kekhawatiran dalam menghadapi proses persalinan. Salah satu upaya pemerintah untuk membekali ibu hamil dengan pengetahuan dan keterampilan adalah melalui program "Kelas Ibu Hamil". Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara keikutsertaan atau keaktifan dalam kelas ibu hamil dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III dalam menghadapi persalinan di Polindes Desa Wonokerto, Kab. Ngawi. Penelitian ini menggunakan desain analitik korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian adalah seluruh ibu hamil primigravida trimester III di Polindes Desa Wonokerto pada bulan Maret 2026 yang berjumlah 43 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *Total Population* (sampling jenuh). Instrumen pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner, dan data dianalisis menggunakan uji statistik *Spearman Rho*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden (55,8%) tidak aktif mengikuti kelas ibu hamil dan mengalami kecemasan. Hasil uji statistik menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,000 ($< 0,05$), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara keaktifan kelas ibu hamil dengan kecemasan menghadapi persalinan. Nilai koefisien korelasi sebesar -0,865 menunjukkan tingkat hubungan yang sangat kuat dengan arah negatif, artinya semakin aktif ibu mengikuti kelas, maka tingkat kecemasan yang dirasakan akan semakin rendah. Hasil penelitian ini adalah Ada hubungan yang sangat kuat dan signifikan antara keaktifan mengikuti kelas ibu hamil dengan penurunan tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III di Polindes Desa Wonokerto. Tenaga kesehatan disarankan untuk selalu meningkatkan edukasi mengenai manfaat kelas ibu hamil guna membantu ibu hamil mengurangi kecemasan mereka.

Kata Kunci: Kelas Ibu Hamil, Kecemasan, Persalinan.

Abstract

Pregnancy is a normal physiological process, but it is often accompanied by complex physical and psychological changes, especially in the third trimester. Primigravida (first-time pregnancies) tend to experience higher levels of anxiety due to uncertainty and anxiety surrounding the birth process. One government effort to equip pregnant women with knowledge and skills is through the "Pregnancy Classes" program. This study aims to determine the relationship between participation in or active participation in pregnancy classes and anxiety levels among third-trimester primigravida pregnant women facing childbirth at the Wonokerto Village Polindes, Ngawi Regency. This study used a correlational analytical design with a cross-sectional approach. The study population was all 43 third-trimester primigravida pregnant women at the Wonokerto Village Polindes in March 2026. Sampling was conducted using the Total Population (saturated) sampling technique. Data collection instruments used a questionnaire, and data were analyzed using the Spearman Rho statistical test. The results showed that the majority of respondents (55.8%) did not actively participate in pregnancy classes and experienced anxiety. The statistical test results showed a p-value of 0.000 (<0.05), indicating a significant relationship between active participation in prenatal classes and anxiety about childbirth. The correlation coefficient of -0.865 indicates a very strong, negative correlation, meaning that the more active the mother is in attending classes, the lower her anxiety levels. The results of this study indicate a very strong and significant relationship between active participation in prenatal classes and reduced anxiety levels in primigravida pregnant women in the third trimester at the Wonokerto Village Polindes. Healthcare workers are advised to continuously improve education regarding the benefits of prenatal classes to help pregnant women reduce their anxiety.

Keywords : *Pregnancy, Anxiety, and Childbirth Classes.*

LATAR BELAKANG

Kehamilan merupakan proses fisiologis yang dimulai sejak terjadinya konsepsi hingga menjelang persalinan, yang melibatkan pertumbuhan dan perkembangan janin di dalam uterus. Selama kehamilan, ibu mengalami berbagai perubahan baik secara fisik maupun psikologis, termasuk perubahan pada sistem endokrin, kardiovaskular, dan reproduksi, yang dapat memengaruhi kondisi emosional ibu. Salah satu bentuk perubahan psikologis yang sering muncul adalah kecemasan dalam menghadapi persalinan, khususnya pada ibu primigravida trimester III yang belum memiliki pengalaman melahirkan sebelumnya (Prawirohardjo, 2016).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kecemasan pada ibu hamil masih menjadi masalah yang cukup tinggi. Penelitian Astria (2019) menemukan bahwa tingkat kecemasan pada ibu primigravida mencapai 66,2%, sedangkan pada multigravida sebesar 42,2% dalam menghadapi persalinan. Selain itu, Rahmawati (2018) melaporkan bahwa dari 50 ibu hamil, sebagian besar mengalami kecemasan tingkat sedang (62%), diikuti kecemasan ringan (26%) dan berat (12%). Hasil survei di Polindes Desa Wonokerto Kecamatan Kedunggalar Kabupaten Ngawi juga menunjukkan

bahwa ibu hamil trimester III yang tidak aktif mengikuti kelas ibu hamil cenderung mengalami kecemasan akibat kurangnya persiapan serta pengalaman traumatis sebelumnya.

Secara teoritik, kecemasan pada ibu hamil dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain kurangnya pengetahuan, kesiapan mental, serta dukungan sosial. Kecemasan yang tidak terkontrol dapat berdampak pada kesehatan ibu dan janin, seperti gangguan perkembangan janin, komplikasi kehamilan, hingga masalah psikologis pada masa nifas seperti post partum blues. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi kecemasan adalah melalui kelas ibu hamil yang mengombinasikan edukasi kesehatan dan latihan fisik, seperti relaksasi dan teknik pernapasan, yang terbukti dapat meningkatkan kesiapan ibu dalam menghadapi persalinan (Husin, 2016).

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara keaktifan mengikuti kelas ibu hamil dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III dalam menghadapi persalinan di Polindes Desa Wonokerto Kec. Kab. Ngawi. Penelitian ini menggunakan metode analitik dengan pendekatan cross-sectional. Hasil penelitian diharapkan menunjukkan adanya hubungan antara keaktifan mengikuti kelas ibu hamil dengan penurunan tingkat kecemasan. Temuan ini kemudian didiskusikan sebagai dasar dalam upaya peningkatan pelayanan kesehatan ibu melalui optimalisasi program kelas ibu hamil.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain analitik korelasional dengan pendekatan *cross sectional*, yang termasuk dalam jenis penelitian inferensial, lapangan, dan survei, serta bersifat non-eksperimental (*ex post facto*). Penelitian dilaksanakan di Polindes Desa Wonokerto pada bulan Maret 2026. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil primigravida trimester III sebanyak 43 orang, dan seluruh populasi dijadikan sampel menggunakan teknik *total population sampling*, sehingga besar sampel berjumlah 43 responden. Variabel independen dalam penelitian ini adalah keaktifan mengikuti kelas ibu hamil, sedangkan variabel dependen adalah tingkat kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan. Data dikumpulkan menggunakan instrumen penelitian berupa kuesioner, kemudian dianalisis untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel yang diteliti.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Data Umum

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia ibu

Tabel 1 . Distribusi frekuensi responden berdasarkan Usia ibu di Polindes Desa Wonokerto Kab. Ngawi

Usia Ibu	Frekuensi	Prosentase
< 20 Tahun	17	39,5
20-35 Tahun	20	46.5
>35 Tahun	6	14
Jumlah	43	100

Sumber : Data primer, 2026

Berdasarkan tabel 1 dapat diinterpretasikan bahwa hampir setengah (46.5%) responden berusia antara 20-35 tahun.

Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan ibu

Tabel 2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan Pendidikan ibu di Polindes Desa Wonokerto Kab. Ngawi

Pendidikan ibu	Frekuensi	Prosentase
Dasar (SD-SMP)	13	30.2
Menengah (SMA)	19	44.2
Tinggi (D3-PT)	11	25.6
Jumlah	43	100

Sumber : Data primer, 2026

Berdasarkan tabel 2 dapat diinterpretasikan bahwa hampir setengah (44.2%) responden berpendidikan menengah (SMA).

Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Tabel 3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan Pekerjaan di Polindes Desa Wonokerto Kab. Ngawi

Pekerjaan	Frekuensi	Prosentase
IRT	14	32.6
Swasta	8	18.6
Wiraswasta	11	25.6
PNS	10	23.3
Jumlah	43	100

Sumber : Data primer, 2026

Berdasarkan tabel 3 dapat diinterpretasikan bahwa hampir setengah (32.6%) responden bekerja sebagai IRT.

Data Khusus

Keaktifan kelas ibu hamil pada ibu hamil TM III

Tabel 4. Distribusi frekuensi keaktifan kelas ibu hamil pada ibu hamil gravida TM III di Polindes Desa Wonokerto Kab. Ngawi

Keaktifan kelas ibu hamil	Frekuensi	Prosentase
Tidak aktif	24	55.8
Aktif	19	44.2
Jumlah	43	100

Sumber : Data primer, 2026

Berdasarkan tabel 4 dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar (55.8%) responden tidak aktif dalam mengikuti kelas ibu hamil.

Kecemasan pada ibu hamil primigravida TM III

Tabel 5. Distribusi frekuensi kecemasan pada ibu hamil primigravida TM III di Polindes Desa Wonokerto Kab. Ngawi

Adanya Kecemasan	Frekuensi	Prosentase
Ada	27	62.8
Tidak Ada	16	37.2
Jumlah	43	100

Sumber : Data primer, 2026

Berdasarkan tabel 5 dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar (62.8%) responden mengalami adanya kecemasan dalam menghadapi persalinan.

Hubungan antara keaktifan kelas ibu hamil dengan adanya kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil primigravida TM III

Tabel 6. Tabulasi silang antara kelas ibu hamil dengan adanya kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil primigravida TM III di Polindes Desa Wonokerto Kab. Ngawi

Kelas ibu hamil	Adanya kecemasan					
	Ada		Tidak ada		Total	
	f	%	f	%	F	%
Tidak aktif	24	55.8	0	0	24	55.8
Aktif	3	7	16	37.2	19	44.2
r: -0.865 $\rho\text{-value}$: 0.000 α : 0.05						
Sumber : Data primer, 2026						

Menurut tabel 6 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden yaitu sebesar (55.8%) tidak aktif mengikuti kelas ibu hamil dan mengalami kejadian kecemasan. Sedangkan sebesar (37,2%) responden aktif mengikuti kelas ibu hamil tidak mengalami kejadian kecemasan. Setelah dilakukan uji statistik didapatkan hasil nilai $p\text{ value}$, ($\rho\text{-value}<\alpha$) $0,000<\alpha$ maka H_0 ditolak, dan H_1 diterima, yang berarti ada hubungan antara keaktifan kelas ibu hamil dengan adanya kecemasan ibu hamil dalam menghadapi proses persalinan. Sementara itu nilai r sebesar -0,865 menunjukkan hubungan antara keaktifan kelas ibu hamil dengan adanya kecemasan ibu hamil dalam menghadapi proses persalinan mempunyai korelasi dalam tingkat sangat kuat, dengan arah negatif (-), yang artinya semakin ibu hamil aktif mengikuti kelas ibu hamil maka tingkat kecemasan dalam menghadapi proses persalinan semakin rendah pada ibu hamil TM III di Polindes Desa Wonokerto Kab. Ngawi.

PEMBAHASAN

Keaktifan kelas ibu hamil pada ibu hamil Primigravida TM III

Berdasarkan hasil data diatas dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar (55.8%) responden tidak aktif dalam mengikuti kelas ibu hamil, hal ini dikarenakan banyak faktor yang memengaruhi. Dihubungkan dengan pekerjaan responden yang mana hampir setengah (32,6%) responden bekerja sebagai IRT sehingga ibu mengalami banyak kendala untuk menghadiri kelas ibu hamil termasuk rasa ingin tahu ibu tentang kelas ibu hamil masih cukup rendah sehingga butuh pemantauan dan edukasi dari tenaga kesehatan terutama dari bidan.

Keaktifan ibu hamil dalam mengikuti kelas ibu hamil diharapkan dapat menurunkan tingkat kecemasan, karena di dalam kelas ibu hamil akan mendapatkan banyak informasi tentang kehamilan dan persalinan, sehingga kecemasan ibu yang mengikuti kelas ibu hamil diharapkan akan lebih rendah dari pada ibu yang tidak mengikuti kelas ibu hamil. Kegiatan kelas ibu hamil merupakan sarana untuk belajar kelompok tentang kesehatan bagi ibu hamil, dalam bentuk tatap muka yang bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu mengenai kehamilan, persalinan, perawatan nifas, dan perawatan bayi baru lahir, melalui praktik dengan menggunakan buku KIA dilaksanakan secara terjadwal dan berkesinambungan (Depkes, 2019). Kelas ibu hamil adalah kelompok belajar ibu hamil dengan umur kehamilan antara 20 minggu sampai dengan usia kehamilan 32 minggu dengan jumlah peserta maksimal 10 orang dan dilaksanakan secara terjadwal dan berkesinambungan minimal 4 kali kunjungan selama kehamilan, 1 kali pada trimester pertama, 1 kali pada trimester kedua dan 2 kali pada trimester 3 (Depkes, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti berasumsi bahwa mengikuti kelas ibu hamil dapat dijadikan sarana bagi ibu hamil dan keluarga untuk mendapatkan teman, bertanya, memperoleh informasi penting yang harus dipraktekkan, serta membantu ibu dalam menghadapi persalinan dengan aman dan nyaman. Melihat dari hasil penelitian didapatkan bahwa hampir setengah ibu hamil sebagian besar yaitu 20 orang (46,5%) usia ibu tergolong usia produktif maka kelas ibu hamil dirasa tepat untuk sarana menambah pengetahuan ibu.

Sedangkan bagi petugas kesehatan lebih mengetahui tentang kesehatan ibu hamil dan keluarganya serta dapat menjalin hubungan yang lebih erat dengan ibu hamil serta keluarganya dan masyarakat. Dengan ini ibu hamil mendapatkan banyak informasi tentang kehamilan baik dari antar peserta ataupun dari petugas, peserta lebih percaya diri dalam menghadapi persalinan. Dalam penelitian yang dilakukan di Polindes Desa Wonokerto Kab. Ngawi didapatkan 24 ibu hamil tidak aktif mengikuti kelas ibu hamil dan 19 ibu hamil aktif mengikuti kelas ibu hamil dikarenakan latar belakang pekerjaan ibu di daerah tersebut yang beraneka ragam serta kesadaran ibu untuk mengikuti kelas ibu hamil yang masih kurang.

Kecemasan dalam menghadapi proses persalinan pada ibu hamil primigravida TM III

Dari hasil data diatas dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar (62.8%) responden mengalami adanya kecemasan dalam menghadapi persalinan hal ini dikarenakan masih rendahnya ibu hamil dalam mengikuti kelas ibu hamil, sehingga kecemasan saat menghadapi proses persalinan

masih bisa dirasakan. Kecemasan adalah ketegangan perasaan, dimana keadaan itu dapat disadari maupun tidak disadari, ditandai dengan adanya rasa khawatir, kegelisahan serta perasaan akan terjadi sesuatu hal yang kurang menyenangkan dan timbul karena manusia mengalami ancaman, hambatan serta tekanan perasaan.

Menurut Kaplan (2020) kecemasan adalah respon terhadap situasi tertentu yang mengancam, dan merupakan hal yang normal terjadi menyertai perkembangan, perubahan, pengalaman baru atau yang belum pernah dilakukan, serta dalam menemukan identitas diri dan arti hidup. Kecemasan adalah reaksi yang dapat dialamisiapapun. Namun cemas yang berlebihan, apalagi yang sudah menjadigangguan akan menghambat fungsi seseorang dalam kehidupannya. Kecemasan adalah rasa khawatir, takut yang tidak jelas sebabnya. Kecemasan juga merupakan kekuatan yang besar dalam menggerakkan tingkah laku, baik tingkah laku yang menyimpang ataupun yang terganggu. Keduanya merupakan pernyataan, penampilan, penjelmaan dari pertahanan terhadap kecemasan tersebut (Gunarsah, 2018). Kesimpulan yang dapat diambil dari beberapa pendapat diatas bahwa kecemasan adalah rasa takut atau khawatir pada situasi tertentu yang sangat mengancam yang dapat menyebabkan kegelisahan.

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti berasumsi bahwa faktor usia juga dapat mempengaruhi kecemasan pada ibu hamil. Didapat pada data umum sebanyak (46,5%) atau 20 orang ibu hamil berusia 20-35 tahun sehingga dapat diasumsikan bahwa pengetahuan serta pengalaman yang diperoleh belum terlalu banyak yang menyebabkan persepsi ibu terhadap kehamilan dan proses persalinan yang akan dialami sebatas pengalaman dari orang-orang disekitarnya. Maka dianjurkan bagi ibu hamil untuk mengikuti kelas ibu hamil guna menambah pengetahuan dan pengalaman dalam menghadapi proses persalinan yang akan dihadapi yang bertujuan untuk mengurangi tingkat kecemasannya dalam menghadapi proses persalinan.

Hubungan antara keaktifan kelas ibu hamil dengan adanya kecemasan menghadapi proses persalinan pada ibu hamil primigravida TM III

Dari hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden yang tidak aktif mengikuti kelas ibu hamil mengalami kecemasan dalam menghadapi proses persalinan yaitu sebesar (55.8%).

Keaktifan ibu hamil dalam mengikuti kelas bu hamil diharapkan dapat menurunkan tingkat kecemasan, karena di dalam kelas ibu hamil akan mendapatkan banyak informasi tentang kehamilan

dan persalinan, sehingga kecemasan ibu yang mengikuti kelas ibu hamil diharapkan akan lebih rendah dari pada ibu yang tidak mengikuti kelas ibu hamil. Kegiatan kelas ibu hamil merupakan sarana untuk belajar kelompok tentang kesehatan bagi ibu hamil, dalam bentuk tatap muka yang bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu mengenai kehamilan, persalinan, perawatan nifas, dan perawatan bayi baru lahir, melalui praktik dengan menggunakan buku KIA dilaksanakan secara terjadwal dan berkesinambungan (Depkes, 2019). Kelas ibu hamil adalah kelompok belajar ibu hamil dengan umur kehamilan antara 20 minggu sampai dengan usia kehamilan 32 minggu dengan jumlah peserta maksimal 10 orang dan dilaksanakan secara terjadwal dan berkesinambungan minimal 4 kali kunjungan selama kehamilan, 1 kali pada trimester pertama, 1 kali pada trimester kedua dan 2 kali pada trimester 3 (Depkes, 2019).

Menurut Kaplan (2020) kecemasan adalah respon terhadap situasi tertentu yang mengancam, dan merupakan hal yang normal terjadi menyertai perkembangan, perubahan, pengalaman baru atau yang belum pernah dilakukan, serta dalam menemukan identitas diri dan arti hidup. Kecemasan adalah reaksi yang dapat dialami siapapun. Namun cemas yang berlebihan, apalagi yang sudah menjadigangguan akan menghambat fungsi seseorang dalam kehidupannya. Kecemasan adalah rasa khawatir, takut yang tidak jelas sebabnya. Kecemasan juga merupakan kekuatan yang besar dalam menggerakkan tingkah laku, baik tingkah laku yang menyimpang ataupun yang terganggu. Keduanya merupakan pernyataan, penampilan, penjelmaan dari pertahanan terhadap kecemasan tersebut (Gunarsah, 2018). Kesimpulan yang dapat diambil dari beberapa pendapat diatas bahwa kecemasan adalah rasa takut atau khawatir pada situasi tertentu yang sangat mengancam yang dapat menyebabkan kegelisahan.

Menurut analisis peneliti pada tabel 5.4 dapat dilihat sebagian besar ibu hamil dengan prosentase 55,8 % sebanyak 24 orang ibu hamil tidak aktif mengikuti kelas ibu hamil sehingga sebagian besar (62,8 %) ibu hamil masih mengalami kecemasan dikarenakan beberapa hal. Sehingga dapat dilihat ketidakaktifan kelas ibu hamil berpengaruh terhadap kecemasan ibu dalam menghadapi proses persalinan. Dikarenakan jika ibu hamil tidak aktif dalam mengikuti kelas ibu hamil maka pengetahuan ibu hamil tidak akan bisa bertambah secara maksimal, dikarenakan setiap kali pertemuan kelas ibu hamil akan membahas materi yang berbeda. Maka dari pada itu jika ibu tidak mengikuti kelas sebanyak yang sudah ditetapkan ibu akan kehilangan materi pada saat ibu tidak mengikuti kelas, hal ini menyebabkan pengetahuan ibu kurang maksimal.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Dari semua penjelasan yang di kemukakan dan berdasarkan hasil analisa data yang di lakukan maka di ambil kesimpulan sebagai berikut : Keaktifan kelas ibu hamil pada ibu hamil primigravida TM III di Polindes Desa Wonokerto Kab. Ngawi bahwa sebagian besar responden tidak aktif mengikuti kelas ibu hamil, Adanya kecemasan ibu hamil dalam menghadapi proses persalinan pada ibu hamil primigravida TM III di Polindes Desa Wonokerto Kab. Ngawi bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan dalam menghadapi proses persalinan, Ada Hubungan antara keaktifan kelas ibu hamil dengan adanya kecemasan dalam menghadapi proses persalinan pada ibu hamil primigravida TM III di Polindes Desa Wonokerto Kab. Ngawi.

Saran

Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan peneliti dapat melakukan penelitian lebih lanjut dengan faktor penyebab kecemasan persalinan yang lain dengan menggunakan teknik sampel yang lebih luas sehingga hasil penelitian akan lebih baik dalam mengetahui faktor terjadinya kecemasan saat menghadapi proses persalinan pada ibu hamil TM III.

Bagi institusi pendidikan

Disarankan agar menjadikan hasil penelitian ini sebagai tambahan referensi dan wacana di lingkungan pendidikan serta sebagai bahan kajian lebih lanjut khususnya untuk penelitian yang sejenis dan diharapkan institusi lebih banyak menyediakan referensi tentang kelas ibu hamil, kecemasan menghadapi proses persalinan dan metode penelitian, sehingga dapat mempermudah pada penelitian selanjutnya.

Bagi tenaga kesehatan

Tenaga kesehatan hendaknya lebih banyak memberikan penyuluhan tentang manfaat kelas ibu hamil untuk ibu hamil TM III untuk mengurangi adanya kecemasan pada saat menghadapi proses persalinan

Bagi responden

Sebagai acuan untuk lebih aktif mengikuti kelas ibu hamil yang bermanfaat bagi ibu hamil terutama ibu hamil TM III untuk mengurangi adanya kecemasan dalam menghadapi proses persalinan

DAFTAR PUSTAKA

- Aritonang, J., Nugraheni, S. A., & Kartini, A. (2021). Pengaruh kelas ibu hamil terhadap tingkat kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(3), 210–217.
- Astria, Y. (2019). Hubungan karakteristik ibu hamil dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 10(2), 45–52.
- Bobak, I. M., Lowdermilk, D. L., & Jensen, M. D. (2017). *Maternity nursing* (8th ed.). St. Louis: Mosby.
- Cunningham, F. G., Leveno, K. J., Bloom, S. L., et al. (2018). *Williams obstetrics* (25th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Depkes RI. (2019). *Pedoman pelaksanaan kelas ibu hamil*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Fitriani, L., & Sari, M. (2020). Hubungan pengetahuan ibu hamil dengan kecemasan menjelang persalinan pada trimester III. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 6(2), 85–92.
- Gunarsa, S. D. (2018). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Handayani, R., & Sulastri, E. (2019). Efektivitas kelas ibu hamil terhadap kesiapan persalinan. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 10(1), 30–38.
- Husin, F. (2016). *Asuhan kehamilan berbasis bukti*. Jakarta: Sagung Seto.
- Kaplan, H. I., & Sadock, B. J. (2020). *Synopsis of psychiatry: Behavioral sciences/clinical psychiatry* (11th ed.). Philadelphia: Wolters Kluwer.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA)*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Prawirohardjo, S. (2016). *Ilmu kebidanan* (Edisi ke-4). Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Rahmawati, D. (2018). Tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan. *Jurnal Kebidanan*, 8(1), 12–18.

- Saifuddin, A. B. (2014). *Buku acuan nasional pelayanan kesehatan maternal dan neonatal*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- Sari, N. P., & Wulandari, D. (2022). Hubungan keaktifan kelas ibu hamil dengan kesiapan mental menghadapi persalinan. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 14(2), 101–108.
- Varney, H. (2015). *Varney's midwifery* (5th ed.). Burlington: Jones & Bartlett Learning.
- WHO. (2022). *WHO recommendations on antenatal care for a positive pregnancy experience*. Geneva: World Health Organization.