

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Audiovisual dibandingkan *Booklet* Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida di Puskesmas Rogotrungan, Lumajang.

Nisa Khusnul Fadila¹, Deny Eka Widyastuti(*)², Wijayanti³

^{1,2,3} Prodi Sarjana Kebidanan Universitas Kusuma Husada Surakarta

Abstrak

Kehamilan merupakan bagian dari daur hidup perempuan yang terjadi secara fisiologis dan alamiah. Pada saat hamil terjadi perubahan-perubahan yang memengaruhi kondisi fisik maupun psikologis sehingga dapat memicu munculnya kecemasan terutama pada primigravida yang berdampak pada kesehatan ibu dan janin. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian pendidikan kesehatan audiovisual dibandingkan *booklet* terhadap tingkat kecemasan ibu hamil primigravida. Jenis penelitian ini adalah *pre-eksperimental* dengan *two group pretest-posttest design*. Menggunakan teknik total *sampling* didapatkan 30 responden dalam 2 kelompok intervensi, yaitu 15 orang diberikan pendidikan kesehatan audiovisual dan 15 orang lainnya dengan *booklet*. Kecemasan diukur menggunakan kuesioner HARS (*Hamilton Anxiety Rate Scale*). Hasil analisis *paired t-test* menunjukkan adanya penurunan skor tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi ($p=0,000$) sehingga terdapat pengaruh pendidikan kesehatan audiovisual dan *booklet* terhadap tingkat kecemasan. Dari *Eta Squared* $\geq 0,14$ dapat diketahui bahwa pendidikan kesehatan audiovisual memiliki efek yang lebih besar dibandingkan *booklet* terhadap tingkat kecemasan ibu hamil primigravida.

Kata kunci : Kecemasan, Primigravida, Pendidikan Kesehatan

Referensi : 40 (2010-2022)

ABSTRACT

Pregnancy is part of woman's life cycle that occurs physiologically and naturally. During pregnancy there are changes that affect physical and psychological condition so that it can trigger anxiety especially for primigravida and can have an impact and harm mother and fetus. This study aims to determine the effect of providing audiovisual health education compared to booklets on anxiety level of primigravida mothers at Puskesmas Rogotrungan Lumajang. This type of research is pre-experimental with a two group pretest-posttest design and a total sampling technique included 30 respondents in 2 intervention groups. Each group contained 15 people given audiovisual health education and booklets. Anxiety was measured using the HARS (Hamilton Anxiety Rate Scale) questionnaire. The results of paired t-test showed the decrease in anxiety level scores before and after the intervention ($p= 0,000$), so there was an effected of audiovisual health education and booklets on the level of anxiety.

Furthermore from eta squared $\geq 0,14$ showed that audiovisual health education had a greater effect than booklets on anxiety level of primigravida pregnant mothers.

Keyword : Anxiety, Primigravida, Health Education

Reference : 40 (2012-2022)

Pendahuluan

Pada saat hamil bisa dikatakan perempuan berada pada periode yang kritis, dikarenakan terjadi perubahan-perubahan pada dirinya yang memengaruhi kondisi fisik maupun psikologis sepanjang kehamilan. Hal ini salah satunya disebabkan oleh kerja hormon sehingga menyebabkan ibu hamil menjadi lebih sensitif dan emosional terhadap kehamilannya (Rustikayanti, dkk, 2016)

Pada penelitian Dennis, et al. (2017), dengan me-review 23.468 abstrak, memasukkan 783 artikel, dan 102 studi yang menggabungkan 221.974 perempuan dari 34 negara, hasilnya menunjukkan prevalensi dari gejala kecemasan yang terjadi pada ibu hamil yakni di trimester pertama, sejumlah 18,2%, pada trimester kedua 19,1%, dan di trimester ketiga 24,6%. Akan tetapi, literatur yang memuat tentang prevalensi ibu hamil yang mengalami kecemasan di Indonesia secara keseluruhan masih terbatas.

Menurut Pasaribu dalam Heriani (2016), kecemasan didefinisikan sebagai suatu keadaan yang lazim terjadi apabila sedang berada dalam tekanan atau perasaan yang sangat dalam, sehingga seseorang mengalami masalah pada kesehatan psikologisnya. Kecemasan dapat dibagi menjadi 4 tingkatan, yakni: kecemasan ringan, sedang, berat, hingga panik (Rahayu, 2019). Hal ini bisa disebabkan karena beberapa faktor, di antaranya: faktor internal, yaitu anggapan yang berasal dari ibu hamil berupa persepsi terhadap cerita yang didengarnya tentang kehamilan dan persalinan (Khoiriyah, 2020). Pengaruh dukungan suami, keluarga, dan teman dekat (Nurhasanah, 2021) serta informasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan untuk menambah pengetahuan ibu hamil termasuk ke dalam faktor eksternal (Mansur & Budiarti, 2014). Faktor selanjutnya, adalah faktor biologis meliputi keadaan kesehatan ibu selama kehamilan hingga menjelang persalinan (Purwanto, 2015). Serta yang terakhir adalah faktor psikis, yaitu kesiapan ibu hamil selama kehamilan dan dalam menyambut persalinan (Nurhasanah, 2021).

Kecemasan berlebihan yang dialami ibu hamil primigravida dan tidak diatasi dapat menyebabkan abortus pada awal kehamilan. Ibu memiliki resiko 25-60% terhadap kelahiran prematur (Sukmariah, 2019). Selain itu ibu dapat mengalami hipertensi, cenderung mengalami partus lama saat persalinan, hingga berat badan bayi lahir rendah (Cardwell,

2013). Dari hasil suatu penelitian menemukan bahwa terdapat hubungan antara kecemasan prenatal dengan depresi terhadap bayi yang dilahirkan, meski sulit menjabarkan efeknya namun keduanya adalah kormobiditas yang sangat berpengaruh sehingga ibu rentan mengalami kecemasan ataupun depresi post partum (Bahrami, N & Bahrami, S, 2013). Anak-anak yang dilahirkan dari ibu dengan kecemasan yang tidak atasi, akan memiliki masalah emosional, gangguan hiperaktif, desentralisasi, dan gangguan perkembangan kognitif (Glover, 2014; Tarabulsy et al., 2014).

Pendidikan kesehatan merupakan serangkaian upaya yang dilakukan untuk memengaruhi individu lain, kelompok, keluarga, maupun masyarakat agar terbentuk perilaku hidup sehat yang kondusif (Prastika, 2017). Hal ini dapat dilakukan sebagai upaya untuk mengatasi kecemasan pada ibu hamil. Pendidikan kesehatan audiovisual menggunakan media yang dapat dilihat dan didengar yaitu berupa video. Pada salah satu hasil penelitian setelah diberikan pendidikan kesehatan audiovisual, menyatakan dari 483 responden 73,8% grup perlakuan memperoleh skor *posttest* yang tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrolnya (Santi, dkk, 2017). Upaya lainnya dengan memberikan pendidikan kesehatan menggunakan *booklet*, yaitu buku saku memuat informasi yang spesifik dan dapat dibaca sewaktu-waktu. Sesuai dengan penelitian yang ada, bahwa media *booklet* dapat menurunkan kecemasan primigravida dalam menghadapi persalinan dibandingkan dengan yang tidak memperoleh pendidikan kesehatan menggunakan *booklet* (Mukhoirotin, dkk, 2014).

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif menggunakan pendekatan pre-eksperimental di mana peneliti memberikan suatu treatment kepada variabel yang akan diteliti serta membandingkan perubahan yang terjadi. Rancangan penelitian ini menggunakan *two group pretest-posttest design*, yaitu sebuah metode untuk mengukur pengaruh perlakuan dengan membandingkan keadaan sebelum dan sesudah diberi perlakuan (Sucipto, 2019). Pengambilan sampelnya menggunakan teknik *total sampling*, karena peneliti memilih sampel sesuai jumlah populasi yang ada dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2016). Dengan begitu, sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 30 orang ibu hamil primigravida yang dibagi menjadi 2 kelompok, di mana subyek masing-masing kelompok sebanyak 15 responden yang akan mendapat perlakuan pendidikan kesehatan dengan audiovisual dan *booklet*. Instrumen penelitian untuk pengumpulan data adalah kuesioner HARS (*Hamilton Anxiety Rate Scale*) yang telah baku dan berisi 14 item pertanyaan untuk mengukur tingkat kecemasan responden. Data yang diperoleh dilakukan uji normalitas dengan *sahpiro wilk* dan uji homogenitas, kemudian dianalisis menggunakan uji *paired t-test*.

Hasil dan Pembahasan

1. Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan

Intervensi	N	Min-Max	Mean	SD	Lower	Upper
Audiovisual	15	16-31	22,00	3,780	19,91	24,09
<i>Booklet</i>	15	15-30	23,13	5,012	20,36	25,91

Berdasarkan tabel tersebut, sebelum diberikan pendidikan kesehatan audiovisual ditemukan bahwa tingkat kecemasan ibu hamil primigravida memiliki mean 22,00 sedangkan *booklet* 23,13. Dengan standar deviasi audiovisual sebesar 3,780 dan *booklet* 5,012.

2. Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Audiovisual Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida

Intervensi	N	Min-Max	Mean	SD	Lower	Upper
Sebelum	15	16-31	22,00	3,780	19,91	24,09
Sesudah	15	15-26	19,33	2,870	17,74	20,92

Berdasarkan tabel tersebut rata-rata skor kecemasan sebelum dilakukan intervensi adalah 22,00 dengan nilai minimum 16 dan maksimum 31 dan setelah dilakukan intervensi, kecemasan menurun menjadi 19,33 dengan nilai minimum 15 dan maksimum 26. Beda rata-rata skor kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi adalah 2,67.

3. Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan *Booklet* Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida

Intervensi	N	Min-Max	Mean	SD	Lower	Upper
Sebelum	15	15-30	23,13	5,012	20,36	25,91
Sesudah	15	15-26	20,33	3,716	18,28	22,39

Berdasarkan tabel 4.5, rata-rata skor kecemasan sebelum dilakukan intervensi adalah 23,13 dengan nilai minimum 15 dan maksimum 30 dan setelah dilakukan intervensi, kecemasan menurun menjadi 20,33 dengan nilai minimum

15 dan maksimum 26. Beda rata-rata skor kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi adalah 2,8.

4. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Audiovisual dibandingkan *Booklet* terhadap tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida

	N	Mean	SD	t	df	Sig. (2-tailed)	Eta Squared
Audi Visual Pretest-Posttest	15	2,667	1,952	5,292	14	0,000	1,36
<i>Booklet</i> Pretest-Posttest	15	2,800	2,178	4,979	14	0,000	1,28

Pada tabel Paired t-test tersebut, menunjukkan nilai signifikansi (2-tailed) $<0,05$ yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara variabel pretest dan posttest, sehingga terdapat pengaruh yang bermakna terhadap intervensi yang dilakukan.

Eta-Squared pada tabel tersebut bertujuan untuk mengetahui efektivitas pendidikan kesehatan secara audiovisual dan *booklet* terhadap tingkat kecemasan. Apabila nilai Eta-Squared 0,01 artinya memiliki efek kecil, 0,06 memiliki efek cukup, dan $\geq 0,14$ memiliki efek yang besar. Pada penelitian ini diperoleh nilai Eta-Squared pada pendidikan kesehatan audiovisual sebesar 1,36 dan *booklet* sebesar 1,28. Sehingga, kedua variabel memiliki pengaruh yang besar terhadap tingkat kecemasan ibu hamil primigravida. Serta, pendidikan kesehatan audiovisual memiliki keefektifan yang lebih besar dibandingkan *booklet*.

Pada kuesioner awal yang telah diberikan kepada responden, menunjukkan bahwa semua ibu hamil primigravida mengalami kecemasan. Kecemasan terjadi karena persepsi ibu hamil, ketidaknyamanan saat hamil, prasangka mengenai perkembangan janin, pengaruh *emotional support*, dan pengetahuan ibu mengenai

kehamilannya. Kecemasan tersebut dikarenakan pengalaman pertamanya menjalani kehamilan, menurut penelitian dari Palupi (2014) di Rumah Bersalin Ngudi Karanganyar yaitu dari 20 responden primigravida dan 20 multigravida menunjukkan bahwa semakin sering ibu mengalami kehamilan dan persalinan maka memengaruhi tingkat kepercayaan diri dan persepsi diri sehingga kecemasan cenderung berkurang. Ibu primigravida yang melewati periode kehamilan dengan memiliki keluhan akan merasa cemas karena ketidaknyamanan yang dirasakan dapat memengaruhi fisik maupun psikologisnya (Purwanto, 2015). Ibu juga akan merasa cemas dan mengkhawatirkan perkembangan janinnya. Pada periode ini pentingnya *emotional support*, baik dari suami, keluarga maupun orang-orang terdekat sangat dibutuhkan oleh ibu hamil untuk melewati masa kehamilan maupun persalinan (Nurhasanah, 2021). Seperti pada penelitian, dikatakan bahwa suami yang memberikan dukungan tinggi kepada istrinya maka akan memiliki pengaruh yang semakin besar terhadap motivasi ibu selama hamil, begitupula sebaliknya (Meisheila, 2022). Selain itu, pengetahuan yang dimiliki ibu hamil juga dapat menjadi pengaruh terhadap tingkat kecemasan yang muncul (Mansur & Budiarti, 2014).

Setelah melakukan olah data penelitian, ditemukan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan audiovisual terhadap tingkat kecemasan ibu hamil primigravida. Hasil rata-rata kecemasan responden dalam kelompok audiovisual adalah 19,33. Rata-rata tingkat kecemasan tersebut mengalami penurunan dibandingkan saat sebelum dilakukannya intervensi. Hal ini sesuai dengan penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat kecemasan ibu hamil yang diteliti oleh Kristianti, dkk (2020). Dengan diberikannya pendidikan kesehatan dengan audiovisual yakni berupa video dapat memudahkan responden dalam memahami materi yang disampaikan oleh peneliti (Meisheila,

2022). Hasil dari penelitian Suryani (2022) juga menjelaskan bahwa pemberian media audiovisual dalam pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang gizi karena unsur suara dan gambar dianggap menarik perhatian dan fokus ibu hamil dalam menerima informasi.

Sedangkan, setelah dilakukan pendidikan kesehatan menggunakan *booklet* dan telah dianalisis. Ditemukan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan *booklet* terhadap tingkat kecemasan ibu hamil. Hasil rata-rata kecemasan responden dalam kelompok tersebut yaitu 20,33. Rata-rata tingkat kecemasannya mengalami penurunan dibandingkan saat sebelum dilakukannya intervensi. Hal ini sesuai dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Mukhoirotin (2014) tentang pemberian pendidikan kesehatan *booklet* kepada ibu hamil. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna dari hasil selisih rata-rata kecemasan primigravida dalam menghadapi persalinan antara kelompok perlakuan dan kontrol. Dalam hal ini artinya pendidikan kesehatan dengan *booklet* dapat menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil dengan pengaruh yang lebih besar daripada pemberian pendidikan kesehatan tanpa *booklet*. Berdasarkan hasil *posttest* kelompok kontrol (yang tidak diberikan *booklet*) pada penelitian oleh Susanti (2021), tidak terjadi peningkatan nilai. Sedangkan kelompok perlakuan memperoleh informasi melalui *booklet* sehingga terjadi peningkatan pengetahuan ditandai dengan perubahan nilai *pretest* dan *posttest*.

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Audiovisual Dibandingkan *Booklet* Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida.

Dalam mengurangi tingkat kecemasan selama kehamilan, langkah penyuluhan dapat diambil oleh tenaga kesehatan untuk memberikan informasi yang valid sehingga ibu siap menghadapi kehamilan dan menyambut persalinan (Indasari dkk, 2014).

Menurut Suirakta dalam Kristianti (2020), audiovisual merupakan media yang efektif untuk menyampaikan pendidikan kesehatan. Hal tersebut disebabkan karena media audiovisual melibatkan pendengaran, pengelihatn, dan perasaan dalam penyampaian informasinya sehingga lebih mudah diterima dan menarik bagi responden. Pada metode yang diungkapkan *Dick-Read*, untuk mengubah kecemasan dan rasa takut dari persepsi diri adalah dengan memperoleh informasi yang valid, dalam hal ini adalah pendidikan kesehatan (Prastika, 2017) Pada penelitian lainnya oleh Nunung (2015), juga menyatakan bahwa ada pengaruh pemberian pendidikan kesehatan terhadap kecemasan ibu hamil. Pendidikan serta pemberian konseling dapat meningkatkan pengetahuan dan pengalaman ibu meskipun baru pertama kali hamil. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Prabandari (2018) yang menyatakan bahwa penyuluhan dengan media audiovisual memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap tingkat pengetahuan dibandingkan penyuluhan dengan *booklet*, dikarenakan penggunaan indra pengelihatn dan pendengaran lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan responden.

Berdasarkan hasil penelitian, meninjau nilai Eta-Squared pada pendidikan kesehatan audiovisual yakni sebesar 1,36 dan *booklet* sebesar 1,28. Sehingga, kedua variabel memiliki pengaruh yang besar terhadap tingkat kecemasan ibu hamil primigravida. Serta, pendidikan kesehatan audiovisual memiliki keefektifan yang lebih besar dibandingkan *booklet*.

Kesimpulan

Berikut ini adalah kesimpulan dari hasil penelitian:

1. Ibu hamil primigravida sejumlah 30 orang mengalami kecemasan ringan hingga berat sebelum diberikan pendidikan kesehatan. Pada kelompok pendidikan kesehatan audiovisual yang berjumlah 15 orang, sebelum dilakukan intervensi terdapat 5 orang

yang mengalami kecemasan ringan, 9 orang kecemasan sedang, dan 1 orang mengalami kecemasan berat. Sedangkan kelompok responden yang akan diberikan *booklet* sejumlah 15 orang menunjukkan tingkat kecemasan ringan dialami 4 orang, kecemasan sedang 7 orang, dan kecemasan berat 4 orang.

2. Setelah dilakukan intervensi yaitu pemberian pendidikan kesehatan dengan audiovisual, maka didapatkan hasil penurunan tingkat kecemasan ibu hamil primigravida. Responden yang mengalami kecemasan ringan menjadi 10 orang, yang mengalami kecemasan sedang menjadi 5 orang, dan yang mengalami kecemasan berat jumlahnya berkurang menjadi 0 (nol).
3. Setelah dilakukan intervensi yaitu pemberian pendidikan kesehatan dengan *booklet*, didapatkan juga penurunan tingkat kecemasan ibu hamil primigravida. Hasilnya yaitu, 8 orang mengalami kecemasan ringan, 6 orang mengalami kecemasan sedang, dan 1 orang masih mengalami kecemasan berat.
4. Berdasarkan penurunan tingkat kecemasan tersebut, dapat diartikan bahwa pendidikan kesehatan memiliki pengaruh terhadap tingkat kecemasan ibu hamil primigravida. Hasil *eta squared* dari analisis *paired t-test*, menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan audiovisual memiliki efek yang besar terhadap tingkat kecemasan dibandingkan *booklet*. Dikarenakan *eta square* audiovisual lebih besar dari *booklet*, maka pendidikan kesehatan menggunakan audiovisual lebih berpengaruh dibandingkan *booklet* terhadap tingkat kecemasan ibu hamil primigravida.

Daftar Pustaka

- Bahrami, N & Bahrami, S. (2013). Koomesh: Jurnal of Semnan University of Medical Science. *Corellation Between Prenatal Depression with Delivery Type and Antenatal Anthropometric Indicators*. Vol. 15 (1): 39-45.
- Cardwell, Michael S. (2013). Obstetrical & gynecological survey. *Stress: pregnancy considerations*. Vol. 68(2): 119–129.
- Dennis, C.L., Fallah Hassani, K., & Shiri Rahman. (2017). The British Journal of Psychiatry. *Prevalence of Antenatal and Postnatal Anxiety: Systematic review and Meta-Analysis*. Vol. 210 (5): 315-323.

- Glover, V. (2014). Best practice & research. Clinical obstetrics & gynaecology. *Maternal depression, anxiety and stress during pregnancy and child outcome; what needs to be done*. Vol. 28(1): 25–35.
- Heriani (2016). *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan. Kecemasan dalam Menjelang Persalinan Ditinjau Dari Paritas, Usia dan Tingkat Pendidikan*. Vol. 1(2): 01–08.
- Indasari, Melanti, R.F. Zees, dan V.N. Kasim. (2014). "Pengaruh Pemberian Health Education Tentang Proses Persalinan Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Ibu Primigravida Trimester Iii Di Wilayah Kerja Puskesmas Mongoloto Kecamatan Telaga Kabupaten Gorontalo". Skripsi. Universitas Negeri Gorontalo.
- Khoiriyah, Siti, Inayatul Aini, & Tri Purwanti. (2020). "Hubungan Antara Sikap Perubahan tentang Psikologis Ibu Hamil dengan Tingkat Kecemasan Ibu hamil di Desa Brangkal Kecamatan Kepohbaru Kabupaten Bojonegoro". Thesis. Stikes Cendekia Media, Jombang.
- Kristianti, Shinta, Suwoyo, Ika Yuni Pratiwi. (2020). *Jurnal Midwifery Update (MU). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Video Terhadap Kecemasan Menghadapi Persalinan Pada Ibu Primigravida Trimester Iii Di Wilayah Kerja Puskesmas Blabak Kediri*. Vol. 2(2): 84–92.
- Mansur & Budiarti (2014) *Psikologi Ibu dan Anak Untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Media.
- Meisheila, Anggun Citra, Kurniawati, dan Septiyono. (2022). *Idea Nursing Journal. Efektivitas Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audiovisual Terhadap Pengetahuan Dukungan Suami Selama Kehamilan*. Vol. 13(1): 41-47.
- Mukhoirotn, Rahmat, I. & Siswosudarmo, R. (2015). *Jurnal Kesehatan Reproduksi. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Kecemasan Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan*. Vol. 1(3): 166–174.
- Nurhasanah, Ifa. (2021). *Jurnal Bidan Komunitas. Faktor yang mempengaruhi Kecemasan pada Ibu Hamil Saat Pandemi Covid 19: Literatur Review*. Vol. 4(1): 25-30.
- Palupi, Fitria Hayu. (2014). *Jurnal KesMaDaSka. Perbedaan Tingkat Kecemasan Primigravida dengan Multigravida dalam Menghadapi Proses PERSalinan Kala I di Rumah Bersalin Ngudi Saras Jaten Karanganyar*.
- Potter. (2015). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Prabandari, Agustin W. (2018). "Pengaruh Pemberian Penyuluhan Dengan Media Video Dan *Booklet* Terhadap Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Di Smk 2 Muhammadiyah Bantul". Skripsi. Politeknik Kesehatan Kemenkes,
- Prastika, Dwi. (2017). "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Persalinan terhadap Kecemasan Primigravida TM III di Puskesmas Ciputat". Skripsi, S.Kep. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta.
- Purwanto, Teguh. (2015). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Rustikayanti, R. Nety., Kartika, I. dan Herawati, Y. (2016). *Jurnal Bidan. Korelasi Perubahan Psikologis Ibu Hamil dengan Tingkat Kepuasan Seksual Suami*. Vol: II (1): 234054.
- Santi, Fara dila., Ramelan Sugijana, & Kurniati Puji L. (2017). "Pengaruh Kombinasi Audiovisual Antenatal Care Education dan Senam Hamil terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida menghadapi Persalinan di Wilayah Kerja Puskesmas Sronдол Semarang".
- Sucipto, Cecep Dani. (2020). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta
- Sukmariah, H, Nisrina, Tiara A.A, Ismiyati. (2019). Pencegahan Kecemasan pada Kehamilan. Dipresentasikan pada *Seminar Nasional Kesehatan: Kebijakan*

Interprofesional Education-Colaboration Tenaga Kesehatan dalam Pengendalian Penyakit tidak Menular di Era Revolusi Industri 4.0. Banten, 20 November.

Suryani, Taty Nurti, Nani Heryani, dan Rifa Rihadatul. (2022). Nursing Care and Health Technology. *Efektivitas Media Audivisual dan Booklet Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Gizi Dalam Pencegahan Kekurangan Energi Kronis.* Vol. 2(1): 49-54.

Susanti, Lilis. (2021). Jurnal Delima Harapan. *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Booklet Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan.* Vol. 8(2): 47-52.