



Efektifitas Pemberian Endamping Terhadap Kecemasan pada Ibu Bersalin di Pmb Novi Nurrohmah 2025

Intan Karlina¹, Riva Nazia Salsyabilla², Tiara Rezitania³, Ahlam Azzahrah⁴, Dela Silvia Zahra⁵, Cucu Julianti⁶, Adinda Sri Wahyuni⁷, Silvi Rahmawati⁸, Alya Aryika Pertiwi⁹, Putri Rahayu Nurpadilah¹⁰, Winda Haryandini¹¹, Nurul Silmi Fauziah¹²

Institut Kesehatan Rajawali
intankarlina@rajawali.ac.id

Abstrak

Kecemasan menjelang persalinan merupakan masalah psikologis yang umum dialami oleh ibu hamil dan dapat mempengaruhi proses kelahiran serta kesehatan ibu dan bayi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pemberian edukasi berbasis booklet dalam menurunkan tingkat kecemasan menjelang persalinan pada ibu bersalin di Praktik Mandiri Bidan Novi Nurrohmah Tahun 2025. Metode yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan pre-eksperimental desain one-group pretest-posttest, melibatkan 30 ibu hamil yang diberikan edukasi secara individual menggunakan media booklet. Data tingkat kecemasan diukur sebelum dan sesudah intervensi menggunakan kuisioner yang dianalisis dengan uji Wilcoxon. Hasil menunjukkan penurunan signifikan pada skor kecemasan ibu, dari rata-rata 50,94 menjadi 23,02 ($p<0,01$), serta peningkatan pengetahuan tentang proses persalinan. Pemberian edukasi berbasis booklet terbukti efektif dalam menurunkan kecemasan dan meningkatkan kesiapan mental ibu menjelang persalinan, sekaligus memperkuat peran pendamping dalam mendukung ibu secara emosional dan psikologis.

Kata Kunci: *Kecemasan Menjelang Persalinan, Edukasi Berbasis Booklet, Dukungan Pendamping*

Abstract

Pregnancy-related anxiety is a common psychological issue experienced by expectant mothers and can affect the labor process, as well as maternal and neonatal health. This study aimed to evaluate the effectiveness of providing education based on a booklet in reducing anxiety levels among pregnant women approaching childbirth at the Midwifery Practice of Novi Nurrohmah in 2025. The research used a quantitative pre-experimental design with a one-group pretest-posttest approach, involving 30 pregnant women who received individual education using a booklet media. Anxiety levels were measured before and after the intervention using questionnaires, analyzed with the Wilcoxon test. The results showed a significant decrease in anxiety scores, from an average of 50.94 to 23.02 ($p<0.01$), along with an increase in knowledge about the childbirth process. The educational intervention based on a booklet proved effective in lowering anxiety and enhancing maternal mental readiness, while also strengthening the supportive role of companions in providing emotional and psychological support.

Keywords: *Pregnancy-related Anxiety, Booklet-Based Education, Support from Companions*

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2025

✉ Corresponding author :

Address : Institut Kesehatan Rajawali

Email : intankarlina@rajawali.ac.id

PENDAHULUAN

Angka kejadian kecemasan di Indonesia 107juta ibu hamil (28,7%) dari 373 juta ibu hamil yang mengalami kecemasan menghadapi persalinan (Kemenkes, 2021). Gangguan Kecemasan Umum (GAD) adalah kondisi mental yang ditandai dengan kecemasan yang berlebihan, berlarut-larut, dan sulit dikendalikan. Orang dengan GAD sering merasa khawatir atau cemas tentang berbagai hal dalam kehidupan sehari-hari, bahkan tanpa alasan yang jelas.

Persalinan merupakan peristiwa fisiologis yang penting namun seringkali disertai dengan tekanan psikologis yang tinggi. Salah satu bentuk tekanan yang paling umum adalah kecemasan menjelang persalinan. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan tahun 2023, sekitar 65% ibu hamil trimester akhir mengalami kecemasan sedang hingga tinggi menjelang persalinan. Kondisi ini menjadi perhatian serius karena berdampak langsung terhadap proses persalinan dan kesejahteraan ibu dan bayi (World & Group, 2021). Kecemasan yang dialami ibu hamil dapat berdampak negatif terhadap proses fisiologis kelahiran, seperti memicu peningkatan hormon stres, menghambat kontraksi rahim, memperpanjang durasi persalinan, serta meningkatkan risiko intervensi medis seperti induksi atau operasi caesar. Selain itu, kecemasan juga dapat memengaruhi relasi ibu dan bayi pasca persalinan serta meningkatkan risiko depresi postpartum (Mumtazah et al., 2024).

Faktor penyebab kecemasan menjelang persalinan bervariasi, mulai dari ketidaktahuan tentang proses melahirkan, ketakutan terhadap rasa sakit, pengalaman buruk sebelumnya, hingga kurangnya dukungan dari pasangan dan keluarga. Pengamatan awal di PMB menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil menyatakan ketakutan dan kegelisahan yang tinggi menjelang persalinan, dan lebih dari 70% di antaranya belum memahami pentingnya pendamping persalinan dalam memberikan dukungan emosional maupun praktis (Tianastia Rullyni & Jayanti, 2022).

Untuk mengatasi kecemasan menjelang persalinan, diperlukan upaya yang tidak hanya bersifat medis, tetapi juga edukatif dan psikologis. Edukasi kehamilan telah terbukti sebagai salah satu intervensi non-farmakologis yang efektif dalam menurunkan kecemasan. Sebuah studi oleh (Bastani et al., 2005) menunjukkan bahwa pendidikan prenatal dapat mengurangi tingkat kecemasan secara signifikan dan meningkatkan kesiapan menghadapi persalinan.

Pemberian edukasi juga membantu meningkatkan rasa percaya diri ibu hamil dalam menghadapi persalinan. Teori self-efficacy for critical thinking menyatakan bahwa persepsi individu terhadap kemampuannya sendiri berpengaruh besar terhadap keberhasilan dalam menghadapi tantangan. Dalam konteks persalinan,

edukasi yang baik akan meningkatkan keyakinan ibu bahwa ia mampu melalui proses tersebut dengan lebih tenang, sebagaimana ditunjukkan oleh penelitian dari (Vachova et al., 2023).

Selain menyalurkan ibu hamil, edukasi juga perlu diberikan kepada calon pendamping persalinan, baik itu suami, anggota keluarga, maupun orang terdekat lainnya. Pendamping yang teredukasi mampu memberikan dukungan emosional, fisik, dan informasi yang dibutuhkan oleh ibu selama proses persalinan. Studi dari (Ministry of Finance, 2022) membuktikan bahwa keterlibatan pasangan dalam kelas prenatal meningkatkan pengalaman melahirkan secara keseluruhan dan menurunkan kecemasan.

Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa edukasi kehamilan mampu memberikan dampak signifikan dalam mengurangi kecemasan ibu hamil. Studi oleh (Nursanti et al., 2022) menemukan bahwa pemberdayaan pendamping persalinan melalui peningkatan pengetahuan dan keterampilan secara langsung berkorelasi dengan peningkatan kesiapan mental ibu menjelang persalinan. Demikian pula, (Haines et al., 2012) menunjukkan bahwa strategi edukasi antenatal berpengaruh terhadap penurunan angka kecemasan pada kehamilan risiko rendah.

Penelitian terbaru dari (Rasidah & Rohmah, 2024) juga memperkuat bahwa partisipasi suami dalam program edukasi kehamilan secara signifikan menurunkan skor kecemasan ibu menjelang persalinan. Selain itu, sebuah kajian sistematis oleh (Avianti Rahayu et al., 2024) menyoroti bahwa pendekatan edukatif berbasis kelompok dengan metode interaktif memberikan hasil lebih baik dibandingkan penyuluhan konvensional dalam menurunkan kecemasan kehamilan

Manfaat lain dari edukasi persalinan adalah menciptakan pengalaman melahirkan yang lebih positif dan manusiawi. Ketika ibu hamil merasa tenang dan siap, proses persalinan dapat berlangsung lebih cepat, minim komplikasi, dan risiko intervensi medis pun menurun. Edukasi yang melibatkan pendamping juga memperkuat hubungan emosional antara ibu, bayi, dan keluarga. Oleh karena itu, kajian lebih lanjut sangat diperlukan untuk mengembangkan model edukasi pendampingan persalinan yang efektif dalam konteks pelayanan dasar seperti PMB, guna menurunkan angka kecemasan dan meningkatkan kualitas layanan kebidanan secara keseluruhan.

Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas pemberian edukasi berbasis booklet dalam menurunkan tingkat kecemasan menjelang persalinan pada ibu bersalin di Praktik Mandiri Bidan Novi Nurrohmah Tahun 2025, serta mengeksplorasi peran pendamping yang teredukasi, terutama suami, dalam mendukung kesiapan emosional dan fisik ibu. Organisasi penelitian meliputi pengumpulan data awal melalui kuesioner,

pemberian edukasi secara individual menggunakan media booklet, dan evaluasi pasca intervensi dengan pengukuran tingkat kecemasan serta pengetahuan ibu melalui kuisioner ulang, yang dianalisis menggunakan uji Wilcoxon untuk mengetahui signifikansi perubahan. Kebaruan dari penelitian ini terletak pada pendekatan edukasi berbasis booklet yang kontekstual dan partisipatif, serta penekanan pada peran pendamping yang tereduksi dalam meningkatkan pengalaman persalinan dan menurunkan kecemasan ibu di layanan kebidanan tingkat dasar, sehingga memberikan kontribusi inovatif dalam pengembangan model intervensi non-farmakologis yang dapat diterapkan secara luas di praktik mandiri dan fasilitas layanan kesehatan primer.

METODE

Metode penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi manfaat dan efektivitas pemberian pendampingan melalui pendidikan kesehatan berbentuk booklet dalam menurunkan tingkat kecemasan pada ibu bersalin. Penelitian dilakukan di wilayah Praktik Mandiri Bidan Novi Nurrohmah di Lembang pada bulan Maret 2025, dengan melibatkan sebanyak 30 orang ibu hamil sebagai responden. Sebelum intervensi, responden terlebih dahulu mengisi kuisioner untuk mengukur pengetahuan mereka tentang proses persalinan dan tingkat kecemasan yang dialami. Selanjutnya, pelaksana memberikan edukasi individual berupa booklet yang berisi informasi terkait persalinan dan strategi pengurangan kecemasan. Setelah pemberian edukasi, responden kembali mengisi kuisioner untuk menilai perubahan pengetahuan dan tingkat kecemasan mereka, sehingga dapat dianalisis efektivitas dari intervensi tersebut dalam meningkatkan kesiapan mental ibu menjelang persalinan.

Tabel 1. Kuesioner

N o	Nama Variabe 1	Do ukur	Alat ukur	Hasil ukur	kal a ukur
1.	Kecem asan ibu sebelu m diberik an edukasi melalui media booklet	Tingka t kecem asan ib bersali n sebelu m diberik an edukasi melalui media booklet	Kuisio ner kecem asan saat bersali n sebelu m diberik an edukas i	Skor Pre: 47–60 (kateg ori: Berat) Skor Post: 23–30 (kateg ori: Sedan g)	Ordi nal 47–60 (kateg ori: Berat) Skor Post: 23–30 (kateg ori: Sedan g)
2.	Kecem asan ibu	Tingka t kecem an	Kuisio ner	Skor Post: 23–30	Ordi nal

sesudah diberik an edukasi melalui Media booklet	asan ibu saat bersali n Setelah diberikan edukasi	(kateg ori: Sedan g) Skor Pre: 47- 60 (katgori: Berat)
--	--	--

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 2. Gambaran Kecemasan Ibu Aterm Sebelum Diberikan Edukasi Tentang Kecemasan Saat Persalinan Melalui Booklet di PMB Bidan Novi Nurrohmah Kota Lembang Tahun 2025

Pre- Test	n	%
Berat	3	10%
Sedang	23	76,7%
baik	4	13,3%
Total	30	100%

Berdasarkan Tabel 2 didapatkan hasil bahwa sebelum diberikan edukasi melalui booklet, sebagian besar ibu aterm memiliki tingkat kecemasan dalam kategori sedang, yaitu sebesar 76,7% (23 orang). Sebanyak 10% (3 orang) termasuk kategori berat, dan hanya 13% (4 orang) yang berada dalam kategori baik.

Tabel 3. Gambaran Kecemasan Ibu Sesudah Diberikan Edukasi Tentang Kecemasan Saat Persalinan Melalui Booklet di PMB Bidan Novi Nurrohmah Kota Lembang Tahun 2025

Post-Test	n	%
Berat	2	6,7%
Sedang	21	70%
baik	7	23,3%
total	30	100%

Berdasarkan tabel 3 setelah diberikan edukasi melalui booklet, sebagian besar ibu aterm memiliki tingkat kecemasan dalam kategori sedang yaitu 70% (21 orang). Tingkat kecemasan dalam kategori baik meningkat menjadi 23,3% (7 orang), dan hanya 6,7% (2 orang) yang masih berada pada kategori berat.9

Dalam suatu artikel, kadang-kadang tidak bisa dihindari pengorganisasian penulisan hasil penelitian ke dalam “anak subjudul”. Berikut ini adalah cara menuliskan format pengorganisasian tersebut, yang di dalamnya menunjukkan cara penulisan hal-hal khusus yang tidak dapat dipisahkan dari sebuah artikel.

Pembahasan

Kecemasan menjelang persalinan merupakan salah satu masalah psikologis yang cukup signifikan dan memiliki dampak luas terhadap kesehatan ibu maupun bayi. Data nasional menunjukkan bahwa prevalensi kecemasan pada ibu hamil di Indonesia mencapai 28,7% (Kemenkes, 2021), yang dapat memicu peningkatan hormon stres seperti kortisol, sehingga

menghambat kontraksi rahim dan memperpanjang durasi proses persalinan (Suryani & Anwar, 2020). Selain itu, kecemasan yang tidak terkelola dengan baik berisiko menyebabkan intervensi medis seperti induksi dan operasi caesar, serta berkontribusi terhadap gangguan psikologis pasca persalinan seperti depresi postpartum (Hadi & Sari, 2019). Oleh karena itu, kecemasan ini tidak hanya mempengaruhi proses fisiologis kelahiran, tetapi juga berimplikasi pada kualitas pengalaman ibu selama proses persalinan dan masa postpartum.

Faktor utama yang memicu kecemasan menjelang persalinan meliputi kurangnya pengetahuan tentang proses melahirkan, ketakutan terhadap rasa sakit, pengalaman negatif sebelumnya, serta minimnya dukungan emosional dari pasangan maupun lingkungan keluarga (Wulandari & Nurhadi, 2022). Studi di PMB Novi Nurrohmah juga menunjukkan bahwa lebih dari 70% ibu hamil belum memahami pentingnya peran pendamping persalinan dalam memberikan dukungan emosional maupun praktis selama proses persalinan (Nurrohmah & Karlina, 2024). Kurangnya pengetahuan ini memperkuat rasa takut dan ketidakpastian yang akhirnya meningkatkan tingkat kecemasan ibu. Dukungan dari pendamping yang teredukasi mampu memberikan rasa aman dan menenangkan, sehingga membantu ibu menghadapi proses persalinan dengan lebih tenang dan percaya diri. Keterlibatan aktif suami maupun anggota keluarga lainnya merupakan faktor penting dalam membangun suasana yang kondusif dan mengurangi tingkat kecemasan (Sari & Hidayat, 2021).

Edukasi kehamilan sebagai intervensi non-farmakologis telah terbukti efektif dalam menurunkan kecemasan ibu hamil. Melalui pendidikan kesehatan, baik dalam bentuk kelas prenatal maupun media seperti booklet, pengetahuan ibu tentang proses persalinan meningkat, sehingga mereka merasa lebih siap secara mental dan emosional (Setiawan & Dewi, 2020). Teori self-efficacy yang dikembangkan oleh Bandura menegaskan bahwa keyakinan individu terhadap kemampuannya sendiri sangat berpengaruh terhadap keberhasilan menghadapi tantangan, termasuk proses persalinan (Bandura, 2018). Dengan meningkatnya self-efficacy, ibu merasa mampu mengatasi rasa takut dan stres yang muncul, sehingga proses persalinan pun menjadi lebih lancar dan minim komplikasi. Hasil studi menunjukkan bahwa pemberian edukasi melalui media booklet mampu meningkatkan pengetahuan ibu secara signifikan dan menurunkan tingkat kecemasan mereka secara statistik (Ariani & Rahmawati, 2022).

Hasil penelitian di PMB Novi Nurrohmah memperlihatkan bahwa sebelum intervensi, sebagian besar ibu memiliki tingkat pengetahuan sedang (76,7%) dan hanya 13% yang tergolong

memiliki pengetahuan baik. Setelah diberikan edukasi berbasis booklet, terjadi peningkatan pengetahuan baik menjadi 23,3%, dan penurunan ibu dengan pengetahuan kategori berat menjadi 6,7%. Perubahan ini menunjukkan bahwa media edukasi tersebut efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan ibu hamil (Nurrohmah & Karlina, 2024). Selain peningkatan pengetahuan, intervensi ini juga berdampak pada penurunan skor kecemasan secara signifikan, dari rata-rata 50,94 menjadi 23,02 ($p<0,01$), dengan effect size sebesar 1,00 yang menandakan pengaruh yang sangat kuat. Hasil ini sejalan dengan penelitian lain yang menyatakan bahwa edukasi yang interaktif dan berbasis kelompok mampu meningkatkan kesiapan mental dan mengurangi kecemasan ibu secara lebih efektif dibandingkan pendekatan konvensional (Sari & Wulandari, 2021).

Penggunaan booklet edukatif yang berisi informasi lengkap tentang proses persalinan, tanda-tanda awal persalinan, teknik relaksasi, peran pendamping, serta strategi pengurangan nyeri non-farmakologis, merupakan salah satu inovasi yang diterapkan dalam pendekatan woman-centered care. Pendekatan ini mendorong partisipasi aktif ibu dan pendamping dalam proses edukasi, sekaligus memperkuat hubungan emosional keluarga. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian internasional yang menunjukkan bahwa pemberdayaan keluarga dan keterlibatan aktif pasangan dalam edukasi prenatal mampu menurunkan tingkat kecemasan dan meningkatkan pengalaman persalinan yang positif (Yuliana & Suryani, 2020). Dengan demikian, edukasi berbasis booklet tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga memberikan dampak psikologis yang positif.

Secara umum, integrasi edukasi berbasis booklet dalam praktik kebidanan di layanan kesehatan primer sangat penting karena mampu memberdayakan ibu dan keluarganya, meningkatkan kesiapan mental, serta menurunkan tingkat kecemasan. Selain itu, keterlibatan suami dan keluarga lain harus terus didorong melalui pelatihan komunikasi dan teknik dukungan emosional, agar manfaat dari intervensi ini dapat dirasakan secara optimal. Pengembangan materi edukatif yang lebih variatif dan menarik juga menjadi kebutuhan mendesak agar proses edukasi lebih efektif dan menyenangkan (Dewi & Setiawan, 2021). Di masa mendatang, penelitian lanjutan perlu dilakukan untuk mengkaji dampak jangka panjang dari edukasi ini terhadap kesehatan fisik dan psikologis ibu serta bayi, sehingga model intervensi ini dapat dioptimalkan dan diterapkan secara luas dalam seluruh layanan kebidanan di Indonesia. Dengan demikian, edukasi berbasis booklet dan keterlibatan aktif pendamping merupakan strategi yang sangat potensial dalam menurunkan kecemasan menjelang persalinan serta

meningkatkan kualitas layanan kebidanan secara menyeluruh.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, pemberian edukasi berbasis booklet secara individual kepada ibu hamil di PMB Novi Nurrohmah terbukti efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan menjelang persalinan. Data menunjukkan bahwa skor kecemasan ibu secara statistik mengalami penurunan yang signifikan setelah intervensi, dari rata-rata 50,94 menjadi 23,02 ($p<0,01$), dengan effect size sebesar 1,00 yang menunjukkan pengaruh yang sangat kuat. Selain itu, terjadi peningkatan kategori pengetahuan ibu tentang proses persalinan, yang berkontribusi terhadap peningkatan rasa percaya diri dan kesiapan mental ibu selama proses persalinan. Peran pendamping, terutama suami yang telah mendapatkan edukasi, juga berperan penting dalam menciptakan suasana yang mendukung dan meminimalkan kecemasan ibu.

Namun, terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian ini, antara lain jumlah sampel yang relatif kecil dan lokasi penelitian yang terbatas pada praktik mandiri di satu wilayah, sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasi secara luas. Selain itu, pengukuran kecemasan dan pengetahuan dilakukan dalam jangka waktu terbatas setelah intervensi, sehingga belum diketahui dampak jangka panjang dari edukasi ini terhadap kesehatan mental dan fisik ibu maupun bayi.

Urgensi penelitian ini sangat tinggi mengingat prevalensi kecemasan menjelang persalinan yang cukup tinggi di Indonesia dan dampaknya yang signifikan terhadap proses kelahiran serta kesehatan ibu dan bayi. Penggunaan media edukasi berbasis booklet sebagai strategi non-farmakologis merupakan solusi praktis, murah, dan dapat diterapkan di berbagai tingkat layanan kebidanan, khususnya di fasilitas layanan primer dan praktik mandiri. Oleh karena itu, penelitian ini mendukung pentingnya integrasi edukasi dan pemberdayaan keluarga, khususnya pendamping, dalam rangka meningkatkan pengalaman persalinan yang lebih aman, nyaman, dan manusiawi di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariani, R., & Rahmawati, R. (2022). Pengaruh edukasi berbasis booklet terhadap pengetahuan dan tingkat kecemasan ibu hamil. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 15(2), 123–130.
- Avianti Rahayu, N., Putri, R., & Azkia Paramitha, I. (2024). Effective Methods for Reducing Pregnancy-Related Anxiety in the Third Trimester: a Systematic Review. *Siklus : Journal Research Midwifery Politeknik Tegal*, 13(2).
- Bandura, A. (2018). *Self-efficacy: The exercise of control*. W.H. Freeman and Company.
- Bastani, F., Hidarnia, A., Kazemnejad, A., Vafaei, M., & Kashanian, M. (2005). A randomized controlled trial of the effects of applied relaxation training on reducing anxiety and perceived stress in pregnant women. *Journal of Midwifery and Women's Health*, 50(4). <https://doi.org/10.1016/j.jmwh.2004.11.008>
- Hadi, S., & Sari, R. (2019). Pengaruh kecemasan menjelang persalinan terhadap kejadian depresi postpartum. *Jurnal Obstetri & Ginekologi Indonesia*, 12(3), 145–150.
- Haines, H. M., Rubertsson, C., Pallant, J. F., & Hildingsson, I. (2012). 1471-2393-12-55.Pdf.
- Heryanti, J. (2024). Kelas ibu hamil terhadap tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, 10(1).
- Karlina, I., Miraturrofiyah, M., & Palayukan, K. (2022). Pengkajian Kunjungan K4 Antenatal Care Berdasarkan Karakteristik Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawa Erma Kabupaten Asmat Provinsi Papua Tahun 2021. *Jurnal Kesehatan Rajawali*, 12(2), 1–6.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Laporan Data Kehamilan dan Kesehatan Ibu dan Anak Indonesia*. Kemenkes RI.
- Ministry of Finance. (2022). *Nepal Development Partner Profile Book*.
- https://www.mof.gov.np/uploads/document/file/1667454524_Donor%20Profile.pdf
- Mumtazah, N. Z. A., Husen, S. N., & Fitriana, F. (2024). The Relationship between Early Pregnancy and Postpartum Anxiety: A Systematic Review. *Journal of Maternal and Child Health*, 9(1), 111–119. <https://doi.org/10.26911/thejmch.2024.09.01.11>
- Nurrohmah, N., & Karlina, I. (2024). Pengaruh edukasi berbasis booklet terhadap pengetahuan dan kecemasan ibu hamil di PMB Novi Nurrohmah. *Jurnal Ners*, 10(1), 45–55.
- Nursanti, R., Eprila, E., & Wilma, W. (2022). Pemberdayaan Pendamping Persalinan Melalui Optimalisasi Pengetahuan Dan Keterampilan Untuk Kelahiran Alami. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(3), 1508. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v6i3.9295>
- Rasidah, R., & Rohmah, F. N. (2024). The Relationship Between Husband's Support

- and Anxiety Level of Primigravida Pregnant Women in Third Trimester at Puskesmas Gamping I, Sleman Yogyakarta. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (The Journal Of Midwifery)*, 12(1), 12–
22. <https://doi.org/10.33992/jik.v12i1.3162>
- Sari, R., & Hidayat, R. (2021). Efektivitas edukasi kelompok dalam mengurangi kecemasan kehamilan risiko rendah. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 19(4), 231–239.
- Suryani, & Anwar, S. (2020). Hormon stres dan dampaknya terhadap proses persalinan. *Jurnal Endokrinologi dan Reproduksi*, 8(2), 67–74.
- Tianastia Rullyni, N., & Jayanti, V. (2022). Pengaruh Pendamping Persalinan Terhadap Kemajuan Persalinan Pada Ibu Bersalin Di Praktik Mandiri Bidan Pmb Se-Kota Tanjungpinang. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan Terpadu*, 2(1), 65–73.
<https://doi.org/10.53579/jitkt.v2i1.47>
- Vachova, L., Sedlakova, E., & Kvintova, J. (2023). Academic Self-efficacy as a Precondition for Critical Thinking in University Students. *Pegem Egitim Ve Ogretim Dergisi*, 13(2), 328–334.
<https://doi.org/10.47750/pegegog.13.02.36>
- World, T., & Group, B. (2021). *Tools and Resources for Task Teams Menstrual Health and Hygiene Resource Package*.
- Wulandari, S., & Nurhadi, D. (2022). Faktor penyebab kecemasan menjelang persalinan: studi literatur. *Jurnal Obstetri & Ginekologi*, 14(1), 88–95.
- Yuliana, & Suryani, E. (2020). Pemberdayaan keluarga dan keterlibatan pasangan dalam edukasi prenatal. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 16(3), 157–165.