



Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Stres pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto

The Relationship Between Family Support and Stress Levels in Pregnant Women in the Limboto Community Health Center Work Area

Indrawati Tahir^{1*}, Ridha Hafid², Mihrawaty S. Antu³

¹Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan UNG

^{2,3}Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan UNG

*Corresponding Author: E-mail: indrawatitahir7@gmail.com

Artikel Penelitian

Article History:

Received: 27 Feb, 2025

Revised: 29 Apr, 2025

Accepted: 30 Apr, 2025

Kata Kunci:

Dukungan Keluarga, Tingkat Stres, Ibu Hamil

Keywords:

Family Support, Stress Level, Pregnant Women

Doi: [10.56338/jks.v8i4.7397](https://doi.org/10.56338/jks.v8i4.7397)

ABSTRAK

Kehamilan merupakan proses penting yang sering kali diiringi dengan tantangan fisik dan psikologis, termasuk stres yang dapat mempengaruhi kesehatan ibu dan janin. Dukungan keluarga, baik emosional, fisik, material, maupun informasi, memainkan peran penting dalam mengurangi tingkat stres pada ibu hamil. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat stres pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Limboto. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan desain Cross-Sectional. Sampel penelitian ini terdiri dari 70 ibu hamil yang dipilih secara purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner yang mengukur dukungan keluarga dan tingkat stres pada ibu hamil. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil mendapatkan dukungan keluarga yang tinggi, yaitu 75,7%, dengan tingkat stres ringan sebesar 74,3%. Hasil uji korelasi Spearman menunjukkan nilai $r = 0,963$ dengan $p\text{-value} = 0,000$, yang mengindikasikan adanya hubungan yang sangat kuat antara dukungan keluarga dan tingkat stres pada ibu hamil. Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga berperan penting dalam mengurangi stres pada ibu hamil. Oleh karena itu, penting bagi keluarga untuk memberikan dukungan yang komprehensif agar ibu hamil dapat menjalani kehamilan dengan lebih tenang dan sehat.

ABSTRACT

Pregnancy is an important process that is often accompanied by physical and psychological challenges, including stress that can affect the health of the mother and fetus. Family support, whether emotional, physical, material, or informational, plays an important role in reducing stress levels in pregnant women. This study aims to determine the relationship between family support and stress levels in pregnant women in the Limboto Health Center work area. The method used in this study is a quantitative approach with a Cross-Sectional design. The sample of this study consisted of 70 pregnant women selected by purposive sampling. Data were collected using a questionnaire that measured family support and stress levels in pregnant women. The results showed that most pregnant women received high family support, which was 75.7%, with a mild stress level of 74.3%. The results of the Spearman correlation test showed a value of $r = 0.963$ with a $p\text{-value} = 0.000$, which indicated a very strong relationship between family support and stress levels in pregnant women. Based on the results of this study, it can be concluded that family support plays an important role in reducing stress in pregnant women. Therefore, it is important for families to provide comprehensive support so that pregnant women can go through their pregnancy more calmly and healthily.

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan salah satu tugas perkembangan yang didambakan oleh sebagian besar perempuan yang telah memasuki kehidupan rumah tangga. Namun demikian, tidak dapat diingkari bahwa proses untuk menjadi seorang ibu adalah peristiwa yang mendebarakan dan penuh tantangan. Perempuan yang paling berbahagia dengan kehamilannya pun mengalami kekhawatiran, yang antara lain disebabkan oleh keraguan akan kemampuannya melewati berbagai perubahan yang terjadi dalam kurun waktu sembilan bulan dan peran baru sebagai ibu yang akan diterimanya (Ernawati, 2021).

Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2023, diperkirakan sekitar 140 juta kelahiran terjadi di seluruh dunia, yang berarti jumlah ibu hamil juga akan berada di kisaran yang sama, yaitu sekitar 140 juta (WHO, 2023). Jumlah ibu hamil di Indonesia pada tahun 2023 diperkirakan mencapai 4.887.405 orang. Data ini merupakan bagian dari proyeksi penduduk Indonesia yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan, yang mencakup total populasi sekitar 272 juta jiwa dengan proporsi perempuan yang signifikan (UNICEF, 2023). Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo pada tahun 2024 terdapat 22.258 ibu hamil. Data tertinggi ibu hamil berada di Kabupaten Gorontalo yaitu 6.828 ibu hamil. Menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Gorontalo pada tahun 2024, jumlah ibu hamil terbanyak terdapat di Puskesmas Limboto yaitu sebanyak 85 ibu hamil (Dinas Kesehatan, 2024).

Pada masa kehamilan terjadi perubahan fisik dan psikologis yang signifikan, seperti pertumbuhan janin, fluktuasi berat badan, dan perubahan hormon yang mempengaruhi suasana hati. Hal ini sering menimbulkan stres akibat perubahan psikologis, perubahan tubuh, kecemasan tentang kesehatan janin, persalinan, dan peran baru sebagai ibu. Tanggung jawab dan ekspektasi sosial juga dapat menambah beban pikiran ibu hamil (Yudiani et al., 2022).

Stres pada ibu hamil perlu diperhatikan karena dapat mempengaruhi kesehatan ibu dan janin. Faktor penyebab stres meliputi perubahan fisik, seperti peningkatan berat badan dan fluktuasi hormon yang mempengaruhi suasana hati, serta faktor psikologis seperti kecemasan, depresi, dan ketakutan akan persalinan (Nurhasanah et al., 2023).

Penelitian di berbagai negara menunjukkan bahwa stres ibu hamil meningkat seiring dengan trimester kehamilan. Di Columbia, 25% ibu hamil usia 35-39 minggu mengalami ketakutan terhadap persalinan, berkorelasi dengan stres. Di Swedia, 24% ibu hamil usia 35 minggu mengalami kecemasan, dan 22% mengalami stres. Di Hongkong, 54% ibu hamil di trimester I-III mengalami kecemasan dan 37% stres. Di Pakistan, 70% dari 165 ibu hamil mengalami kecemasan dan stres. Di Indonesia, 33,93% ibu hamil primigravida trimester III mengalami stres, sementara 47,7% mengalami stres berat, 16,9% sedang, dan 35,4% ringan (Velga & Suryani, 2022).

Prevalensi Stres di Gorontalo, sekitar 64,4% ibu hamil mengalami stres berat, yang berpotensi menyebabkan komplikasi seperti persalinan prematur (DINKES, 2021). Pada tahun 2020, tercatat 9 kasus kematian ibu di Gorontalo, dengan penyebab utama adalah hipertensi. Hipertensi selama kehamilan sering kali dipicu oleh faktor stres. Penelitian di Puskesmas Tilango menunjukkan bahwa sekitar 72% ibu hamil mengalami depresi dan stres, yang dapat berhubungan dengan perubahan citra tubuh dan stres emosional selama kehamilan (Gani et al., 2021).

Stres pada ibu hamil berdampak signifikan pada kesehatan fisik dan mental. Secara emosional, stres dapat memperburuk kecemasan, depresi, dan gangguan tidur. Secara fisik, dapat menyebabkan sakit kepala, ketegangan otot, dan gangguan pencernaan. Stres juga meningkatkan risiko kelahiran prematur, berat badan lahir rendah, serta mengganggu pola makan dan asupan nutrisi ibu dan janin. Untuk mengurangi stres selama kehamilan, dukungan sosial memainkan peran penting. Dukungan pasangan, dukungan keluarga, dan teman memberikan rasa aman dan nyaman, serta membantu ibu hamil merasa didengar dan dipahami. Kasih sayang dan perhatian dari keluarga dapat meringankan beban emosional, sementara dukungan finansial mengurangi kekhawatiran terkait keuangan, memungkinkan ibu fokus pada kesehatan. Selain itu, dukungan dari komunitas, seperti kelompok ibu hamil atau konseling, memberikan ruang untuk berbagi pengalaman dan memperoleh informasi yang

bermanfaat (Nuryati & Amira, 2023).

Di antara sumber dukungan sosial tersebut dukungan keluarga memainkan peran penting dalam mengurangi stres pada ibu hamil dengan menciptakan lingkungan emosional yang positif. Dukungan yang komprehensif mencakup dukungan emosional yang memberikan perhatian dan pengertian, sehingga ibu merasa tidak sendirian. Dukungan fisik membantu meringankan beban aktivitas sehari-hari, seperti menyiapkan makanan dan menemani pemeriksaan kesehatan. Dukungan material, seperti penyediaan kebutuhan finansial dan barang-barang penting, juga membantu memastikan kesehatan ibu dan janin. Selain itu, dukungan informasi meningkatkan pengetahuan tentang kehamilan dan perawatan bayi, yang memperkuat rasa percaya diri ibu. Dengan dukungan yang baik, ibu hamil dapat merasa lebih tenang, mengurangi stres, dan meningkatkan kesehatan mental serta fisiknya selama kehamilan. (Nurhidayati et al., 2023).

Selain itu, penting bagi keluarga untuk terlibat aktif dalam proses kehamilan dengan memberikan dorongan dan motivasi. Kehadiran anggota keluarga yang mendukung dapat memberikan rasa aman dan nyaman bagi ibu hamil, serta membantu dalam menghadapi tantangan yang mungkin muncul. Melalui komunikasi yang terbuka, ibu dapat berbagi kekhawatirannya dan mencari solusi bersama. Dengan demikian, hubungan yang baik dalam keluarga tidak hanya memperkuat ikatan emosional, tetapi juga memberikan dampak positif pada kesehatan dan kesejahteraan ibu hamil serta perkembangan janin. Oleh karena itu, peran serta dukungan keluarga sangat krusial dalam menciptakan pengalaman kehamilan yang lebih baik dan sehat (Huda et al., 2020).

Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Suraily, 2022 dukungan keluarga menjadi faktor penting dalam mengurangi tingkat stres pada ibu hamil. Studi yang dilakukan oleh Dunkel Schetter dan Tanner (2012) menunjukkan bahwa dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga dapat membantu mengurangi tingkat stres pada ibu hamil. Dukungan emosional dan material yang diberikan oleh anggota keluarga dapat menciptakan lingkungan yang stabil dan mendukung bagi ibu hamil. Penelitian Anggoro (2019) juga mengungkapkan bahwa dukungan keluarga memiliki hubungan signifikan terhadap tingkat stres ibu hamil, di mana semakin besar dukungan keluarga, semakin rendah tingkat stres. Ini menekankan pentingnya peran keluarga dalam menjaga kesejahteraan emosional ibu selama kehamilan.

Kurangnya dukungan keluarga bagi ibu hamil dalam bentuk emosional, fisik, material, dan informasi dapat berdampak negatif pada kesehatan dan kesejahteraan mereka. Tanpa dukungan emosional, ibu bisa merasa terisolasi, mengalami peningkatan stres, dan risiko depresi prenatal. Minimnya dukungan fisik dapat menyebabkan kelebihan beban dan kelelahan, sementara kekurangan dukungan material menciptakan stres dan ketidakpastian menjelang kelahiran. Tanpa informasi yang cukup, ibu hamil mungkin merasa tidak siap dan kurang percaya diri dalam mengambil keputusan mengenai kesehatan. Secara keseluruhan, kurangnya dukungan keluarga merugikan kesehatan mental dan fisik ibu serta kualitas pengalaman kehamilan (Ananda, 2023).

Berdasarkan observasi awal di Puskesmas Limboto terhadap enam ibu hamil menunjukkan pengalaman emosional yang berbeda. Empat ibu merasa stres karena kurangnya dukungan dari orang terdekat, yang membuat mereka terisolasi dan tidak mendapatkan perhatian saat menghadapi perubahan selama kehamilan. Sementara itu, dua ibu lainnya merasa beruntung mendapatkan dukungan kuat dari keluarga, termasuk bantuan fisik dan perhatian emosional, yang membantu mereka merasa lebih tenang dan mampu menghadapi tantangan kehamilan.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Hubungan Dukungan Keluarga dengan tingkat Stres pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto."

METODE PENELITIAN

Penelitian ini telah dilaksanakan di Puskesmas Limboto pada tanggal 18 desember sampai 31 desember 2024 dengan menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan desain penelitian cross sectional. Teknik pengambilan sampel menggunakan accidental sampling, sejumlah 70 ibu hamil. Instrumen penelitian yang digunakan yakni kuesioner dukungan keluarga dan kuesioner tingkat stres.

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Informan

No	Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1.	Usia		
	20-30 Tahun	41	58.6%.
	31-35 Tahun	20	28.6%
	36-40 Tahun	9	12.9%
	Total	70	100%
2.	Pendidikan		
	SD	17	24.3%
	SMP	18	25.7%
	SMA	17	24.3%
	Diploma	8	11.4%
	Sarjana	10	14.3%
	Total	70	100%
3.	Pekerjaan		
	IRT	45	64.3%
	PNS	10	14.3%
	Berdagang	7	10.0%
	Lainnya	8	11.4%
	Total	70	100%
4.	Status Paritas		
	Primipara	34	48.6%
	Multipara	36	51.4%
	Total	70	100%
5.	Usia Kehamilan		
	10-20 Minggu	21	30.0%
	21-30 Minggu	30	42.9%
	31-40 Minggu	19	27.1%
	Total	70	100%
6.	Tinggal Bersama		
	Suami	47	67.1%
	Orangtua	23	32.9%
	Total	70	100%

Sumber : Data Primer, 2024.

Berdasarkan tabel 1 di atas menunjukkan bahwa karakteristik usia ibu hamil yang menjadi responden di Puskesmas Limboto yang tertinggi yaitu usia 20-30 tahun sebanyak 41 orang (58.6%). dan yang terendah yaitu usia 36-40 tahun sebanyak 9 orang (12,9%). Pendidikan terakhir yang tertinggi yaitu pendidikan SMP yaitu sebanyak 18 orang (25,7%) dan pendidikan terakhir yang terendah yaitu pendidikan Diploma sebanyak 8 orang (11,4%). Pekerjaan responden yang tertinggi yaitu sebagai IRT sebanyak 45 orang (64,3%) dan yang terendah yaitu berdagang sebanyak 7 orang (10,0%). Status paritas yang tertinggi yaitu multipara (melahirkan jumlah anak yang hidup lebih dari satu) sebanyak 36 orang (51,4%) dan yang terendah yaitu primipara (melahirkan jumlah anak yang hidup satu) sebanyak 34

orang (48,6%). Usia kehamilan tertinggi yaitu usia kehamilan 21-30 minggu sebanyak 30 orang (42,9%) dan terendah yaitu usia kehamilan 31-40 minggu sebanyak 19 orang (27,1%). Sedangkan responden tinggal bersama dengan suami tertinggi yaitu sebanyak 47 orang (67,1%) ,terendah yaitu tinggal bersama dengan orangtua yaitu sebanyak 23 orang (32,9%).

ANALISIS UNIVARIAT

Dukungan Keluarga

Tabel 2. Distribusi frekuensi dukungan keluarga

Dukungan Keluarga	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Dukungan tinggi	53	75.7%
Dukungan sedang	17	24.3%
Total	70	100%

Sumber: Data primer 2024

Berdasarkan tabel 2 di atas menunjukkan bahwa dukungan keluarga pada ibu hamil yang diteliti di Puskesmas Limboto yang tertinggi yaitu dukungan keluarga tinggi sebanyak 53 orang (75,7%) dan yang terendah yaitu dukungan keluarga sedang sebanyak 17 orang (24,3%).

Tingkat Stres

Tabel 3 Distribusi frekuensi tingkat stres

Tingkat Stres	Frekuensi (n)	Persentase(%)
Stres ringan	52	74.3%
Stres sedang	18	25.7%
Total	70	100%

Sumber: Data primer 2024

Berdasarkan tabel 3 di atas menunjukan bahwa tingkat stres ibu hamil yang diteliti di Puskesmas Limboto yang tertinggi yaitu stres ringan sebanyak 52 orang (74,3%) dan yang terendah yaitu stres sedang sebanyak 18 orang (25,7%).

ANALISIS BIVARIAT

Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat stres pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Limboto

Tabel 4. Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat stres pada ibu hamil

Dukungan keluarga	Tingkat Stres						Hasil uji statistik
	Stres ringan		Stres sedang		Total		
	N	%	n	%	n	%	
Dukungan tinggi	52	74.3%	1	1,4%	53	75.7%	Korelasi 0,963 P=Value 0,000
Dukungan sedang	0	0	17	24.3%	17	24.3%	
Total	52	74.3%	18	25.7%	70	100%	

Sumber: Data primer 2024

Berdasarkan tabel 4 di atas menunjukkan bahwa ibu hamil dengan dukungan tinggi dari keluarga mengalami tingkat stres ringan sebanyak 52 orang (74,3%) dan tingkat stres sedang sebanyak 1 orang (1,4%) sedangkan ibu hamil dengan dukungan keluarga sedang mengalami tingkat stres sedang sebanyak 17 orang (24,3%). Diketahui hasil uji korelasi spearman sebesar 0,963 dengan nilai signifikan atau $P\text{-value}=0,000<0,05$ yang artinya tingkat kekuatan hubungan antara variabel dukungan keluarga dengan tingkat stres pada ibu hamil sangat kuat. Berdasarkan hasil uji statistik ditemukan bahwa H_0 diterima. Jadi, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan dukungan keluarga dengan tingkat stres pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Limboto.

PEMBAHASAN

Dukungan Keluarga

Penelitian di Puskesmas Limboto menunjukkan bahwa mayoritas ibu hamil (75,7%) menerima dukungan keluarga tinggi dalam aspek emosional, fisik, informasi, dan instrumental. Dukungan keluarga ini penting untuk kesejahteraan ibu hamil, baik fisik maupun mental. Dukungan emosional dari suami dan orang tua mengurangi kecemasan dan memberikan rasa aman. Penelitian sebelumnya (Sari & Hidayah, 2023) menunjukkan bahwa dukungan keluarga mengurangi stres dan meningkatkan kesehatan ibu hamil. Dukungan yang lebih tinggi juga berhubungan dengan tingkat pendidikan ibu, yang membuat mereka lebih proaktif dalam meminta dukungan dan memahami pentingnya dukungan keluarga.

Sebaliknya, 17 ibu hamil (24,3%) menerima dukungan keluarga sedang, yang menunjukkan dukungan tidak mencukupi, menyebabkan stres karena kekurangan dukungan emosional, fisik, dan praktis (Putri & Harahap, 2023). Ibu hamil yang bekerja atau dengan status paritas lebih tinggi cenderung menerima dukungan lebih rendah, meningkatkan tingkat stres mereka (Rahmawati & Lestari, 2023).

Tingkat Stres

Sebagian besar ibu hamil (74,3%) mengalami stres ringan, yang menunjukkan bahwa mereka mampu mengelola stres dengan baik, sering dipengaruhi oleh pekerjaan dan tingkat pendidikan. Ibu hamil dengan tingkat pendidikan lebih tinggi cenderung mengelola stres lebih baik (Alimuddin & Sari, 2023). Sebaliknya, 25,7% ibu hamil mengalami stres sedang, yang dapat disebabkan oleh kekhawatiran tentang kesehatan, persalinan, atau kurangnya dukungan (Amalia & Dewi, 2023).

Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Stres pada Ibu Hamil

Penelitian menunjukkan hubungan signifikan antara dukungan keluarga dan tingkat stres ibu hamil (nilai uji Spearman 0,963, $p < 0,05$). Ibu hamil dengan dukungan keluarga tinggi lebih banyak mengalami stres ringan, sementara yang menerima dukungan sedang cenderung mengalami stres sedang. Meskipun dukungan keluarga penting, faktor lain seperti pekerjaan dan usia kehamilan juga mempengaruhi tingkat stres (Lestari & Kurniawati, 2023). Dukungan emosional yang kuat dapat meredakan kecemasan, namun kurangnya dukungan praktis tetap meningkatkan stres (Yanti, 2020). Peneliti menyimpulkan bahwa dukungan keluarga berperan besar dalam mengurangi stres ibu hamil, namun faktor eksternal seperti pekerjaan dan usia kehamilan juga perlu diperhatikan untuk dukungan yang lebih holistik. Penelitian lebih lanjut diharapkan untuk mengidentifikasi faktor lain yang mempengaruhi stres ibu hamil dan cara memberikan dukungan yang lebih efektif.

KESIMPULAN

Berdasarkan dukungan keluarga pada ibu hamil yang diteliti di Puskesmas Limboto yang tertinggi yaitu dukungan keluarga tinggi sebanyak 53 orang (75,7%) dan yang terendah yaitu dukungan keluarga sedang sebanyak 17 orang (24,3%). Berdasarkan tingkat stres ibu hamil yang diteliti di Puskesmas Limboto yang tertinggi yaitu stres ringan sebanyak 52 orang (74,3%) dan yang terendah

yaitu stres sedang sebanyak 18 orang (25,7%).

Diketahui hasil uji korelasi spearman sebesar 0,963 dengan nilai signifikan atau $P\text{-value}=0,000<0.05$ yang artinya tingkat kekuatan hubungan antara variabel dukungan keluarga dengan tingkat stres pada ibu hamil sangat kuat. Berdasarkan dengan hasil uji statistik didapatkan bahwa H_0 diterima, maka terdapat hubungan dukungan keluarga dengan tingkat stres pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Limboto.

SARAN

Bagi Puskesmas, diharapkan penelitian ini dapat memberikan masukan bagi Puskesmas Limboto untuk dapat melakukan penyuluhan tentang pentingnya dukungan keluarga terhadap ibu hamil, baik dalam aspek fisik, emosional, maupun sosial. Penyuluhan ini perlu menyasar keluarga inti, seperti suami dan orang tua, agar mereka lebih memahami peran penting mereka dalam mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan ibu hamil.

Bagi Responden, diharapkan bagi responden dapat menambah wawasan dan pengetahuan tentang pentingnya dukungan keluarga pada masa kehamilan dan secara aktif berkomunikasi dengan keluarga, terutama pasangan atau suami, mengenai kondisi fisik dan psikologis selama kehamilan.

Bagi Peneliti Selanjutnya, peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian ini dengan mempertimbangkan variabel-variabel tambahan, seperti kondisi ekonomi, pendidikan, atau faktor sosial lainnya yang dapat memengaruhi tingkat dukungan keluarga dan stres ibu hamil.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhyatma, A. A., Purba, N. H., & Nurlela, S. (2022). Persiapan Persalinan Dan Kelahiran Selama Masa Pandemi Covid-19. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 6(4), 3248. <https://doi.org/10.31764/jmm.v6i4.9560>
- Aeni, W. N., Keperawatan, A., Tn, P. R., Dengan, G., Sistem, P., Post, A., Di, A., Mawar, R., Soeselo, R. D., Tegal, K., Nur, W., Akademi, A., Al Hikmah, K., Keperawatan, A., & Hikmah, A. (2023). Ahmad Zakiudin Sukirno Sukirno. *DIAGNOSA: Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Keperawatan*, 1(4). <https://doi.org/10.59581/diagnosa-widyakarya.v1i4.1298>
- Aisyah, R. D., & Kartikasari, D. (2023). Deteksi Dini Risiko Ibu Hamil Berbasis Keluarga. Penerbit NEM.
- Alwi, N. P., Fitri, A., & Astari, W. (2021). Kecemasan Ibu Hamil Dalam Masa Pandemi Covid-19 Di Wilayah Kerja Puskesmas Minas. *Al-Tamimi Kesmas: Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat (Journal of Public Health Sciences)*, 10(2), 67–75. <https://doi.org/10.35328/kesmas.v10i2.2090>
- Amalia, A. N., Suyono, & Arthur, R. (2023). Penyusunan Instrumen Penelitian Konsep, Teknik, Uji Validitas, Uji Reliabilitas, dan Contoh Instrumen Penelitian. Penerbit NEM.
- Amin, & Sumendap, L. Y. S. (2022). 164 Model Pembelajaran Kontemporer. Pusat Penerbitan LPPM.
- Ananda, Y. (2023). Dukungan Keluarga Dalam Pelaksanaan Perawatan Antenatal (PAN) Family Support in The Implementation of Antenatal Care. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), 47–52. <https://doi.org/10.33757/jik.v4i1.265.g115>
- Andriani, R. (2023). Pendidikan Kesehatan pada Wanita Usia Subur dalam Mempersiapkan Kehamilan Sehat (Fisik, Psikis, dan Spiritual). *Khidmah*, 5(2), 170–176. <https://doi.org/10.52523/khidmah.v5i2.456>
- Anggaraini, D. (2023). buku ajar:metodologi penelitian kesehatan. stikes majapahit mojkerto.
- Anggraini, D. (2023). Buku Ajar: Metodologi Penelitian Kesehatan. STIKes Majapahit Mojokerto.
- Ariesti, E., & Sutiarysih, E. (2022). Buku Ajar Keperawatan Ibu Hamil Pada Masa Pandemi Covid-19. In Penari Pena.
- Arinda, Y. D., & Herdayati, M. (2021). Masalah Kesehatan Mental pada Wanita Hamil Selama Pandemi COVID-19. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 6(1), 32. <https://doi.org/10.22146/jkesvo.62784>

- Arum, *, Lestari, S., Lestari, A. S., Pratiwi, D. I., Rudtitasari, A., Kurniati, P. T., Haryanti, Y., Amartani, R., Chairunnisa, M., S1, P., Dan, K., Bidan, P., Kapuas, S., Sintang, R., & Kebidanan, P. (2024). Hubungan Strategi Coping, Dukungan Keluarga dan Dukungan Bidan Terhadap Kecemasan Primigravida Menghadapi Persalinan di PMB Ambarwati Kabupaten Sintang. *Jurnal Medika Nusantara*, 2(1), 246–263.
- Aryasih, I. G. A. P. S., Udayani, N. P. M. Y., & Sumawati, N. M. R. (2022). Pemberian Aromaterapi Peppermint Untuk Mengurangi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 6(2), 139–145. <https://doi.org/10.37294/jrkn.v6i2.367>
- Astriana, W., & Tesa, F. A. (2024). Dukungan Keluarga dan Usia Ibu Hamil dengan Kecemasan dalam Menghadapi Persalinan. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 14(4 SE-article), 1209–1214.
- Dewi, N. P. I., Retnoningtias, D. W., & Septiarly, Y. L. (2023). Kaitan Dukungan Sosial dan Infertility-related Stress. *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 10(2), 216–230. <https://doi.org/10.35891/jip.v10i2.3726>
- DINKES. (2021). Angka Kematian Ibu 2 tahun Terakhir, Turun. Dinas Kesehehatan. <https://dinkes.gorontaloprov.go.id/angka-kematian-ibu-2-tahun-terakhir-turun/>
- Endah Puji Astuti, S. E. (2023). Perubahan Kecemasan Dan Kesejahteraan Spiritual Ibu Hamil Melalui Peran Murotal. *Jurnal Kebidanan*, XV(01), 1–13.
- ERNAWATI, N. (2021). Analisis Faktor Ibu Yang Mempengaruhi Pencapaian Peran Ibu Primipara di BPM A Kota Malang. *Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti*, 8(1). <https://doi.org/10.47794/jkhws.v8i1.271>
- Erwinda, D., Dwi Guna, S., Studi Ilmu Keperawatan, P., Keperawatan, F., Riau, U., Pekanbaru, K., & Riau, P. (2024). Hubungan Ketidaknyamanan Fisik dan Psikologis terhadap Kualitas Hidup Ibu Hamil. *JETISH: Journal of Education Technology Information Social Sciences and Health E-ISSN*, 3(1), 300–313.
- Gani, R., Bidjuni, H., & Lolong, J. (2021). Hubungan Perubahan Citra Tubuh (Body Image) Dengan Depresi Pada Ibu Hamil Trimester II Dan Trimester III Dipuskesmas Tilango Kabupaten Gorontalo. *Jurnal Keperawatan Unsrat*, 2(2), 107337. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/5256>
- Giri, H. K., & Prasetyo, A. R. (2023). Studi Interpretative Phenomenological Analysis: Pengalaman Bidan Desa Di Puskesmas Cisimeut Di Wilayah Baduy. *Jurnal EMPATI*, 12(2), 167–174. <https://doi.org/10.14710/empati.2023.26393>
- Gusmadewi, G., DIELSA, M. F., & REFLIANTO, R. (2022). Pengaruh Antenatal Care, Tingkat Kecemasan, Kehamilan Beresiko Dan Jenis Persalinan Terhadap Kesiapan Fisiologis Persalinan. *J-KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 34. <https://doi.org/10.35329/jkesmas.v8i1.1799>
- Hasda, H., & Kurniawan, F. (2024). Stress Ibu Selama Kehamilan Merupakan Risiko Persalinan Prematur. *JUMANTIK (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan)*, 9(1), 109. <https://doi.org/10.30829/jumantik.v9i1.18263>
- Hidayah, N., Sari, T. P., & Dewi, W. P. (2021). Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Menghadapi Persalinan Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 16(4), 299–306.
- Huda, L. A., Kurniawati, D., & Juliningrum, P. P. (2020). the Relationship Family Emotional Support With Anxiety of Preeclampsia Pregnant Mother. *Journal of Nursing Science Update (JNSU)*, 8(2), 94–101. <https://doi.org/10.21776/ub.jik.2020.008.02.5>
- Ibrahim, J. (2022). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan*. Penerbit NEM.
- Isnaini, I., Hayati, E. N., & Bashori, K. (2020). Identifikasi Faktor Risiko, Dampak dan Intervensi Kecemasan Menghadapi Persalinan pada Ibu Hamil Trimester Ketiga. *Analitika*, 12(2), 112–122. <https://doi.org/10.31289/analitika.v12i2.3382>
- K, H., Sudirman, J., & B, S. (2024). Dukungan Keluarga Dan Sosial Budaya Dengan Risiko Anemia Pada Ibu Hamil. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 19(1), 14–20.

- <https://doi.org/10.32382/medkes.v19i1.563>
- Kurnia, D., Sari, P., Pitaloka, D., & R, T. P. (2023). HAMIL PERTAMA DI DESA GENAHARJO EDUCATION GIVING OF STRESS MANAGEMENT AND RELAKSATION FOR FIRST PREGNANT WOMEN IN GENAHARJO VILLAGE Institut Ilmu Kesehatan Nahdlatul Ulama Tuban. IX(2), 176–180.
- Kusumawati, rima D., Koesnadi, & Indrawati, I. Y. (2022). Edukasi Tanda - Tanda Bahaya Kehamilan Sebagai Upaya Untuk Menurunkan Angka Kematian Ibu Hamil Di Puskesmas Pegantenan Kabupaten Pamekasan. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JPKM) - Aphelion, 4(Desember), 603–608.
- Lubis, E., Sutandi, A., & Dewi, A. (2024). PENGARUH DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PASIEN YANG MENJALANI TINDAKAN BEDAH MAYOR DI RSAU dr. ESNAWAN ANTARIKSA JAKARTA TAHUN 2023. Journal of Nursing and Midwifery Sciences, 3(1), 31–42. <https://doi.org/10.54771/fzjev53>
- Lugita, L., Sulastris, M., Iswari, I., & Dehasen Bengkulu, U. (2024). Penerapan Manajemen Stress Non Farmakologis Pada Ibu Hamil Di BPM Febra Ayudiah, SST, M.H. Jurnal Dehasen Untuk Negeri, 3(2), 213–216.
- M, N., Grafita, N., Makmur, M., & Mayora, M. I. (2023). Pengaruh Tingkat Emosi, Kecukupan Gizi dan Kebiasaan Hidup Ibu Hamil terhadap Perkembangan Janin. Journal on Education, 5(4), 11997–12004. <https://doi.org/10.31004/joe.v5i4.2160>
- Mansye Soeli, Y. (2020). Laporan Pengabdian Kepada Masyarakat, Manajemen Stres Pada Ibu Hamil. 20–39.
- Marwah, D. S., Zata, K. N., Naufal, M., Fadhilah, M. I., & Fithri, N. K. (2023). Literature Review: Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stres Ibu Hamil Dan Implikasinya Pada Kesehatan Janin. Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan, 10(8), 2578–2587. <https://doi.org/10.33024/jikk.v10i8.10281>
- Mei, N., Di, H., Giri, D., Kabupaten, M., Tahun, G., Suhartini, E., & Novita, A. (2024). 3.+Skripsi+ EKA+SUHARTINI. 3(5), 2247–2261.
- Melly Syafrida Putri, Fadli Ananda, Zulfiyah Surdam, Anna Sari Dewi, Arifin, A. I., Susiawaty, & Irwan. (2022). Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Tanda Bahaya Kehamilan Dengan Kepatuhan ANC RSIA Ananda Makassar 2019. Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran, 2(3), 172–177. <https://doi.org/10.33096/fmj.v2i3.35>
- Munisah. (2022). Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesian Journal of Community Dedication in Health (IJCDH). Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesian Journal of Community Dedication in Health (IJCDH), Vol. 02.No.
- Musfiroh, S., Yulianti, R. T., Nabilah, A., Marnisa, F. B., Enjel L, I. A., Fransiska, O., Amalia, R., & Aisyah, Z. N. (2023). Literature Review: Hubungan Hormon Dan Psikologi Pada Ibu Masa Perinatal. Jurnal Maternitas Kebidanan, 8(2), 205–219.
- Nurdianti, D. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Persiapan Persalinan. Jurnal Kebidanan UMTAS, 1(2), 36–43.
- Nurhasanah, A., Wardiyah, A., & Rilyani, R. (2023). Faktor yang Berhubungan dengan Stres pada Ibu Hamil selama Pandemi di Wilayah Kerja Puskesmas Bandar Jaya Kabupaten Lampung Tengah. Malahayati Nursing Journal, 5(1), 23–36. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i1.7636>
- Nurhidayati Nurhidayati, Zumrotul Ula, & Nasrullah Nasrullah. (2023). The Relationship of Family Support, Maternal Readiness, and Anxiety Level of Pregnant Women Before Giving Birth. Jurnal EduHealth, 14(3), 1303–1309. <https://doi.org/10.54209/jurnaleduhealth.v14i3.2680>
- Nursalam. (2020). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Salemba Medika.
- Nuryati, T., & Amira, Y. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial dan Metode Coping terhadap Tingkat Stres Ibu Hamil. Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat, 12(06), 432–437.

- <https://doi.org/10.33221/jikm.v12i06.1452>
- Pariane, Iche, E. roflin, & Liberty, A. (2021). populasi , sampel, variabel dalam penelitian kedokteran. NEM.
- Rima Melati, & Raudatussalamah. (2022). Hubungan Dukungan Sosial Suami Dengan Motivasi Dalam Menjaga Kesehatan Selama Kehamilan. *Jurnal Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau*, 8(Desember), 111–118.
- Rita Afni, & Octa Dwienda Ristica. (2023). Penerapan Prenatal Massage untuk Mengurangi Ketidaknyamanan Kehamilan di Klinik Pratama Jambu Mawar Kota Pekanbaru. *Jurnal Medika: Medika*, 2(2), 20–26. <https://doi.org/10.31004/m2vrfa65>
- Sari, D. M., & Chalid, D. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga pada Ibu Hamil dengan Kepatuhan Kunjungan Antenatal Care dan Kesejahteraan Janin di Puskesmas Bahagia. *Malahayati Nursing Journal*, 4(10), 2651–2663. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i10.7072>
- Sari, R. E., Ibnu, I. N., & Ramadhani, A. (2022). Implementasi Pemantauan Ibu Hamil Kurang Energi Kronik Dalam Upaya Percepatan Perbaikan 1000 Hari Pertama Kehidupan. *Poltekita : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 16(1), 80–88. <https://doi.org/10.33860/jik.v16i1.1142>
- Satriadi, Moeins, A., Agusven, T., Sjukun, & Sumardin. (2023). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. CV. AZKA PUSTAKA.
- Semeia, L., Bauer, I., Sippel, K., Hartkopf, J., Schaal, N. K., & Preissl, H. (2023). Impact of maternal emotional state during pregnancy on fetal heart rate variability. *Comprehensive Psychoneuroendocrinology*, 14(February), 100181. <https://doi.org/10.1016/j.cpniec.2023.100181>
- Shobrina, A. N., Prasetya, E. C., Ariningtyas, N. D., & Marlina, U. (2021). Hubungan antara Peran Dukungan Keluarga dengan Resiko Depresi Perinatal di Rumah Sakit Muhammadiyah Surabaya. *Proceeding Series*, 4, 61–75.
- Simanjuntak, M. R., Sari, C. N., Manalu, Y. A. B., & ... (2023). Determinan Yang Mempengaruhi Kepatuhan Ibu Hamil Terhadap Antenatal Care di Masa Pandemi COVID-19 di Puskesmas Gunung Tinggi Kecamatan Pancur Batu. *Journal of ...*, 9(2), 811–821.
- Sinurat, L., Sipayung, R., & Simanjuntak, Y. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Keikutsertaan Kelas Ibu Hamil Di Klinik Bidan Wanti. *JINTAN: Jurnal Ilmu Keperawatan*, 1(2), 141–150. <https://doi.org/10.51771/jintan.v1i2.121>
- Siti, N., Nurlatifah, M., Fatimah, S., Heryani, S., & Maya, W. (2024). GAMBARAN FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI DESCRIPTION OF FACTORS THAT INFLUENCE ANXIETY IN THIRD TRIMESTER PREGNANT WOMEN IN FACING LABOR AT. 6(2).
- Suhardi, M. (2023). *Buku ajar Dasar Metodologi Penelitian*. Penerbit P4I.
- SUKARTA, I. M., & ZULFAIDAWATY, A. (2022). Kesiediaan Suami Mengerjakan Pekerjaan Rumah Tangga Selama Istri Hamil Di Kelurahan Sambung Jawa Kecamatan Mamajang Kota Makassar. *CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan*, 2(2), 105–113. <https://doi.org/10.51878/cendekia.v2i2.1154>
- Sunarmi, A. (2023). Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Pada Ibu Hamil: Scoping Review. *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(3), 32–38. <https://ejurnal.politeknikpratama.ac.id/index.php/Detector/article/view/2065>
- Suraily, L. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga, Dukungan Sosial, Persepsi Pandemi Covid-19 Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil. *SIMFISIS Jurnal Kebidanan Indonesia*, 2(1), 237–243. <https://doi.org/10.53801/sjki.v2i1.57>
- Suwaediman, D. (2023). Peran Penting Keluarga dalam Menjaga dan Merawat Individu yang Mengalami Gangguan Jiwa. *Faletehan Health Journal*, 10(2), 216–221.
- Syapitri, H., Amila, & Aritonang, J. (2021). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan*. Ahlimedia Book.
- UNICEF. (2023). *Gizi Ibu di Indonesia: Analisis Lanskap and Rekomendasi*. UNICEF Indonesia. [https://www.unicef.org/indonesia/media/21766/file/Gizi Ibu di Indonesia - Analisis Lanskap dan](https://www.unicef.org/indonesia/media/21766/file/Gizi%20Ibu%20di%20Indonesia%20-%20Analisis%20Lanskap%20dan%20Rekomendasi)

Rekomendasi.pdf.pdf

- Velga, Y., & Suryani, U. (2022). Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stres Pada Ibu Hamil Dalam Menghadapi Persalinan. JKJ: Persatuan Perawat Nasional Indonesia, 10(4), 837–856.
- W, R., Anwar, & Yuda, S. (2020). Jurnal SIPILsains. Jurnal Sipilsains, 10 2(September), 151–156.
- WHO. (2023). No Title. World Heath Organization.
- Widniah, A. Z., & Fatia, M. (2021). Pengetahuan Tentang Perubahan Fisik Ibu Hamil Primigravida Pada Trimester Pertama Di Wilayah Kerja Puskesmas Martapura Timur Tahun 2020. Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat, 9(1), 33–37. <https://doi.org/10.54004/jikis.v9i1.10>
- Yanti, E. S., Damayani, A. D., & Ridayani, R. (2023). Pemberdayaan Keluarga Sebagai Pengawas Konsumsi Fe Pada Ibu Hamil. GEMAKES: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 3(2), 210–216. <https://doi.org/10.36082/gemakes.v3i2.1312>
- Yanti, P. L. N. (2020). Hubungan Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Dalam Menghadapi Sectio Caesarea. 1–36.
- Yudiani, N. W. N., Satriani, N. L. A., & Sutrisna, I. P. G. (2022). Hubungan Emotional Support Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester Iii Dalam Menghadapi Persalinan Di Puskesmas Kuta Selatan. Coping: Community of Publishing in Nursing, 10(5), 497. <https://doi.org/10.24843/coping.2022.v10.i05.p05>