

PERBANDINGAN PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN METODE TATAP MUKA DAN METODE SOSIAL MEDIA TENTANG PERSALINAN TERHADAP KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER III

COMPARISON OF HEALTH EDUCATION WITH FACE TO FACE METHODS AND SOCIAL MEDIA METHODS ON LABOR AGAINST ANXIETY OF TRIMESTER PREGNANT WOMEN III

Dewi Aprilia Ningsih. I^{1*}, Metha Fahrani²

^{1,2}Jurusan Kebidanan STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu

Jln. Hibrida Raya No 3 Kota Bengkulu. Indonesia

* Email: dewiapriliainingsih.i@gmail.com

ABSTRACT

During the pregnancy process, the mother will experience physical and psychological changes, one of the psychological changes that occur during pregnancy is anxiety. Health education is expected to help reduce anxiety in pregnant women. This study aims to identify the effect of face-to-face media use and the use of social media in providing health education about childbirth on the anxiety of third trimester pregnant women. This type of research is a quasi experiment with a two group pre-post test design approach. The population of this study were all third trimester pregnant women in the Selebar District of Bengkulu City totaling 100 people. Sampling was done by purposive sampling, the number of samples in this study were 80 respondents, with the subjects of each group as many as 40 trimester III pregnant women who met the inclusion criteria. Data were collected using an anxiety questionnaire according to the HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale), which was conducted before and after health education was given. Data were analyzed by univariate and bivariate analysis using the Wilcoxon Test. The results showed that there was an effect of health education on childbirth through face-to-face methods on the anxiety of third trimester pregnant women. There is an effect of health education about childbirth through social media methods on the anxiety of trimester III pregnant women. There are differences in health education with face-to-face methods and social media methods regarding delivery on the anxiety of third trimester pregnant women. The use of this health education method can be used as a medium for delivering information to pregnant women

Keyword : Pregnancy; Anxiety; Health Education; Face to face; Social Media

ABSTRAK

Selama proses kehamilan ibu akan mengalami perubahan fisik dan psikologis, perubahan psikologis yang terjadi pada masa kehamilan salah satunya adalah kecemasan. Pendidikan kesehatan diharapkan dapat membantu menurunkan kecemasan pada ibu hamil. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi pengaruh penggunaan media tatap muka dan penggunaan sosial media dalam memberikan pendidikan kesehatan tentang persalinan terhadap kecemasan ibu hamil trimester III. Jenis Penelitian adalah *pre eksperimental* dengan pendekatan *two group pre-post test design*. Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester III di Kecamatan Selebar Kota Bengkulu berjumlah 100 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara *purposive sampling*, jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 80 responden, dengan subyek masing-masing kelompok sebanyak 40 orang ibu hamil trimester III yang memenuhi kriteria inklusi. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner kecemasan menurut HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*), yang dilakukan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan. Data dianalisis secara univariat dan analisis bivariat menggunakan uji *Wilcoxon Test* dan *Mann-Whitney (U test)*. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan pendidikan kesehatan tentang persalinan melalui metode tatap muka dengan kecemasan ibu hamil Trimester III. Ada hubungan pendidikan kesehatan tentang persalinan melalui metode sosial media dengan kecemasan ibu hamil Trimester III. Ada perbedaan kecemasan pada ibu hamil Trimester III sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang persalinan dengan metode tatap muka dan metode sosial media. Penggunaan metode pendidikan kesehatan ini dapat digunakan sebagai media penyampaian informasi kepada ibu hamil.

Kata Kunci : Kehamilan; Kecemasan; Pendidikan Kesehatan; Tatap Muka; Sosial Media

PENDAHULUAN

Kehamilan adalah proses yang normal, alamiah yang diawali dengan pertumbuhan dan perkembangan janin intrauterin dan dimulai sejak konsepsi sampai persalinan (1). Kehamilan dan persalinan merupakan peristiwa penting dalam kehidupan seorang wanita. Selama proses kehamilan ibu akan mengalami perubahan fisik dan psikologis (2). Perubahan psikologis yang terjadi pada masa kehamilan meliputi kecemasan, menolak, menerima, perasaan berubah, depresi dan stress (3). Kecemasan pada ibu hamil dapat timbul khususnya pada trimester ketiga kehamilan hingga saat persalinan, dimana pada periode ini ibu hamil merasa cemas terhadap berbagai hal seperti normal atau tidak normal bayinya lahir, nyeri yang akan dirasakan, dan sebagainya (4).

Kecemasan yang terjadi secara terus menerus pada ibu hamil berdampak pada bayi maupun ibu hamil seperti solusio plasenta, berat badan lahir rendah, dan prematuritas (3). Pendidikan kesehatan adalah proses untuk meningkatkan kemampuan masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatannya. Pendidikan kesehatan akan mempunyai efek yang baik apabila dalam prosesnya menggunakan metode maupun media yang baik (5).

Metode tatap muka adalah metode yang paling sering digunakan dalam pemberian pendidikan kesehatan atau disebut juga dengan metode ceramah karena sejak dulu metode ini telah dipergunakan sebagai alat komunikasi lisan antara pemberi materi dengan pendengar dalam proses belajar dan pembelajaran. Selain metode tatap muka metode android atau *handphone* khususnya penggunaan sosial media juga dapat menjadi media penyampaian pendidikan kesehatan, mengingat sekarang ini penggunaan *smartphone* menjadi media informasi yang berkembang cukup pesat, salah satunya adalah melalui pemanfaatan sosial media (6).

Penggunaan media tatap muka dan sosial media dalam penyampaian pendidikan kesehatan diharapkan dapat membantu meningkatkan pengetahuan ibu tentang bagaimana proses persalinan itu sendiri, serta apa saja yang perlu dipersiapkan dalam menghadapi proses persalinan sehingga ibu hamil trimester III tidak merasa cemas ataupun stress dalam menghadapi masalah persalinan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penggunaan media tatap

muka dan penggunaan sosial media dalam memberikan pendidikan kesehatan tentang persalinan terhadap kecemasan ibu hamil trimester III.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini menggunakan metode *pre eksperiment*, dengan pendekatan *Two Group Pre-Posttest design*. Pengukuran kecemasan dilakukan sebelum dan sesudah Pendidikan kesehatan pada dua kelompok intervensi yaitu kelompok media tatap muka dan kelompok media sosial media menggunakan kuesioner kecemasan menurut HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*). Penelitian dilaksanakan pada ibu hamil Trimester III dengan membagi ibu hamil menjadi 2 kelompok, yaitu untuk kelompok perlakuan metode tatap muka dan metode sosial media.

Penelitian ini dilaksanakan selama 3 hari, dimana hari pertama dilakukan penilaian *pre test* terhadap tingkat kecemasan ibu hamil Trimester III, selanjutnya pada hari ke 2 responden diberikan pendidikan Kesehatan sesuai kelompok masing-masing. Pada kelompok tatap muka diberikan pendidikan kesehatan sebanyak 1 kali pertemuan secara langsung kepada responden dengan media alat bantu berupa *leaflet* tentang persalinan. Pada kelompok metode sosial media responden dimasukkan kedalam group *Whatsapp* dan akan menerima pendidikan kesehatan melalui group tersebut. Informasi yang digunakan hanya berupa pengiriman teks, tidak disertai gambar ataupun video, sama seperti informasi yang diperoleh oleh kelompok tatap muka. Pada kelompok sosial media sama seperti pada kelompok tatap muka, responden dapat berinteraksi langsung dengan peneliti melalui grup diskusi baik dengan sesama responden, maupun dengan peneliti. Selanjutnya pada hari ke 3 dilakukan kembali penilaian *post test* terhadap tingkat kecemasan ibu hamil Trimester III.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil trimester III di wilayah kecamatan selebar Kota Bengkulu pada bulan Juli 2020 berjumlah 100 orang. Sampel penelitian sebanyak 80 responden, dengan subyek masing-masing kelompok sebanyak 40 responden. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan teknik *purposive sampling*, dimana sampel diambil dengan kriteria inklusi sebagai berikut:

a. Ibu hamil TM III yang bersedia menjadi responden

- b. Ibu hamil TM III yang sudah melakukan pemeriksaan kehamilan minimal 2 kali ANC di fasilitas Kesehatan
- c. Ibu hamil TM III yang tidak menderita keterbatasan fisik dan gangguan pendengaran
- d. Ibu tidak memiliki penyakit atau kelainan kehamilan yang mempengaruhi proses kelahiran dan tidak mengkonsumsi obat cemas
- e. Ibu hamil TM III yang tidak sedang mengalami demam, batuk, pilek
- f. Ibu hamil TM III yang tidak berpergian ke luar kota selama 14 hari sebelum penelitian berlangsung
- g. Ibu hamil TM III yang tidak pernah kontak dengan penderita Covid 19
- h. Ibu hamil TM III yang memiliki smartphone untuk kelompok sosial media

Penelitian ini menggunakan data sekunder dan data primer. Data sekunder berupa data nama, no hp dan alamat calon responden, sedangkan data primer berupa data tingkat kecemasan ibu hamil Trimester III sebelum dan sesudah diberikan perlakuan melalui metode tatap muka dan metode sosial media. Uji normalitas data dilakukan menggunakan *Shapiro-Wilk*, analisis data dilakukan secara univariat, dan bivariat menggunakan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* untuk melihat apakah ada hubungan pendidikan kesehatan tentang persalinan terhadap kecemasan ibu hamil Trimester III pada kelompok tatap muka dan sosial media. Uji *Mann-Whitney (U test)*

dilakukan untuk melihat perbedaan pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode tatap muka dan metode sosial media tentang persalinan terhadap kecemasan ibu hamil Trimester III.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Tabel 1 Gambaran Karakteristik responden berdasarkan Usia, Pendidikan, dan Pekerjaan

Karakteristik	n	%
Usia		
<20 dan >35 tahun	22	27,5
20-35 tahun	58	72,5
Pendidikan		
Rendah	29	36,25
Tinggi	51	63,75
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	39	48,75
Bekerja	41	51,25

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia antara 20-35 tahun (72,5%), lebih dari separuh responden berpendidikan tinggi (63,75%) dan lebih dari separuh responden bekerja (51,25 %).

Tabel 2. Gambaran Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Sebelum dan Sesudah Pendidikan Kesehatan tentang Persalinan dengan Pendidikan Kesehatan Metode Tatap Muka di Kecamatan Selebar Kota Bengkulu

Kecemasan		n	%	Min-Max	Mean	SD
Sebelum	Berat	4	10.0	16-32	22.35	3.939
	Sedang	23	57.5			
	Ringan	13	32.5			
Sesudah	Sedang	8	20.0	14-27	18.75	2.924
	Ringan	32	80.0			

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian kecil responden pada kelompok tatap muka (10 %) memiliki kecemasan berat sebelum diberikan pendidikan kesehatan. Setelah diberikan pendidikan kesehatan tidak ada responden yang memiliki kecemasan berat.

Tabel 3. Gambaran Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Sebelum Dan Sesudah Pendidikan Kesehatan Tentang Persalinan dengan Metode Sosial Media di Kecamatan Selebar Kota Bengkulu

Kecemasan	n	%	Min-Max	Mean	SD
-----------	---	---	---------	------	----

Sebelum	Berat	5	12.5	18-32	22.50	3.530
	Sedang	22	55.5			
	Ringan	13	32.5			
Sesudah	Berat	1	2.5	16-28	20.35	2.751
	Sedang	13	32.5			
	Ringan	26	65.0			

Tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian kecil responden pada kelompok tatap muka (12,5 %) memiliki kecemasan berat sebelum diberikan pendidikan kesehatan. Setelah diberikan pendidikan kesehatan masih terdapat responden (2,5%) yang memiliki kecemasan berat.

Analisis Bivariat

Tabel 4. Perbedaan Rata-rata Kecemasan Sebelum dan Setelah Pemberian Pendidikan Kesehatan tentang persalinan pada Ibu Hamil di Kecamatan Selebar Kota Bengkulu Pada Kelompok Tatap Muka dan kelompok Sosial Media

Tingkat Kecemasan	Mean	Beda Mean	SD	Z	p-value
Tatap Muka					
Pre test	22.35	3,6	3.939	-	0.00
Post test	18.75		3.530	5.465	0.00
Sosial Media					
Pre test	22.50	2,15	2.924	-	0.00
Post test	20.35		2.751	5.371	0.00

Tabel 4 menunjukkan bahwa skor pre-test kecemasan pada kedua kelompok hampir sama atau tidak terdapat perbedaan yang signifikan ($p=0,000$). Sementara untuk skor post-test pada dua kelompok terdapat perbedaan yang signifikan tingkat kecemasan pada ibu hamil antara kelompok tatap muka dan kelompok sosial media. Rata-rata skor kecemasan pre-test pada kelompok sosial media lebih tinggi daripada kelompok tatap muka. Rata-rata skor kecemasan post-test pada kelompok tatap muka lebih rendah dari pada kelompok sosial media.

Hasil statistik *Wilcoxon Signed Ranks Test* didapat nilai $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$ signifikan, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Ada perbedaan signifikan tingkat kecemasan ibu hamil Trimester III sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan dengan metode tatap muka.

Hasil statistik *Wilcoxon Signed Ranks Test* didapat nilai $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$ signifikan, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Ada perbedaan signifikan tingkat kecemasan ibu hamil Trimester III sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan dengan metode sosial media

Tabel 5 Hasil Analisis Data *Mann-Whitney (U test)*. Kecemasan Ibu Bersalin di Kecamatan Selebar Kota Bengkulu Setelah Pemberian Pendidikan Kesehatan Pada Kelompok Tatap Muka dan Kelompok Sosial Media

Kecemasan	n	Mean	Z	p-value
Tatap Muka	40	33.46	-	0.006
Sosial Media	40	47.54	2.740	

Tabel 5 menunjukkan bahwa hasil statistik *Mann-Whitney (U test)* didapat nilai $p\text{-value} = 0,006 < 0,05$ signifikan, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Ada perbedaan signifikan tingkat kecemasan ibu hamil Trimester III sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang persalinan dengan metode tatap muka dan metode sosial media.

PEMBAHASAN

Hubungan Pendidikan Kesehatan Melalui Metode Tatap Muka Tentang Persalinan dengan Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan Tingkat kecemasan ibu hamil Trimester III sebelum dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan dengan metode tatap muka. Perasaan cemas sangat jelas dirasakan oleh ibu hamil dalam menghadapi persalinan. Responden tidak jarang memiliki pikiran yang mengganggu, sebagai pengembangan reaksi kecemasan terhadap cerita yang diperolehnya baik tentang persalinan ataupun tentang bayinya. Kecemasan juga meningkat seiring

bertambahnya usia kehamilan sehingga membuat kehamilan semakin berat dan kecemasan bertambah akibat kurang mampu menyesuaikan diri dengan perubahan fisik dan psikologis. Pemahaman seorang ibu hamil untuk mengetahui proses dalam persalinan sangat penting, keterbatasan pengetahuan yang dimiliki responden mengakibatkan kesiapan responden menghadapi proses persalinan berkurang sehingga membuat responden merasakan cemas (7).

Salah satu upaya meningkatkan pengetahuan seseorang adalah melalui pendidikan kesehatan yang hasilnya diharapkan dapat merubah sikap dan perilaku seseorang. Keberhasilan suatu pendidikan kesehatan juga tidak lepas dari peran sebuah media yang sesuai dengan sasaran responden yang akan diteliti. Metode tatap muka adalah metode pemberian informasi yang dilakukan dengan bertatap muka secara langsung dengan responden (6).

Setelah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang persalinan, responden menyatakan menjadi lebih paham tentang proses persalinan dan kelahiran bayi, terutama tentang kekhawatiran yang selama ini dirasakan dan dikhawatirkan ibu. Melalui metode tatap muka responden lebih leluasa untuk bertanya dan melakukan curah pendapat dengan peneliti, yang akhirnya berlanjut dengan proses diskusi. Ketika ibu telah memperoleh informasi bagaimana cara mengurangi serta mengatasi ketakutannya, ibu akan lebih percaya diri dan dapat meningkatkan kesiapan ibu menghadapi proses persalinan sehingga perasaan cemas ibu akan berkurang.

Penelitian ini juga sejalan dengan teori yang menyebutkan terdapat beberapa upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi kecemasan ibu, diantaranya ialah memberikan informasi, pendidikan, penyuluhan sesuai masalah yang dihadapi dengan maksud meningkatkan pengetahuan dan strategi untuk mengurangi kecemasan (8). Penelitian lain menyebutkan bahwa terdapat penurunan nilai rata-rata kecemasan dari kelompok perlakuan dan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan pendidikan kesehatan dan booklet antara pre test dan post test dengan perbedaan rata-rata pretest dan posttest sebesar 7.00 pada kelompok perlakuan, dan 4.82 pada kelompok kontrol (9).

Hubungan Pendidikan Kesehatan Melalui Metode Sosial Media Tentang Persalinan dengan Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan Tingkat kecemasan ibu hamil hamil Trimester III antara sebelum dilakukan pendidikan kesehatan dengan metode sosial media. Penelitian ini sejalan dengan penelitian lain yang menyebutkan bahwa ada hubungan pemantauan melekat ibu hamil melalui aplikasi pesan pintar dengan tingkat pengetahuan tentang perawatan kehamilan di Puskesmas Sentolo II Kabupaten Kulon Progo (10).

Hasil penelitian menunjukkan masih terdapat responden dengan kecemasan berat walaupun telah diberikan pendidikan kesehatan melalui sosial media berupa *WhatsAapp*, hal ini dapat terjadi karena selain kurangnya informasi, terkadang responden masih terpengaruh oleh berbagai kepercayaan yang berkembang di masyarakat sehingga menambah perasaan cemas pada ibu hamil.

Penelitian lain menyebutkan bahwa meskipun setelah diberikan video penyuluhan persalinan melalui *WhatsAapp* menunjukkan bahwa adanya pemahaman yang sudah meningkat, akan tetapi terdapat jumlah nilai pengetahuan yang masih rendah tentang keyakinan untuk mencegah terjadinya penyakit selama persalinan, masih adanya yang menjawab ritual-ritual adat istiadat dan masih adanya persepsi yang salah tentang persalinan (11).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang menyebutkan bahwa *WhatsApp* dapat menjadi media pendidikan kesehatan yang efektif pada era digital ini. Sosial media dapat menjadi fasilitas komunikasi terbaru antara petugas kesehatan dengan pasiennya. Kelebihan pendidikan kesehatan menggunakan *WhatsApp* adalah materi mudah diakses, dimana dengan fitur dan layanan yang ada baik teks, video foto ataupun audio dapat dimanfaatkan untuk membantu menyampaikan informasi yang ingin disampaikan kepada responden (13).

Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Metode Tatap Muka dan Sosial Media Tentang Persalinan Terhadap Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa ada perbedaan signifikan kecemasan ibu hamil Trimester III setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang persalinan dengan metode tatap muka dan metode sosial media.. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan yang diberikan melalui metode tatap muka lebih efektif dari metode social media melalui group *WhatsApp* sebagai media dan sumber informasi kepada ibu hamil sehingga mampu membantu mengurangi kecemasannya.

Penggunaan media informasi sangat mempengaruhi keefektifan dalam penyampaian dan penerimaan informasi dalam pendidikan kesehatan. Selain penggunaan media informasi materi yang diberikan saat pendidikan dan metode penyampaian informasi juga sangat berpengaruh terhadap hasil pendidikan kesehatan.

Melalui sosial media responden dapat dengan mudah mengakses informasi kapan saja dan dimana saja selain memanfaatkan grup diskusi yang sudah dibentuk pada *WhatsApp* grup, responden juga dapat mengakses informasi melalui pemanfaatan akses internet yang dapat diakses melalui media *handphone* yang dimiliki oleh responden (14).

Pada kelompok tatap muka informasi yang didapatkan melalui leaflet cukup terbatas, materi tidak di visualisasikan karena hanya menggunakan pesan teks dan gambar yang ada pada leaflet. Akan tetapi penyampaian informasi melalui tatap muka menunjukkan pengaruh yang lebih efektif dalam menurunkan kecemasan pada ibu hamil. Hal ini dapat terjadi dikarenakan melalui media tatap muka, informasi diberikan melalui curah pendapat yang berlanjut kepada diskusi secara langsung. Responden dapat menyampaikan secara langsung semua pertanyaan yang paling detail dan apa yang menjadi ketakutan utama dari ibu sehingga mengalami kecemasan begitu mendekati persalinan. Hal-hal yang bersifat pribadi juga tak sungkan untuk langsung ditanyakan melalui metode tatap muka ini, berbeda dengan ketika diskusi di grup *WhatsApp* responden mungkin memiliki pertanyaan ataupun hal lain yang ingin disampaikan namun merasa sungkan karena pembicaraan di grup bersifat umum dan tidak privasi.

Melalui media tatap muka juga terjadi kontak langsung antara peneliti dan responden, sehingga responden juga merasa lebih dekat dan nyaman

dalam berbicara langsung kepada peneliti. Apabila seseorang merasa nyaman maka ia akan lebih mudah menyampaikan kegelisahannya, dengan keterbukaan tersebut penyampaian informasi akan lebih mudah diterima dan lebih tertanam dipikiran responden. Dengan informasi yang dimiliki serta perasaan yang lebih tenang akhirnya ibu dapat lebih siap menghadapi persalinan dan akhirnya dapat menurunkan kecemasan yang dirasakan oleh responden.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan pendidikan kesehatan tentang persalinan melalui metode sosial media terhadap kecemasan ibu hamil Trimester III. Ada perbedaan pendidikan kesehatan dengan metode tatap muka dan metode sosial media tentang persalinan terhadap kecemasan ibu hamil Trimester III. Dengan demikian diharapkan penggunaan metode pendidikan kesehatan ini dapat digunakan sebagai media penyampaian informasi kepada ibu hamil yang berkesinambungan sehingga ibu dapat meningkatkan pengetahuan dan kesiapannya menghadapi persalinan sehingga dapat mengatasi kecemasan yang terjadi selama kehamilan saat mendekati proses persalinan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada Direktorat Riset dan Pengabdian Masyarakat deputi Bidang Penguatan Riset dan Pengembangan Kementerian Riset dan Teknologi/BRIN yang telah mendanai penelitian ini, dan kepada semua responden yang telah bersedia membantu penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Nanny Lia Dewi V, Sunarsih T. Asuhan Kehamilan Untuk Kebidanan. Jakarta: Salemba Medika; 2010.
2. Chan CY, Lee AM, Lam SK, Lee CP, Leung KY, Koh YW, et al. Antenatal anxiety in the first trimester: Risk factors and effects on anxiety and depression in the third trimester and 6-week postpartum. *Open J Psychiatry*. 2013;03(03):301–10.
3. Christine D Schetter, Lynlee Tanner. Anxiety, Depression and Stress in Pregnancy: Implication for Mother, Children, Research, and Practice.

- Curren Opin Psychiatry. 2012;25(2).
4. Usman FR, Kundre RM, Onibala F. Perbedaan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Persalinan Dengan Kepatuhan Antenatal Care (Anc) Di Puskesmas Bahukota Manado. J Keperawatan UNSRAT [Internet]. 2016;4(1):114256. Available from: <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/10794/10383%0A%0A>
5. Notoatmodjo S. Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2010.
6. Hayat AK, Huriati, Hidayah N. Journal of Islamic nursing. 2017;1(1):0-4. Available from: <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/join/article/view/3976%0A%0A>
7. Hernanto FF. Pengetahuan Tentang Kehamilan, Dukungan Keluarga dan Kecemasan Ibu Primigravida Trimester III. Pers Psikol Indones [Internet]. 2016;5(03):232-8. Available from: <http://jurnal.untagsby.ac.id/index.php/persona/article/view/853/773>
8. Irianti B, Halida EM, Duhita F, Prabandari F, Yulita N, Yulianti N, et al. Asuhan Kehamilan Berbasis Bukti. Jakarta: Agung Seto; 2015.
9. Mukhoirotin M, Rahmat I, Siswosudarmo R. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Kecemasan Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan. J Kesehat Reproduksi [Internet]. 2015;1(3):166-74. Available from: <https://jurnal.ugm.ac.id/jkr/article/view/5747/4662>
10. Aminah S. Hubungan Pemantauan Melekat Ibu Hamil Melalui Aplikasi Pesan Pintar Dengan Tingkat Pengetahuan Tentang Perawatan Kehamilan Dan Ketepatan Kunjungan Ulang Di Puskesmas Sentolo li Kulonprogo Tahun 2017. Naskah Publ Prodi Sarj Terap Kebidanan Potekkes Kemenkes [Internet]. 2017; Available from: <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/1730/>
11. Kholisotin, Agustin YD, Prasetyo, Agung Dwi. Jurnal surya. Media Komun Ilmu Kesehat [Internet]. 2020;12(02):70-6. Available from: <http://jurnal.umla.ac.id/index.php/Js/article/view/32/2>
12. Susilo A. Exploring Facebook and Whatsapp As Supporting Social Network Applications For English Learning In Higher Education. 2008;10-24. Available from: <http://repository.ut.ac.id/4930/1/Exploring Facebook and Whatsapp As Supporting Social Network Applications For English.pdf>
13. Jumi atmoko. Whatsapp Messenger Dalam Tinjauan Manfaat Dan Adab. Wahana Akad J Stud Islam dan Sos [Internet]. 2016;3(1):51. Available from: <https://journal.walisongo.ac.id/index.php/wahana/article/view/872/774>
14. Ekadinata N, Widyandana D. Promosi kesehatan menggunakan gambar dan teks dalam aplikasi WhatsApp pada kader posbindu. Ber Kedokt Masy [Internet]. 2017;33(11):547. Available from: <https://jurnal.ugm.ac.id/bkm/article/view/26070/20032%0A%0A>