



DUKUNGAN KELUARGA DAN PENGARUH DZIKIR DENGAN KECEMASAN PADA IBU HAMIL: SYSTEMATIC REVIEW

Rina Tri Handayani*, Tri Yuniarti, Sri Sayekti Heni Sunaryanti, Isnani Nurhayati, Sri Iswahyuni, Hakim Anasulfalah, Aris Widiyanto, Joko Tri Atmojo

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mamba'ul 'Ulum Surakarta, Jl. Ring Road No.Km 03, Mojosongo, Jebres, Surakarta, Jawa Tengah 57127, Indonesia

*rinatrihandayani7@gmail.com

ABSTRAK

Rasa cemas adalah reaksi alami manusia terhadap stres, tetapi menjadi terlalu cemas dapat mengganggu kehidupan sehari-hari. Mereka yang mengalami kecemasan telah menemukan bahwa mendapatkan dukungan dari keluarga sangat membantu. Salah satu bentuk terapi spiritual yang dikenal sebagai terapi dzikir adalah dengan mengucapkan kalimat pujian kepada Allah SWT. Dipercaya bahwa metode ini dapat memberikan rasa tenang dan ketenangan batin, yang dapat membantu mengurangi kecemasan. Dukungan keluarga adalah sistem di mana anggota keluarga saling membantu, mendukung, dan mendukung satu sama lain dalam berbagai situasi. Tujuan penelitian: Pengaruh dzikir dengan kecemasan dan dukungan keluarga dinilai. Metode: Penelitian ini merupakan ulasan sistematis dengan diagram PRISMA. Kriteria kelayakan Model PICO: P adalah pasien; I adalah dukungan keluarga dan dzikir; C adalah tidak dukungan keluarga dan tidak dzikir; dan O adalah tingkat kecemasan. Artikel yang digunakan berasal dari Google Scholar, sebuah database. Dengan kata kunci seperti "Dukungan keluarga", "kehamilan", "kecemasan", persalinan, dan dzikir. Hasil: Dalam delapan artikel, dukungan keluarga dan dzikir terkait dengan tingkat kecemasan. menunjukkan bahwa dukungan keluarga dan dzikir mengurangi kecemasan.

Kata kunci: dukungan keluarga; dzikir; kecemasan

FAMILY SUPPORT AND THE INFLUENCE OF DHIKR ON ANXIETY IN PREGNANT WOMEN: SYSTEMATIC REVIEW

ABSTRACT

Anxiety is a natural human reaction to stress, but being too anxious can interfere with daily life. Those who experience anxiety have found that getting support from family is helpful. One form of spiritual therapy known as dhikr therapy is by saying sentences of praise to Allah SWT. It is believed that this method can provide a sense of calm and inner calm, which can help reduce anxiety. Family support is a system made up of relatives that assist, motivate, and support one another in a variety of ways. The purpose of this study is to quantify the impact of dhikr on anxiety and family support. Method: The PRISMA diagram is used in this systematic review study. Article searches were conducted using the qualifying criteria from the PICO Model. O= Anxiety level; P= Patient; I= Family support and dhikr; C= No family support and no dhikr. The articles utilized are from the Google Scholar database. Using the terms "Dhikr," "pregnancy," "anxiety," and "family support" among others. Findings: Eight studies on the relationship between anxiety levels and dhikr and familial support. demonstrates how dhikr and family support can help to lower anxiety

Keywords: anxiety; dhikr; family support

PENDAHULUAN

Kehamilan adalah bagian dari kehidupan seorang wanita. Kehamilan seorang wanita akan menyebabkan beberapa perubahan. Faktor fisik, psikologis, dan sosial, budaya, dan ekonomi memengaruhi kehamilan. Kesehatan ibu hamil dapat terpengaruh oleh stres. Jika stres ibu tidak diatasi dengan baik, janin dapat mengalami keterlambatan perkembangan atau gangguan emosi saat lahir nanti (Mandang et al., 2016). Masa hidup seorang wanita sebelum dan setelah melahirkan anak dikenal sebagai masa kehamilan. Wanita hamil dapat mengalami banyak kecemasan dan stres, yang dapat menyebabkan gangguan jiwa (Fadlun & Feryanto, 2016).

Menurut World Health Organization (WHO), ada 303.000 kasus mortalitas ibu di seluruh dunia, dengan angka Asia Tenggara sebesar 235 per 100.000 kelahiran hidup. Mengurangi angka kematian ibu (AKI) menjadi 70 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2030 adalah salah satu target utama dari SDGs (Sekretariat ASEAN, 2017). Studi di Magelang di Indonesia menemukan bahwa 85% ibu hamil mengalami cemas ringan dan 15% mengalami cemas berat. Risiko kecemasan terkait persalinan pervaginam berkisar antara 10 dan 25 persen, yang lebih sering terjadi pada wanita berusia 20 hingga 44 tahun. Pasien yang menjalani operasi seksio sesarea juga memiliki risiko kecemasan meningkat sebesar 15-25% (Hasim, 2018). Ibu hamil mungkin merasa cemas tentang berbagai hal, seperti rasa sakit yang akan mereka alami selama trimester ketiga kehamilan dan anomali selama trimester ketiga kehamilan. Ibu hamil dapat mengalami kecemasan menjelang persalinan karena banyak hal, termasuk mendapatkan dukungan dari keluarga, mendapatkan pengetahuan, beragama, dan merasa pantas (Maki et al., 2018).

Ansietas atau kecemasan adalah respons emosional dan kekhawatiran yang tidak jelas yang berhubungan dengan perasaan yang tidak berdaya atau munculnya perasaan yang tidak pasti. Dalam situasi ini, orang yang menunjukkan kecemasan mereka dengan perilaku cemas tanpa objek yang spesifik. Kecemasan juga dapat disebabkan oleh hal-hal baru, pengalaman baru, atau kondisi saat sakit, seperti kecemasan yang muncul dan dialami oleh ibu hamil selama kehamilan (Bamber & Morpeth, 2019). Tingkat kecemasan ibu hamil di trimester ketiga dipengaruhi oleh usia, paritas, dan pendidikan mereka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir sebagian besar ibu hamil yang berada di trimester tiga (91,1%) tidak berisiko, dan sisa ibu hamil (8,9%) memiliki usia berisiko. Karena rahim sudah matang dan mampu menerima kehamilan dari sudut pandang psikologis dan fisik pada usia 20-35 tahun, usia ideal untuk ibu hamil adalah antara 20 dan 35 tahun. Banyak responden yang menunjukkan usia berisiko sebanyak 12,5 persen (Rafidah & Safitri, 2021).

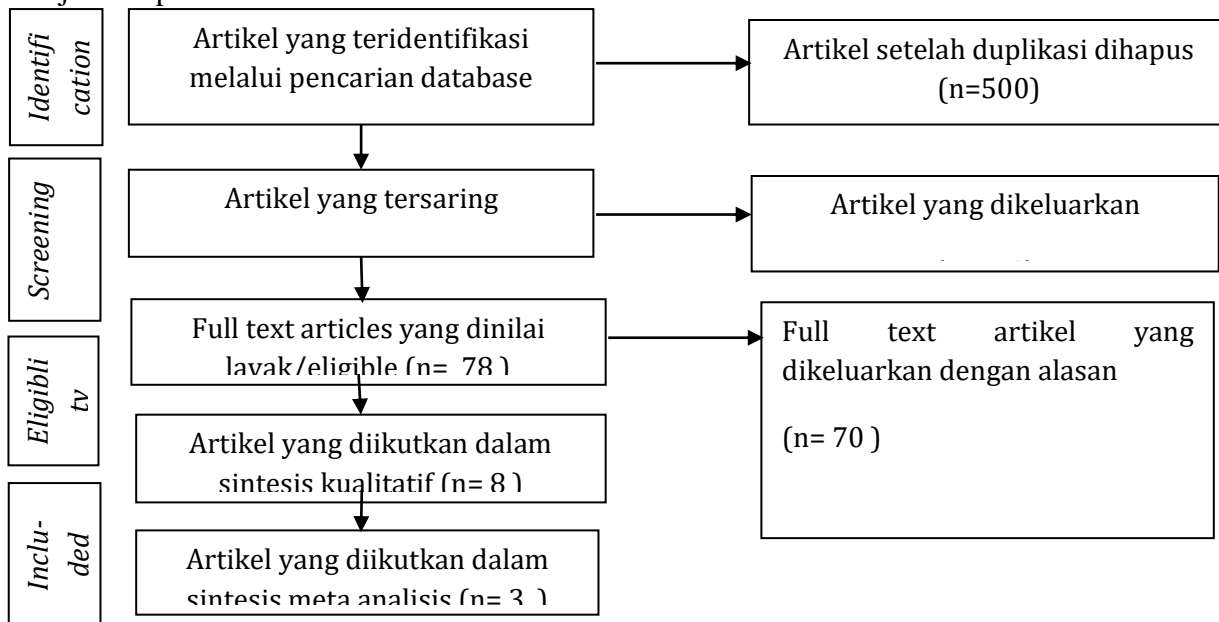
Selain itu, memberikan dukungan terus-menerus kepada ibu hamil selama trimester tiga menjelang persalinan dapat membantunya merasa aman dan nyaman. dan ibu hamil mengalami lebih sedikit kecemasan selama trimester ketiga jika dia menerima dukungan dari suaminya. Tidak ada kecemasan, seperti yang ditunjukkan oleh suami yang setia (Heriani, 2016). Dukungan keluarga sangat berpengaruh terhadap kecemasan ibu hamil yang akan melahirkan karena dukungan keluarga dapat membuat ibu hamil merasa nyaman dan aman, sehingga mengurangi kecemasan mereka menjelang persalinan. Selain dukungan keluarga, pengetahuan juga dapat mempengaruhi kecemasan karena seseorang yang lebih pendidikan memiliki kemungkinan lebih besar untuk mencari dan mengetahui informasi tentang pelayanan kesehatan. Sebaliknya, seseorang yang kurang pendidikan atau pengetahuan tentang kesehatan dan kehamilannya dapat mengalami stres dan cemas (Sipayung, 2021). Religiusitas juga dapat memengaruhi kecemasan ibu hamil karena merupakan keyakinan dan mengandung nilai sistem perilaku yang paling signifikan untuk semua masalah yang dihadapi. Ibu hamil yang gelisah dan takut akan berusaha berkomunikasi dengan Tuhan agar hatinya tenang dan lebih yakin saat menjalani masa kehamilan dan proses melahirkan (Surbakti et al., 2017). Salah satu cara yang digunakan oleh seorang hamba untuk mendekati diri kepada Tuhannya adalah dzikir. Dzikir dapat membantu orang percaya bahwa Allah SWT dapat mengatasi stres atau kecemasan apa pun yang mereka alami dengan bantuan. Dzikir dapat membantu membuat hati tenang, yang merupakan manfaatnya, Umat Islam percaya menyebut nama Allah dapat menenangkan dan menyembuhkan penyakit (Ahmad, 2019). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mensintesis bukti ilmiah tentang hubungan antara dukungan keluarga, pengaruh dzikir, dan kecemasan pada ibu hamil

METODE

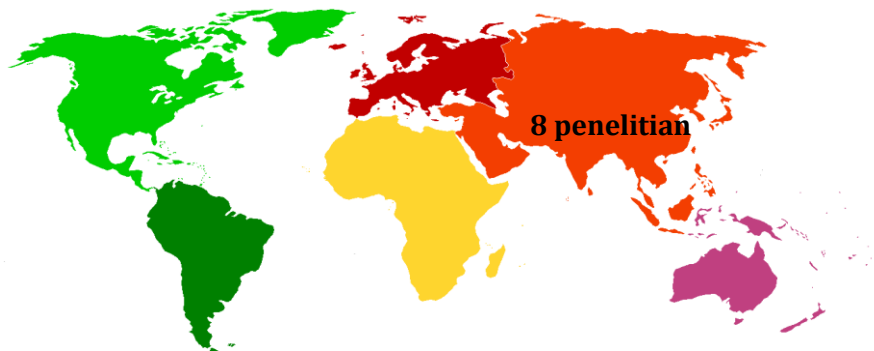
Penelitian ini merupakan penelitian systematic review dengan menggunakan diagram PRISMA. Pencarian artikel dilakukan berdasarkan kriteria kelayakan Model PICO. P= Pasien; I= dukungan keluarga, dzikir; C= Tidak dukungan keluarga, tidak dzikir; O= Tingkat kecemasan. Artikel yang digunakan berasal dari 1 database, yaitu: Google Scholar. Dengan kata kunci antara lain "Dukungan keluarga" AND "Kehamilan" AND "Kecemasan" AND Persalinan AND Dzikir

HASIL

Pencarian Google Scholar adalah salah satu database yang dapat digunakan untuk mencari artikel penelitian ini. Dengan kata kunci seperti "Dukungan keluarga", "kehamilan", "kecemasan", persalinan, dan dzikir, Gambar 1 menunjukkan PRISMA flow diagram untuk proses review artikel yang relevan. Penelitian tentang dukungan keluarga dan zikir dalam mengurangi kecemasan terdiri dari 8 artikel dari pencarian awal, yang menghasilkan 1256 artikel. Setelah proses penghapusan artikel yang terpublikasi, artikel ditemukan, dengan 500 di antaranya memenuhi syarat untuk dilakukan review full text untuk 8 artikel. Artikel penelitian berasal dari delapan benua Asia (Indonesia), seperti yang ditunjukkan pada Gambar 2.



Gambar 1. Diagram flow chat



Gambar 2. Peta wilayah penelitian

Tabel 1.
Deskripsi studi primer

Judul dan Penulis	Metode Penelitian	Hasil
Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat Kecemasan ibu hamil menghadapi proses Persalinan (Kartika, et al, 2021)	Studi ilmiah ini menggunakan pendekatan cross-sectional dengan sampel 35 ibu hamil yang diambil secara kebetulan.	Dari 35 sampel, 20 responden tidak merasa cemas, 13 responden merasa cemas ringan, 2 responden cemas sedang, dan 19 responden tidak menerima dukungan keluarga. Yang lainnya menerima dukungan keluarga. Nilai P Value 0,40 lebih besar dari α (0,05) menunjukkan bahwa tidak ada hubungan signifikan atau tidak signifikan antara dukungan keluarga dan kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil.
Hubungan Dukungan Suami dengan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dalam Menghadapi Persalinan Di RSI Siti Khadijah Palembang (Putri, 2024)	Penelitian observasional ini menggunakan pendekatan cross-sectional dengan 56 responden ibu hamil dalam trimester ketiga. Metode pengambilan sampel acak sederhana	Hasil penelitian menunjukkan bahwa 34 suami dan keluarga mendukung ibu, sementara 22 tidak. Dengan nilai $\rho = 0,023$, ada korelasi yang signifikan antara dukungan suami dan kecemasan ibu hamil tentang menghadapi persalinan.
Hubungan dukungan keluarga terhadap tingkat kecemasan Sspada pasien pre operasi sectio caesarea di ruang santa annarsu santo vincentius singkawang tahun 2020 (Hari, 2020)	Studi kuantitatif ini menggunakan jenis penelitian analitik korelasi. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode cross-sectional. Penelitian ini melibatkan 37 responden.	Nilai $p = 0.00$, kurang dari nilai $\alpha = 0,05$, ditemukan dari perhitungan statistik untuk menentukan hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan ibu hamil. Nilai ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga dan tingkat kecemasan ibu hamil. Hasil dari 19 orang yang menjawab juga cukup. Sebanyak dua belas responden mengalami tingkat kecemasan yang rendah.
Faktor yang berhubungan dengan kecemasan pada ibu hamil menjelang Persalinan di wilayah kerja updt puskesmas modo (Irnawati, 2023)	Penelitian kauntitatif ini menggunakan pendekatan cross-sectional dan sampelnya terdiri dari 34 orang yang menjawab kuisioner.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa 18 orang memiliki dukungan keluarga yang buruk, sedangkan 16 orang memiliki dukungan keluarga yang baik. Mereka juga menunjukkan bahwa 18 orang mengalami kecemasan, sedangkan 16 orang tidak mengalami kecemasan. Ada hubungan antara dukungan keluarga dan kecemasan ibu hamil menjelang persalinan, menurut hasil uji statistik menggunakan uji chi square dengan nilai signifikan P-Value $0,000 < 0,05$.
Pengaruh terapi dzikir terhadap kecemasan ibu hamil (Arsi, 2023)	Studi ini mencakup penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan dan pendekatan quasi-eksperimen. Metode pre-test dan post-test digunakan dengan kontrol grup. Jumlah total sampel yang diambil adalah empat puluh sampel.	Setelah terapi dzikir diberikan, ada perubahan yang cukup signifikan dalam rata-rata kecemasan ibu hamil di trimester ketiga. Hasil menunjukkan bahwa p value = $0,001 < 0,05$, yang menunjukkan bahwa terapi dzikir berdampak pada penurunan jumlah kecemasan ibu hamil di trimester ketiga. Hasil lain menunjukkan bahwa terapi dzikir berdampak pada kecemasan ibu hamil di trimester ketiga dengan nilai $p = 0,000 < 0,005$, yang menunjukkan bahwa terapi dzikir mempengaruhi kecemasan ibu hamil di.
Perbedaan pengaruh terapi relaksasi dzikir dan hipnosis lima jarai terhadap kecemasan ibu hamil (Dasri, 2021)	Studi ini dilakukan dengan menggunakan jenis penelitian quasi eksperiment, yang memiliki design pro dan posttest. Jumlah sampel yang diambil adalah empat puluh responden, dan metode pengambilan sampel dilakukan secara berurutan.	Ada pengaruh relaksasi dzikir terhadap penurunan skor kecemasan pada ibu primigravida, karena nilai p valuenya kurang dari 0,05, atau 0,000. Hasilnya menunjukkan bahwa skor cemas pre-test dan post-test pada kelompok relaksasi dzikir dan hipnosis lima jari sangat berbeda. Hasil uji statistik menggunakan T-Test independen mencapai p value $> 0,05$, yaitu 0,246. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa skor cemas rata-rata antara kelompok relaksasi dzikir dan hipnosis limajari tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan setelah intervensi.

Judul dan Penulis	Metode Penelitian	Hasil
Pelatihan Dzikir Untuk Menurunkan Kecemasan Ibu Hamil Pertama (Mardhiyah, 2017)	Untuk penelitian ini, satu kelompok diberi desain sebelum dan setelah eksperimen. Ini adalah penelitian kuantitatif eksperimen. Pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen dapat diukur dengan membandingkan hasil sebelum dan setelah manipulasi..	Untuk hipotesis berarah dalam penelitian ini, taraf signifikansi $p = 0,068$, dan untuk hipotesis tidak berarah, $p = 0,034$, masing-masing dengan nilai $p < 0,05$. Hasil uji statistik dengan menggunakan Rank Signed Wilcoxon pada data pre-test dan post-test menunjukkan $Z = -1,826$.
Effect of dzikir (religious chanting) therapy on the anxiety level Of third-trimester pregnant women facing labor (Dasri, 2024)	Penelitian ini dirancang sebagai pra-eksperimental dan kuantitatif, dan terdiri dari grup pre-test dan post-test. Studi ini melibatkan 30 sampel dari 35 wanita hamil trimester ketiga di Area Kerja Pusat Kesehatan Masyarakat Kota Suoh pada bulan Juli.	Sebelum terapi dhikr, kecemasan rata-rata adalah 21,4, tetapi setelah terapi berkurang menjadi 10,7. Pada tahun 2023, terapi dhikr berdampak pada tingkat kecemasan wanita hamil trimester ketiga saat menghadapi kelahiran di Area Kerja Pusat Kesehatan Kota Suoh, dengan nilai $p 0.000 < 0,05$

PEMBAHASAN

Keluarga menyambut dan mendukung anggota keluarganya dengan memberikan dukungan emosional, informasional, penilaian, dan instrumental. Orang terdekat dapat membantu ibu hamil mengatasi kecemasan karena perubahan fisik dan psikologis yang terjadi selama kehamilan. Dukungan dan kasih sayang dari keluarga dapat membantu seorang ibu hamil merasa nyaman dan aman saat dia khawatir tentang kehamilannya. Rasa cinta dan kepedulian akan ibu dan anak dalam kandungan akan meningkat dengan dukungan keluarga dan pasangan. (Nurwulan, 2017). Dari empat artikel yang dikumpulkan tentang dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan ibu hamil, tiga penelitian menemukan hubungan yang signifikan antara keduanya, dan satu penelitian menemukan hubungan yang tidak signifikan. Mungkin ada beberapa alasan mengapa artikel ini tidak signifikan.

Penelitian Listia yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Mekarsari Kabupaten Banyuasin mendukung temuan penelitian ini dengan p value 0,003, Studi ini menemukan bahwa ada korelasi yang signifikan antara kecemasan ibu hamil menjelang persalinan dan tingkat dukungan keluarga yang mereka terima (Astuti et al., 2022). Selain itu, penelitian Adi Mamahit menemukan bahwa dukungan keluarga dan kecemasan ibu hamil menjelang persalinan berkorelasi. dengan p value 0,000 (Mamahit & Mamahit, 2020). Jika ibu hamil menerima dukungan keluarga yang positif, itu akan berdampak positif pada pertumbuhan dan perkembangan janin, kesehatan fisik, dan psikologis ibu. Dukungan keluarga yang positif tidak hanya berupa uang, tetapi juga melalui cinta, percaya diri, perhatian, dan perhatian (Rustikayanti et al., 2016).

Keluarga membantu ibu hamil dengan berkunjung sering, mendoakan keselamatan ibu dan bayi, melakukan ritual adat istiadat, dan memberikan nasihat tentang hamil dan kecemasan, yang menyebabkan ketakutan melahirkan meningkat. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa ketakutan akan kelahiran meningkat seiring dengan jumlah kelahiran hidup; ini mungkin terkait dengan pengalaman kelahiran negatif wanita hamil sebelumnya (Erkaya et al., 2017). Selama kehamilan, banyak wanita mengalami masalah dan kecemasan yang berasal dari perubahan yang terjadi selama kehamilan dan persalinan, kekhawatiran tentang kesehatan janin, dan kesulitan menyesuaikan diri dengan peran baru

mereka sebagai ibu. Dalam trimester ketiga, persalinan menyebabkan perubahan fisik yang tidak dapat dikendalikan. Organisasi Kesehatan Dunia menyatakan bahwa ini termasuk kehamilan remaja, kehamilan yang tidak diinginkan, kehamilan akibat kekerasan seksual, kehamilan pertama, aborsi berulang, pembunuhan atau pembunuhan bayi sebelumnya, dan wanita yang pernikahannya tidak terdaftar atau dibubarkan. Kemungkinan mengalami kecemasan adalah salah satu faktor yang meningkatkan kemungkinan kehamilan. Menurut beberapa peneliti, tingkat kecemasan yang tinggi hanya terjadi pada trimester ketiga (Nekoe & Zarei, 2015).

Kehamilan kecemasan didefinisikan sebagai perasaan takut yang tidak jelas dan tidak didukung oleh keadaan yang ada. Seseorang mungkin mengalami perasaan tidak nyaman atau takut, atau mereka mungkin memiliki firasat bahwa mereka akan mengalami malapetaka. Dalam situasi ini, tidak ada hal yang dapat diidentifikasi sebagai sumber kecemasan atau emosi yang mengancam. (Yanti & Wirastri, 2022). Jika perubahan fisik dan mental yang disebabkan oleh ketidakseimbangan hormon progesteron dan estrogen yang terjadi selama proses kehamilan menyebabkan kecemasan, ibu hamil mungkin mengalami kecemasan. Tanda kecemasan mungkin termasuk keinginan yang kuat untuk lari dan melakukan sesuatu. Kecemasan kehamilan dapat diukur sesuai dengan usia kehamilan. (van de Loo et al., 2018). Ibu hamil yang cemas dapat mempengaruhi kehamilannya karena mereka meningkatkan tingkat stres dan menghasilkan hormone stres, kortisol. Tingkat stres ini dapat meningkatkan kontriksi, menyebabkan persalinan yang lebih lama, dan luaran bayi yang lebih buruk (Grigoriadis et al., 2018).

Menurut penelitian beberapa artikel, ada korelasi antara terapi dzikir dan tingkat kecemasan. Studi ini berkorelasi dengan penelitian sebelumnya. Hasil penelitian tambahan dari analisis sampel bebas T-test menunjukkan bahwa, dari pretest hingga tindak lanjut, kelompok eksperimen menunjukkan tingkat kecemasan ibu hamil yang lebih rendah daripada kelompok kontrol. Skor $t=2,715$ dan $p=0,019$, dengan $p < 0,05$. Ini menunjukkan bahwa kelompok eksperimen menunjukkan tingkat kecemasan ibu hamil yang lebih rendah daripada kelompok kontrol (Niko, 2018). Ssheridan dan Radmcker menemukan bahwa dzikir merangsang keluarnya endorphins atau endogenous morphin, yang merupakan zat penenang otak yang alami. Element-elemen yang termasuk dalam materi dan praktik dzikir yang diajarkan termasuk penyebutan dengan lidah atau secara lisan, pikiran dan imajinal (tadabur), dan pemaknaan dengan hati (tafakkur). Dalam praktik jahar dan khafi, materi dzikir diberikan dengan tujuan agar peserta tidak hanya melafadzkan kalimat dzikir tetapi juga memaknainya dengan hati mereka (Mardhiyah et al., 2017)

SIMPULAN

Menurut hasil peninjauan sistematis yang dilakukan pada delapan database, dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga dan dzikir memengaruhi tingkat kecemasan ibu hamil, dan dengan intervensi ini, tingkat kecemasan ibu hamil menurun.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, S. (2019). *Bimbingan Dan Konseling Di Institusi Pendidikan*. Perdana Publishing.
- Astuti, L. D., Hasbiah, Hasbiah, & Rahmawati, E. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester Iii Di Puskesmas Mekarsari. *Prepotif Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(1).
- Bamber, M. D., & Morpeth, E. (2019). Effects Of Mindfulness Meditation On College Student Anxiety: A Meta-Analysis. In *Mindfulness* (Vol. 10, Issue 2, Pp. 203–214). Springer New York Llc. <https://doi.org/10.1007/S12671-018-0965-5>
- Erkaya, R., Karabulutlu, Ö., & Çalık, K. Y. (2017). Defining Childbirth Fear And Anxiety Levels In

Pregnant Women. *Procedia - Social And Behavioral Sciences*, 237, 1045–1052. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2017.02.151>

Fadlun, F., & Feryanto, A. (2016). *Asuhan Kebidanan Patologis*. Salemba Medika.

Grigoriadis, S., Graves, L., Peer, M., Mamisashvili, L., Tomlinson, G., Vigod, S. N., Dennis, C. L., Steiner, M., Brown, C., Cheung, A., Dawson, H., Rector, N. A., Guenette, M., & Richter, M. (2018). Maternal Anxiety During Pregnancy And The Association With Adverse Perinatal Outcomes: Systematic Review And Meta-Analysis. *Journal Of Clinical Psychiatry*, 79(5). <https://doi.org/10.4088/jcp.17r12011>

Hasim, R. P. (2018). *Gambaran Kecemasan Ibu Hamil*.

Heriani, Heriani. (2016). *Kecemasan Dalam Menjelang Persalinan Ditinjau Dari Paritas, Usia Dan Tingkat Pendidikan*.

Maki, F. P., Pali, C., & Opod, H. (2018). *Gambaran Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester Iii Di Klinik Bersalin Sutra Minahasa Selatan*.

Mamahit, A. Y., & Mamahit, S. (2020). *Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Menjelang Persalinan Trimester Iii Di Puskesmas Tombatu*.

Mandang, J., Tombokan, S. G. J., & Tando, N. M. (2016). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*.

Mardhiyah, U., Khaerani, N. M., Studi, P., Fakultas, P., Sosial, I., Humaniora, D., Sunan, U., Yogyakarta, K., Marsda, J., & Yogyakarta, A. (2017). *Pelatihan Dzikir Untuk Menurunkan Kecemasan Ibu Hamil Pertama*. In *Jurnal Psikologi Integratif Prodi Psikologi Uin Sunan Kalijaga* (Vol. 5, Issue 2).

Nekoe, T., & Zarei, M. (2015). Evaluation The Anxiety Status Of Pregnant Women In The Third Trimester Of Pregnancy And Fear Of Childbirth And Related Factors. *British Journal Of Medicine And Medical Research*, 9(12), 1–8. <https://doi.org/10.9734/bjmmr/2015/19784>

Niko, P. F. (2018). *Pengaruh Terapi Dzikir Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Ibu Hamil*. *Jurnal Islamika*.

Nurwulan, D. (2017). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Anestesi Dengan Tindakan Spinal Anestesi*. Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan.

Rafidah, Rafidah, & Safitri, A. (2021). *Karakteristik Ibu Dan Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Menghadapi Persalinan Di Wilayah Kerja Puskesmas Martapura Barat Kabupaten Banjar Tahun 2020*. *Jurnal Skala Kesehatan Politeknik Kesehatan Banjarmasin*, 12(2).

Rustikayanti, N. R., Kartika, I., & Herawati, Y. (2016). *Perubahan Psikologis Pada Ibu Hamil Trimester Iii Adaptation Of Psychological Changes In The Third Semester Of Pregnant Women*.

Sipayung, A. C. (2021). *Hubungan Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Trimerster Ketiga Dalam Menghadapi Proses Persalinan Di Kecamatan Silou Kahean*.

Surbakti, T., Aileen Joan, G., & Ricky, D. (2017). *Hubungan Religiusitas Dengan Kecemasan Menghadapi Partus Pada Ibu Nullipara Di Wilayah Kerja Puskesmas Parongpong Kabupaten Bandung Barat Religiusity Relationship With Anxiety Facing Partus On The Nulipara Mother In The Working Region Puskesmas Parongpong District Bandung Barat*.

Van De Loo, K. F. E., Vlenterie, R., Nikkels, S. J., Merkus, P. J. F. M., Roukema, J., Verhaak, C. M., Roeleveld, N., & Van Gelder, M. M. H. J. (2018). Depression And Anxiety During Pregnancy: The Influence Of Maternal Characteristics. *Birth*, 45(4), 478–489. <https://doi.org/10.1111/Birt.12343>

Yanti, E. M., & Wirastri, D. (2022). *Kecemasan Ibu Hamil Trimester Iii*. Penerbit Nem.