

Efektivitas Pendidikan Kesehatan Terhadap Kecemasan Pada Ibu Primipara Dalam Melakukan Perawatan Bayi Baru Lahir Di Rumah Sakit Sitti Khadijah

Nurtia D. Kaharu¹, Sri Mulyaningsih², Yuliandary Yunus³, Dewi Modjo⁴

^{1,2,3,4} Universitas Muhammadiyah Gorontalo

Email Penulis Korespondensi: nurtiakaharu21@icloud.com

Article History:

Received Oct 14th, 2025

Accepted Nov 24th, 2025

Published Nov 26th, 2025

Abstrak

Ibu primara merupakan ibu yang baru pertama kali melahirkan dan umumnya mengalami kecemasan dalam merawat bayi baru lahir karena belum memiliki pengalaman sebelumnya. Berdasarkan data yang diperoleh, sebesar 83,4% ibu primara mengalami kecemasan berat, sementara 16,6% mengalami kecemasan sedang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pendidikan kesehatan dalam menurunkan tingkat kecemasan tersebut. Metode penelitian menggunakan desain kuasi eksperimen dengan pendekatan *one group pretest-post test*. Sampel sebanyak 34 ibu primara dipilih melalui teknik purposive sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat penurunan signifikan tingkat kecemasan setelah diberikan intervensi pendidikan kesehatan ($p < 0,05$). Sebelum intervensi, sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang dan setelah intervensi mayoritas mengalami kecemasan ringan. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian informasi dan edukasi terkait perawatan bayi baru lahir mampu meningkatkan kepercayaan diri dan Kesiapan ibu dalam menjalani peran barunya. Dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan ibu primara, sehingga sangat direkomendasikan sebagai bagian dari pelayanan pasca persalinan.

Kata Kunci: Pendidikan Kesehatan Kecemasan, Ibu Primara, Perawatan Bayi Baru Lahir

Abstract

Newborn mothers are mothers who have given birth for the first time and generally experience anxiety in caring for a newborn due to their lack of prior experience. Based on the data obtained, 83.4% of newborn mothers experience severe anxiety, while 16.6% experience moderate anxiety. This study aims to determine the effectiveness of health education in reducing this anxiety level. The research method used a quasi-experimental design with a one-group pretest-posttest approach. A sample of 34 newborn mothers was selected using a purposive sampling technique. The results showed a significant decrease in anxiety levels after the health education intervention ($p < 0.05$). Before the intervention, most respondents experienced moderate anxiety, and after the intervention, the majority experienced mild anxiety. This indicates that providing information and education regarding newborn care can increase mothers' confidence and readiness to assume their new role. It can be concluded that health education is effective in reducing the anxiety levels of newborn mothers and is therefore highly recommended as part of postpartum care.

Keywords: Health Education, Anxiety, Newborn Care

1. PENDAHULUAN

Primipara merupakan seorang ibu yang baru pertama kali memiliki anak. Kondisi yang sering dialami oleh ibu primipara yaitu kecemasan karena sulitnya untuk beradaptasi, suasana hati

yang sering berubah-ubah dan rasa khawatir. Kecemasan merupakan reaksi dari emosi diri seseorang yang berhubungan dengan suatu hal diluar dirinya serta bentuk mekanisme pertahanan diri dalam menghadapi masalah (Timiyatun et a., 2023).

Setelah melahirkan ibu primipara harus menyesuaikan diri karena adanya perubahan fisiologis dan psikologis. Perubahan ini dapat menyebabkan kecemasan (Gusti Ayu Eka Sukmawati et a., 2023) .

Kondisi emosi ibu saat hamil hingga bersalin merupakan saah satu faktor penyebabnya, karena ibu akan mengalami perubahan fisik dan psikis yang terjadi akibat adanya perubahan hormon. Adapun pada trimester ketiga (27-40 minggu), kecemasan menjelang persainan ibu hamil yang pertama kali akan muncul pertanyaan dan bayangan apakah dapat melahirkan normal, cara mengejan, apakah akan terjadi sesuatu saat melahirkan, apakah bayi akan lahir dengan selamat, akan semakin muncul dalam benak ibu hamil (E. M. Yanti et a., 2020).

Kecemasan adalah keadaan yang dapat menyebabkan ibu primipara merasa tidak nyaman, gelisah, takut, khawatir, dan diikuti berbagai gejala fisik kecemasan juga yaitu perasaan subjektif seseorang tentang ketegangan, ketakutan, gugup, dan khawatir berhubungan dengan gairah dari sistem saraf. Tingginya tingkat kecemasan menyebabkan kehidupan normal seseorang menjadi sulit seperti terganggunya kegiatan dan kehidupan sosial. Kecemasan adalah saah satu dari berbagai jenis gangguan emosi dan perilaku (Amaia et a., 2023).

Gangguan kecemasan merupakan hal yang sering dialami oleh ibu primipara yang muncul akibat ketidakmampuan dan belum siapnya ibu untuk menerima bayinya yang masih membutuhkan perawatan khusus pada minggu minggu pertama kelahiran bayinya. Namun kecemasan ini umumnya bersifat relatif artinya ada orang-orang yang cemas dan dapat tenang kembai setelah mendapat dukungan dari orang-orang disekitarnya namun ada juga orang-orang yang terus menerus cemas meskipun orang disekitarnya memberikan dukungan (Novianti et a., 2024).

Pada ibu yang baru pertama kali melahirkan di dapatkan jumlah sebesar 83,4% yang mengalami tingkat kecemasan berat, 16,6% yang mengalami kecemasan sedang, sedangkan yang terjadi pada ibu multipara mencapai 7% dengan tingkat kecemasan berat, 71,5% dengan kecemasan sedang dan 21,5% dengan kecemasan ringan (Istiqomah et a., 2021).

Dari hasil pengambilan data awal yang dilakukan di RS Sitti Khadijah pada tanggal 17 Februari dengan melihat data persainan didapatkan jumlah ibu primipara yang bersalin selama 3 bulan terakhir yaitu pada bulan oktober-desember 2024 sebanyak 149 ibu primipara.

Survey awal yang dilakukan pada 2 orang ibu primipara di RS Sitti Khadijah melalui hasil observasi menggunakan kuesioner didapatkan bahwa tingkat kecemasan pada ibu primipara masih tinggi.

Psikologi ibu yang terganggu dapat mengurangi kontak bayi dan ibu karena minat dan ketertarikan ibu terhadap bayinya berkurang, ibu primipara yang mengalami gangguan kecemasan tidak dapat merawat bayinya dengan benar karena perasaan kurang mampu dan tidak berdaya. Ibu yang mengalami cemas akan berdampak pada anak yakni kemampuan kognitif dan cara berinteraksinya yang kurang dibandingkan dengan teman sebayanya (Indraningsih, 2024).

Ibu primipara atau ibu yang baru pertama kali melahirkan harus mengenai hubungan dirinya dengan bayi. Bayi memerlukan perlindungan, perawatan, dan sosialisasi. Tuntutan sebagai seorang ibu akan dirasakan semakin berat terlebih kepada ibu yang baru pertama kali mempunyai anak, ha tersebut juga dapat dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan ibu dalam merawat bayi. Dengan adanya tuntutan tersebut maka dapat memberikan tekanan terhadap psikologi ibu sehingga menyebabkan perilaku kurang baik yang dipengaruhi oleh rasa cemas ibu, seperti kegelisahan, konsentrasi memburuk, bingung, dan sebagainya (M. D. Yanti & Fatmasari, 2023).

Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan tingkat pengetahuan ibu tentang perawatan bayi baru lahir yang baik akan mengakibatkan ibu berperilaku dengan benar dalam perawatan bayi baru lahir, sebaiknya pengetahuan ibu yang kurang menyebabkan ibu tidak dapat melakukan perawatan bayi baru lahir dengan benar (Kamila & Muliani, 2023).

Dari hasil penelitian sebelumnya mengatakan bahwa pendampingan suami juga dapat mengurangi tingkat kecemasan hingga pada tingkat ringan karena dengan pendampingan suami dapat menyebabkan terjadinya peningkatan produksi hormon-hormon kebahagiaan yaitu nonadrenalin dan serotonin yang dapat mengakibatkan perubahan emosi-emosi negatif yang terjadi akibat kecemasan akan menjadi lebih positif (Harismayanti et al., 2023).

Didalam A-Qur'an diberi petunjuk tentang menghadapi kecemasan. Salah satu surah yang dirujuk adalah A-Baqarah ayat 286 yang artinya *"Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang di usahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatannya) yang dikerjakannya. (mereka berdoa) : " Ya Tuhan kami janganlah engkau hukumi kami jika kami lupa atau kami tersalah. Ya Tuhan kami, janganlah engkau bebani kami beban yang berat sebagaimana engkau bebani kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami janganlah engkau pikulkan kepada kami apa yang tak sanggup kami memikulnya. Beri maaflah kami ; ampunilah kami ; dan rahmatilah kami ; engkaulah penolong kami maka tolonglah kami terhadap kaum yang kafir"*. Berdasarkan ayat tersebut mengajarkan bahwa setiap ujian yang diberikan kepada manusia termasuk kecemasan yang dialami oleh ibu primipara dalam melakukan perawatan bayi baru lahir, masih dalam batas kemampuan mereka. Dengan pendidikan kesehatan dan dukungan sosial yang tepat, mereka dapat menghadapi dan mengatasi kecemasan tersebut.

Berdasarkan latar belakang di atas maka dapat dirumuskan masalah *"Apakah Ada Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Kecemasan Pada Ibu Primipara Dalam Melakukan Perawatan Bayi Baru Lahir ?"*

Tujuan Penelitian dari penelitian ini yaitu Diketuinya Efektivitas Pendidikan Kesehatan Terhadap Kecemasan Pada Ibu Primipara Dalam Melakukan Perawatan Bayi Baru Lahir"

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini telah dilakukan di Rumah Sakit Sitti Khadijah yang dilaksanakan dari tanggal 08 Mei sampai dengan 30 Mei 2025.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif yang digunakan untuk meneliti populasi dan sampel. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *quasi experimental* dengan pendekatan *one group pretest - posttest*. Design ini bertujuan untuk mengukur tingkat kecemasan ibu primipara sebelum dan sesudah diberikan intervensi pendidikan kesehatan.

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu primipara (ibu yang baru pertama kali melahirkan) yang memiliki bayi baru lahir dengan usia 0-28 hari di RS SITTI KHADIJAH pada 3 bulan terakhir yaitu pada bulan oktober-desember 2024 sebanyak 149 ibu yang baru pertama kali melahirkan .

Pada penelitian ini peneliti menggunakan tehnik pengambilan sampel dengan menggunakan tehnik *purposive sampling* yang menentukan sendiri yang akan peneliti ambil berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi sebanyak 34 responden. Adapun kriteria inklusi dan eksklusi pada penelitian ini yaitu :

1) Kriteria inklusi :

- a. ibu primipara (ibu yang melahirkan anak pertama)
- b. ibu yang melahirkan dalam 0-7 hari

- c. bayi lahir dalam kondisi normal
- d. bersedia mengikuti pendidikan kesehatan
- e. dapat berkomunikasi dengan baik

2) Kriteria eksklusi

- a. ibu multipara (ibu yang sudah memiliki pengalaman merawat anak sebelumnya).
- b. bayi dengan kondisi kesehatan yang memerlukan perawatan khusus
- c. ibu yang tidak bersedia mengikuti program pendidikan kesehatan

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen kuesioner. kuesioner ini digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan pada ibu primipara sebelum dan sesudah diberikan intervensi pendidikan kesehatan. Instrumen ini terdiri dari 10 item pertanyaan yang mencakup aspek fisik dan psikologis kecemasan yang dirasakan ibu dalam merawat bayi baru lahir, meliputi pemberian ASI, perawatan tali pusat, dan memandikan bayi.

Data yang terkumpul diolah dengan cara komputerisasi dengan langkah-langkah *Collecting, Checking, Coding, Entering, Data Processing*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.2. Hasil Penelitian

4.2.1. Karakteristik Responden Di Rumah Sakit Sitti Khadijah

Tabel 1. Karakteristik Responden di Rumah Sakit Sitti Khadijah

No.	Karakteristik Responden (N=34)	Jumlah (N)	Persentase (%)
Usia (Tahun)			
1.	<20	1	2,9
2.	20-35	32	94,2
3.	>35	1	2,9
Pendidikan			
1.	SMP	9	26,5
2.	SMA	18	52,9
3.	Sarjana	7	20,6
Pekerjaan			
1.	IRT	22	64,7
2.	Swasta	12	35,3
Riwayat Persalinan			
1.	Normal	8	23,5
2.	SC	26	76,5

Sumber : Data primer, 2025

Berdasarkan tabel 1 di atas diketahui bahwa mayoritas ibu primipara berusia antara 20 tahun sampai dengan 35 tahun yaitu sebanyak 32 ibu (94,2%). Adapun sisanya masing-masing sebanyak 1 ibu (2,9%) berusia kurang dari 20 tahun dan lebih dari 35 tahun. Untuk pendidikan, mayoritas ibu primipara memiliki tingkat pendidikan SMA yaitu sebanyak 18 ibu (52,9%), kemudian sebanyak 9 ibu (26,5%) dengan tingkat pendidikan SMP dan sebanyak 7 ibu (20,6%) memiliki tingkat pendidikan Sarjana. Untuk pekerjaan, paling banyak ibu primipara bekerja sebagai IRT yaitu sebanyak 22 ibu (64,7%) dan sisanya 12 ibu (35,3%) bekerja sebagai pegawai swasta. Sedangkan

untuk riwayat persalinan, paling banyak ibu primipara melahirkan secara SC yaitu sebanyak 26 ibu (76,5%) dan sisanya sebanyak 8 ibu (23,5%) melahirkan secara normal.

4.3. Analisis Univariat

Tabel 2. Tingkat Kecemasan Sebelum Pendidikan Kesehatan Pada Ibu Primipara Dalam Melakukan Perawatan Bayi Baru Lahir Di Rumah Sakit Sitti Khadijah

No.	Kecemasan Ibu Primipara (N=34)	Jumlah (N)	Persentase (%)
Sebelum Intervensi			
1.	Cemas Ringan	5	14,7
2.	Cemas Sedang	29	85,3

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 2 di atas diketahui bahwa paling banyak ibu primipara memiliki tingkat kecemasan dengan kategori sedang sebelum dilakukan intervensi yaitu sebanyak 29 ibu (85,3%), dan sisanya sebanyak 5 ibu (14,7%) memiliki tingkat kecemasan dengan kategori ringan.

Tabel 3. Tingkat Kecemasan Sesudah Pendidikan Kesehatan Pada Ibu Primipara Dalam Melakukan Perawatan Bayi Baru Lahir Di Rumah Sakit Sitti Khadijah

No.	Kecemasan Ibu Primipara (N=34)	Jumlah (N)	Persentase (%)
Sesudah Intervensi			
1.	Cemas Ringan	34	100,0
2.	Cemas Sedang	0	0,0

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 3 di atas diketahui bahwa mayoritas ibu primipara setelah dilakukan intervensi, seluruh ibu primipara memiliki tingkat kecemasan dengan kategori ringan yaitu 34 ibu (100%).

4.4. Analisis Bivariat

Tabel 4. Efektivitas Pendidikan Kesehatan Terhadap Kecemasan Pada Ibu Primipara Dalam Melakukan Perawatan Bayi Baru Lahir Di Rumah Sakit Sitti Khadijah

Kecemasan Ibu Primipara	Rerata $\pm$ SD	Selisih Rerata	P-value
Sebelum Intervensi	22,26 $\pm$ 2,4	9,05	0,000
Sesudah Intervensi	13,21 $\pm$ 1,4		

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 4 di atas didapatkan nilai rerata dan standar deviasi dari kecemasan ibu primipara sebelum intervensi maupun setelah intervensi. Untuk kecemasan ibu primipara sebelum intervensi diperoleh nilai rerata dan standar deviasi masing-masing sebesar 22,26 dan 2,4. Sedangkan untuk kecemasan ibu primipara sesudah intervensi diperoleh nilai rerata dan standar deviasi masing-masing sebesar 13,21 dan 1,4. Adapun selisih diantara keduanya adalah sebesar 9,05 (menurun).

Dari tabel diatas juga diperoleh nilai *p-value* dari uji statistik *paired t-test* yaitu sebesar 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata yang signifikan antara kecemasan ibu primipara sebelum intervensi maupun setelah intervensi (*p-value*<0,05). Maka dapat disimpulkan bahwa dengan adanya pendidikan kesehatan dapat mempengaruhi tingkat kecemasan ibu primipara dalam melakukan perawatan bayi baru lahir.

4.5. Pembahasan

1) Tingkat Kecemasan Sebelum Pendidikan Kesehatan Pada Ibu Primipara Dalam Melakukan Perawatan Bayi Baru Lahir Di Rumah Sakit Sitti Khadijah

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Rumah Sakit Sitti Khadijah diketahui bahwa sebelum dilakukan intervensi sebagian besar ibu primipara memiliki tingkat kecemasan dengan kategori sedang yaitu sebanyak 29 ibu (85,3%). Hal ini dapat dilihat dari jawaban responden pada kuesioner yaitu responden merasa khawatir akan menyakiti bayi saat membersihkan tali pusatnya, khawatir jika ASI tidak cukup untuk kebutuhan bayi, merasa takut jika bayi menangis terus saat dimandikan, karena mungkin terdapat kesalahan saat memandikannya.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan di Rumah Sakit Sitti Khadijah, diketahui bahwa mayoritas ibu primipara menunjukkan gejala kecemasan dengan tingkat sedang sebelum diberikan intervensi Kecemasan ini berbentuk kekhawatiran yang jelas terhadap aspek-aspek perawatan bayi yang mereka anggap sensitif dan berisiko. Misalnya, banyak ibu merasa cemas saat harus membersihkan tali pusat bayi karena takut menimbulkan luka atau infeksi akibat ketidaktahuan teknik yang benar. Selain itu, muncul rasa tidak percaya diri terhadap kemampuan menyusui, terutama ketika bayi tampak rewel atau tidak kenyang setelah menyusui, yang memunculkan asumsi bahwa produksi ASI mereka tidak mencukupi. Kecemasan juga tampak saat proses memandikan bayi, di mana beberapa ibu mengaku panik ketika bayi menangis keras, karena mereka merasa mungkin telah melakukan kesalahan dalam cara memegang, mengusap, atau suhu air yang digunakan. Kondisi ini menunjukkan bahwa kecemasan ibu primipara berkaitan erat dengan minimnya pengalaman dan pengetahuan tentang perawatan bayi baru lahir.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Rumah Sakit Sitti Khadijah diketahui bahwa sebelum dilakukan intervensi sebagian kecilnya memiliki tingkat kecemasan dengan kategori ringan yaitu sebanyak 5 ibu (14,7%). Hal ini terlihat dari jawaban responden pada kuesioner yaitu tidak merasa cemas jika tali pusat bayi tidak kering dan terlepas dengan sendirinya, tidak merasa cemas terkait posisi menyusui karena sudah membuat bayi nyaman dan tidak takut air mandi bayi terlalu panas atau terlalu dingin.

Berdasarkan hasil wawancara di Rumah Sakit Sitti Khadijah, ditemukan bahwa sebagian kecil ibu mengalami tingkat kecemasan dengan kategori ringan sebelum diberikan intervensi. Namun secara umum mayoritas ibu tidak menunjukkan kecemasan yang mengganggu secara signifikan. Hal ini karena mereka sudah memiliki pemahaman yang cukup baik dalam melakukan perawatan bayi baru lahir.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Mahmoodi et al, 2023) yang menjelaskan bahwa ibu dengan usia 20–35 tahun memang lebih mudah menerima edukasi kesehatan, tetapi ketika belum mendapat edukasi yang memadai, mereka lebih rentan mengalami kecemasan terkait kemampuan merawat bayi yang belum pernah dijalannya sebelumnya. Selain itu, ada beberapa responden yang memiliki tingkat pendidikan SMA belum sepenuhnya memahami langkah-langkah dalam melakukan perawatan bayi baru lahir. Hal ini sejalan dengan penelitian (Amelia & Sari, 2022) yang menyatakan bahwa tingkat pendidikan juga dapat mempengaruhi ibu dalam menerima informasi dan mempraktikkannya dengan benar khususnya terkait perawatan bayi baru lahir.

Penelitian oleh (Utami, Rachmawati, dan Sari., 2020) menunjukkan bahwa mayoritas responden (65%) mengalami kecemasan sedang dalam menghadapi tugas merawat bayi, seperti membersihkan tali pusat dan menyusui. Hal ini sejalan dengan penelitian (Wulandari dan Safitri, 2021), yang mengatakan bahwa sebanyak 68% ibu primipara mengalami kecemasan sedang mengenai ketakutan dalam melakukan kesalahan saat memandikan bayi.

Didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Amalia dan Kartika., 2022) juga menemukan bahwa 60% responden dalam penelitiannya berada pada tingkat kecemasan sedang, khususnya dalam hal kekhawatiran mengenai kecukupan ASI dan penanganan bayi yang rewel.

Penelitian yang dilakukan oleh (Mesa et al., 2023) di terhadap 820 ibu menunjukkan bahwa sekitar 36,1% ibu mengalami kecemasan ringan, dengan mayoritas tetap mampu menjalankan peran keibuannya secara efektif. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Bakhtyari et al., 2022) selama masa pandemi COVID-19 mencatat bahwa sekitar 27% ibu mengalami kecemasan pascapersalinan, di mana sebagian kecil berada pada tingkat ringan dan tidak mengganggu aktivitas harian. Didukung oleh penelitian (Shorey & Chan., 2021) mengenai kesehatan mental ibu menyusui secara global juga menunjukkan bahwa prevalensi kecemasan ringan berkisar antara 2,6% hingga 9,9%.

Temuan ini diperkuat oleh Lestari & Fitriyah, (2022). Yang menunjukan Ibu primipara ini dapat dijelaskan dari sisi psikologis dan fisiologis. Secara psikologis, masa transisi menjadi seorang ibu adalah fase krusial yang penuh dengan tekanan emosional, terutama bagi mereka yang belum memiliki pengalaman sebelumnya dalam merawat bayi. Ketidaktahuan akan cara merawat bayi seperti menyusui, memandikan, atau membersihkan tali pusat, dapat menyebabkan rasa takut dalam melakukan kesalahan yang dapat berpotensi membahayakan bayi. Secara fisiologis, perubahan hormon pascapersalinan, seperti penurunan kadar estrogen dan progesteron, terutama pada ibu dengan metode persalinan *sectio caesarea*. Sekitar 76,5% dari responden yang melahirkan dengan SC cenderung mengalami tingkat kecemasan lebih tinggi dibandingkan ibu dengan persalinan normal. Hal ini dapat dijelaskan oleh efek dari proses SC itu sendiri, yaitu terbatasnya aktivitas fisik pasca melahirkan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori *self-efficacy* (Kharisma & Safitri, 2023). Menurut teori ini, tingkat keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam melakukan tugas tertentu sangat memengaruhi bagaimana ia berpikir, merasakan, dan bertindak. Dalam teori ini, ibu primipara yang belum memiliki pengalaman sebelumnya cenderung memiliki *self-efficacy* yang rendah, sehingga muncul perasaan ragu, takut melakukan kesalahan, dan kekhawatiran berlebihan dalam merawat bayinya. Kurangnya informasi dan keterampilan praktis juga memperkuat persepsi bahwa mereka tidak mampu menjalankan peran barunya sebagai ibu secara optimal. Teori ini mendukung temuan wawancara bahwa kecemasan yang dialami oleh ibu tidak hanya disebabkan oleh masalah kesehatan tetapi lebih karena adanya pandangan atau keyakinan yang kurang baik terhadap kemampuan dirinya sendiri dalam melakukan perawatan bayi baru lahir.

Berdasarkan temuan yang diperoleh, peneliti berasumsi bahwa tingkat kecemasan yang dialami oleh ibu primipara sebelum mendapatkan intervensi berkaitan erat dengan kurangnya pengalaman, pengetahuan, serta rendahnya keyakinan diri dalam menjalani peran sebagai ibu baru. Kecemasan sedang yang dominan di antara responden menunjukkan adanya kekhawatiran spesifik terhadap aktivitas perawatan bayi yang dianggap memiliki risiko, seperti membersihkan tali pusat, menyusui, dan memandikan. Sementara itu, sebagian kecil ibu dengan kecemasan ringan cenderung memiliki bekal informasi atau pengalaman yang memadai, sehingga mampu merespons situasi dengan lebih tenang dan rasional. Hal ini memperkuat dugaan bahwa tingkat kecemasan sangat dipengaruhi oleh faktor internal seperti persepsi terhadap kemampuan diri (*self-efficacy*) dan faktor eksternal seperti dukungan informasi serta pendampingan tenaga kesehatan.

2) Tingkat Kecemasan Setelah Pendidikan Kesehatan Pada Ibu Primipara Dalam Melakukan Perawatan Bayi Baru Lahir Di Rumah Sakit Sitti Khadijah

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Rumah Sakit Sitti Khadijah diketahui bahwa setelah dilakukan intervensi seluruh ibu primipara memiliki tingkat kecemasan dengan kategori ringan yaitu sebanyak 34 responden (100%)

Setelah pelaksanaan intervensi berupa pendidikan kesehatan selama dua hari yang terbagi dalam tiga sesi, hasil evaluasi menunjukkan adanya penurunan signifikan pada tingkat kecemasan ibu primipara dalam melakukan perawatan bayi baru lahir. Sebanyak 34 responden (100%) yang sebelumnya didominasi oleh tingkat kecemasan sedang, menunjukkan perubahan ke arah kecemasan ringan setelah menerima materi edukasi mengenai pemberian ASI, perawatan tali pusat, serta cara memandikan bayi secara aman. Hal ini menandakan bahwa penyuluhan yang diberikan efektif dalam membekali ibu dengan pengetahuan dan keterampilan yang dibutuhkan untuk merawat bayinya dengan percaya diri.

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahayu (2021) yang menunjukkan bahwa 100% responden mengalami penurunan tingkat kecemasan menjadi kategori ringan setelah diberikan intervensi pendidikan kesehatan mengenai perawatan neonatus. Sejalan dengan penelitian Lestari dan Putri (2022) yang menyatakan bahwa pemberian penyuluhan kesehatan secara sistematis mampu menurunkan kecemasan pada ibu primipara hingga ke tingkat ringan. Selain itu, penelitian oleh Sari dkk. (2023) menguatkan bahwa edukasi mengenai perawatan bayi baru lahir secara langsung dan terstruktur sangat efektif dalam meningkatkan rasa percaya diri ibu serta menurunkan kecemasan mereka, dengan mayoritas responden mengalami pergeseran tingkat kecemasan dari sedang menjadi ringan.

Penurunan kecemasan ini sangat dipengaruhi oleh peningkatan pemahaman ibu dalam melakukan perawatan bayi baru lahir yang sebelumnya dianggap menakutkan atau membingungkan. Contohnya, pada sesi edukasi pemberian ASI, ibu diajarkan secara sistematis mulai dari teknik menyusui yang benar, posisi tubuh yang nyaman. Pemahaman ini menghilangkan rasa takut terhadap kekurangan ASI atau ketidaktepatan posisi menyusui yang sebelumnya menjadi sumber kecemasan.

Pada sesi berikutnya, informasi yang jelas tentang cara merawat tali pusat dan memandikan bayi terbukti sangat membantu menurunkan kekhawatiran ibu. Banyak ibu mengaku merasa lebih tenang setelah mengetahui bahwa perawatan tali pusat cukup dilakukan dengan kebersihan dan udara terbuka, tanpa perlu ditutup dengan bahan yang tidak steril. Begitu pula saat memandikan bayi, mereka memahami pentingnya persiapan alat mandi, pengaturan suhu air, serta teknik menggendong dan membasuh bayi dengan benar, yang membuat proses memandikan menjadi lebih aman dan menyenangkan.

Secara keseluruhan, keberhasilan intervensi ini menunjukkan bahwa ketidaktahuan dan kurangnya pengalaman adalah faktor utama penyebab kecemasan sedang yang sebelumnya dialami. Setelah ibu diberikan edukasi secara langsung, dan disertai dengan media seperti leaflet yang mudah dipahami, mereka menjadi lebih yakin terhadap kemampuan diri sendiri dalam merawat bayi. Hasil ini juga mendukung teori self-efficacy, yang menyatakan bahwa peningkatan pengetahuan dan keterampilan dapat memperkuat keyakinan individu dalam menjalankan peran atau tugas tertentu, sehingga mengurangi kecemasan yang dirasakan.

Kepercayaan individu terhadap kemampuannya untuk melakukan suatu tindakan atau menyelesaikan tugas tertentu akan memengaruhi cara berpikir, berperasaan, dan bertindak dalam menghadapi situasi. Dalam konteks ibu primipara, intervensi yang diberikan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan praktis mereka dalam merawat bayi, yang secara langsung memperkuat keyakinan diri mereka bahwa mereka mampu melaksanakan tugas keibuan dengan

baik. Ketika *self-efficacy* meningkat, persepsi terhadap situasi yang sebelumnya dianggap menakutkan atau penuh risiko, seperti menyusui, merawat tali pusat, dan memandikan bayi, berubah menjadi lebih positif dan terkendali. Akibatnya, kecemasan pun menurun dan tergolong dalam tingkat ringan yang adaptif. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi berbasis edukasi tidak hanya berdampak pada aspek pengetahuan, tetapi juga secara psikologis memperkuat kesiapan ibu dalam menjalani peran barunya (Laili, 2022).

3) Efektivitas Pendidikan Kesehatan Terhadap Kecemasan Pada Ibu Primipara Dalam Melakukan Perawatan Bayi Baru Lahir Di Rumah Sakit Sitti Khadijah

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Rumah Sakit Sitti Khadijah menggunakan uji statistik *paired t-test* diperoleh *p value* 0.000 ($p < 0.05$) sehingga ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kecemasan pada ibu primipara dalam melakukan perawatan bayi baru lahir di Rumah Sakit Sitti Khadijah.

Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Anjani (2018) yang menyatakan ada pengaruh pemberian pendidikan kesehatan terhadap kecemasan pada ibu primipara dalam melakukan perawatan bayi baru lahir usia 0-7 hari. Sejalan dengan penelitian Idyawati, dkk (2022) yang menyatakan ada pengaruh edukasi dengan Kecemasan Ibu Nifas dalam Perawatan Bayi Baru Lahir di Puskesmas Gerung.

Ibu yang baru pertama kali melahirkan sering merasa cemas untuk menghadapi peran barunya sebagai orang tua, apalagi dalam melakukan perawatan bayi baru lahir. Hal ini biasanya karena kurangnya pengetahuan dan pengalaman, serta rasa takut akan melakukan kesalahan yang dapat membahayakan bayi. Kecemasan yang berlebihan dapat berdampak negatif terhadap proses adaptasi ibu, kualitas perawatan yang diberikan, hingga kesehatan emosional ibu itu sendiri. Oleh karena itu, diperlukan upaya intervensi yang efektif untuk membantu ibu mengurangi kecemasan tersebut, salah satunya melalui pendidikan kesehatan (Kusumawati, dkk, 2020)

Pendidikan kesehatan berpengaruh besar dalam menurunkan kecemasan pada ibu yang baru pertama kali melahirkan (ibu primipara). Dengan memberikan informasi yang jelas dan mudah dimengerti tentang cara merawat bayi baru lahir, ibu lebih percaya diri dan siap menghadapi tantangan untuk merawat bayinya. Edukasi ini mencakup berbagai hal penting, seperti cara memandikan bayi, menyusui dengan benar, serta menjaga kebersihan tali pusat. Pengetahuan ini dapat membantu ibu untuk mengurangi rasa takut dan kebingungan sehingga tingkat kecemasan bisa ditekan (Sari, dkk, 2025).

Ibu yang baru pertama kali melahirkan (primipara) mengalami penurunan kecemasan yang awalnya sedang atau berat menjadi ringan. Interaksi langsung dengan tenaga kesehatan memberi ruang bagi ibu untuk bertanya dan berbagi masalah, sehingga terbentuk hubungan yang saling mendukung dan menyenangkan. Selain itu, edukasi yang diberikan secara berulang dan disertai praktik nyata terbukti lebih efektif dalam membantu kesiapan ibu dalam merawat bayinya (Purwaningsih & Rejeki, 2024).

Pendidikan kesehatan sangat penting dan strategis untuk membantu ibu yang baru pertama kali memiliki anak (primipara) melewati masa transisi menjadi orang tua. Dengan bertambahnya pengetahuan dan keterampilan, ibu bisa lebih percaya diri dan tenang dalam merawat bayinya dengan benar. Intervensi ini diharapkan menjadi bagian penting dalam pelayanan kesehatan ibu dan anak (Pramudianti, 2022).

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Rumah Sakit Sitti Khadijah tentang efektivitas pendidikan kesehatan terhadap kecemasan pada ibu primipara dalam melakukan perawatan bayi baru lahir dapat disimpulkan bahwa diperoleh kesimpulan :

- 1) Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Rumah Sakit Sitti Khadijah diketahui bahwa sebelum dilakukan intervensi sebagian besar ibu primipara memiliki tingkat kecemasan dengan kategori sedang yaitu sebanyak 29 ibu (85,3%) sebagian kecilnya memiliki tingkat kecemasan dengan kategori ringan yaitu sebanyak 5 ibu (14,7%).
- 2) Berdasarkan hasil penelitian tingkat kecemasan ibu primipara setelah diberikan edukasi kesehatan berubah signifikan, yaitu seluruh responden (100%) berada dalam kategori kecemasan ringan. Hal ini mengindikasikan bahwa edukasi kesehatan dapat meningkatkan pemahaman dan kepercayaan diri ibu dalam merawat bayi baru lahir.
- 3) Pendidikan kesehatan terbukti efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan ibu primipara, dengan nilai rata-rata kecemasan sebelum edukasi sebesar 22,26 (SD = 2,4) dan setelah edukasi sebesar 13,21 (SD = 1,4), selisih rata-rata sebesar 9,05. Hasil uji statistik ($p = 0,000$) juga mempertegas bahwa terdapat perbedaan signifikan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah edukasi, sehingga dapat disimpulkan bahwa edukasi kesehatan berpengaruh positif terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu primipara dalam melakukan perawatan bayi baru lahir

5. DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, A., Haim, U., Hidayat, N., & Marta, R. F. (2024). Pertentangan kecemasan dan perilaku dalam membentuk sikap politik masyarakat di masa pandemi COVID-19. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 22(1), 141-155.
- Amaia, N., & Kartika, Y. (2022). *Gambaran Kecemasan Ibu Primipara dalam Merawat Bayi Baru Lahir*. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 11(3), 155-162
- Amaia, W., Abdilah, H., & Tarwati, K. (2023). Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Pendidikan Profesi Ners. *MAHESA : Malahayati Heath Student Journa*, 3(10), 3326-3337.
- Amelia, L., & Sari, D. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Kecemasan Ibu Nifas. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan*, 10(1), 45-52.
- Andriani, D. F., & Utami, I. T. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Perawatan Tali Pusat Bayi Baru Lahir. *Human Care Journa*, 7(2), 375. <https://doi.org/10.32883/hcj.v7i2.1701>
- Anggraini, R. A. K. P. B. B. L. T. K. I. D. M. B. D. M. T. P. B. B. L. D. B. L. P., & Nopitasari, V. (2020). Pengaruh Asuhan Kebidanan Pada Bayi Baru Lahir Terhadap Kemampuan Ibu Dalam Memandikan Bayi Dan Merawat Tali Pusat Bayi Baru Lahir Di Bpm Lismarini Paembang. *Jurnal Kesehatan Abdurrahman*, 9(1), 1-11. <https://doi.org/10.55045/jkab.v9i1.99>
- Aninda Cahya Savitri, P., & Luh Indah Desira Swandi, N. (2023). Intervensi Kecemasan Pada Mahasiswa : Literature Review. *Psikobuletin:Buletin Ilmiah Psikologi*, 4(1), 43. <https://doi.org/10.24014/pib.v4i1.20628>
- Anjani, A. D. (2018). Efektifitas Pemberian Pendidikan Kesehatan Terhadap Kecemasan Pada Ibu Primipara Dalam Melakukan Perawatan Bayi Baru Lahir Usia 0-7 Hari. *JKM (Jurnal Kebidanan Maahayati)*, 2(3).

- Anisa, A., & Wulandari, E. (2020). Perbedaan Kecemasan Ibu Nifas Berdasarkan Jenis Persainan. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 7(2), 135–142.
- APRIANTI, D., SUSANTI, E., & KURNIYATI, K. (2023). Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Dalam Perawatan Bayi Baru Lahir Di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Curup Selatan Tahun 2022. *Journal Of Midwifery*, 11(1), 24–37. <https://doi.org/10.37676/jm.v11i1.4188>
- Aulia, D. R., & Putri, E. K. (2020). Pengaruh Status Pekerjaan Ibu terhadap Kecemasan dalam Perawatan Bayi. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 9(3), 215–224.
- Bakhtyari, M., Hosseini, S. A., Momenian, V., et al. (2022). Postpartum anxiety and depression during COVID-19 pandemic: A cross-sectional study in Iran. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 22(1), 645.
- Delima Mera, A. Y. (2019). Memandikan Bayi Dan Perawatan Tali Pusat Bayi Baru Lahir Di RSI Ibnu sina Yarsi Bukit tinggi. *Jurnal abdimas kesehatan Printis*, 1(1), 30.
- Delima Mera, A. Y. (2019). Memandikan Bayi Dan Perawatan Tali Pusat Bayi Baru Lahir Di RSI Ibnu sina Yarsi Bukit tinggi. *Jurnal abdima skesehatan Printis*, 1(1), 30.
- Fakhriyah Nur Mumtihan, Thamrin Halida, A. S. S. (2023). Asuhan Kebidanan pada Bayi Ny . N. *Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI*, 04(01), 22–32. <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/wom/article/view/wom4106>
- Farida, R., Wahyu, A., & Listiani, D. (2021). Hubungan Status Pekerjaan dengan Kecemasan Ibu Nifas dalam Perawatan Bayi Baru Lahir. *Jurnal Keperawatan Maternitas*, 5(1), 47–55.
- Gusti Ayu Eka Sukmawati, I., Eka Putri Saudia, B., & Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Mataram, J. (2023). Pengaruh Pijat Endorphine Dan Senam Nifas Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Nifas Primipara. *Jurnal Midwifery Update (MU)*, 5(1), 68–76. <http://jurnalmu.poltekkes-mataram.ac.id/index.php/jurnalmu>
- Harismayanti, H., Retni, A., Modjo, D., & Camaru, N. A. P. (2023). Hubungan Pendampingan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Inpartu Di Ruang Bersalin Rsia Siti Khadijah Kota Gorontalo. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4), 6564–6571. <https://doi.org/10.31004/jkt.v4i4.21206>
- Idyawati, S., Annisa, N. H., Afrida, B. R., & Aryani, N. P. (2022, July). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kecemasan Ibu Nifas dalam Perawatan Bayi Baru Lahir di Puskemas Gerung. In *Prosiding Seminar Nasional dan CFP Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo* (Vol. 1, No. 1, pp. 268-276).
- Indonesia, D. (2024). *TERAPI THOUGHT STOPPING SEBAGAI ALTERNATIF TERAPI UNTUK KECEMASAN PADA IBU POSTPARTUM*. 4(4), 218–226.
- Indraningsih. (2024). *Analisis asuhan keperawatan melalui intervensi Nonfarmakologis Teknik relaksasi autogenik terhadap kecemasan pada ibunifas di Rumah Sakit buah hati Ciputat*. 1.
- Istiqomah, A. L., Viandika, N., & Khoirun Nisa, S. M. (2021). Description of the Level of Anxiety in Post Partum. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 5(4), 333–339. <https://doi.org/10.20473/imhsj.v5i4.2021.333-339>
- Kamila, N. A., & Muliani, S. (2023). Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas tentang Perawatan Bayi Baru Lahir di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Karang Kota Mataram. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Farmasi*, 11(1), 1–3. <https://doi.org/10.51673/jikf.v11i1.1658>
- Kartika, & Lestari, H. E. P. (2021). Pemberian Edukasi Perawatan Bayi Baru Lahir Pada Kelas Ibu Hamil. *Jurnal Chakti Civitas Akademika*, 4(1), 38–44. <http://e-journal.lppmdianhusada.ac.id/index.php/jbca%0APEMBERIAN>
- Kharisma, I. P., & Safitri, G. (2023). Efikasi Diri dan Kestabilan Emosi pada Prestasi Belajar. *Educational Leadership: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 3(1), 28-39.
- Klinik, D. I., Anny, U., & Herlina, N. (2017). *3506-9001-1-Pb*. 14(1), 36–42.

- Kusumawati, P. D., Damayanti, F. O., Wahyuni, C., & Wahyuningsih, A. S. (2020). Analisa Tingkat Kecemasan Dengan Percepatan Pengeluaran ASI Pada Ibu Nifas. *Journal for Quality in Women's Health*, 3(1), 101–109.
- Laili, Y. N. U. (2022). *Hubungan Antara Berfikir Positif Dengan Efikasi Diri Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi* (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).
- Lestari, N. M., & Putri, A. Y. (2022). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Primipara dalam Merawat Bayi Baru Lahir di Puskesmas X. *Jurnal Kebidanan Nusantara*, 9(2), 45–51.
- Mahmoodi, A. (2023). Maternal Education and Its Impact on Reducing Anxiety in Primipara Mothers. *International Journal of Maternal Health*, 12(3), 178–187
- Marlina, E., Dawud, J., & Budiarti, A. (2021). Implementasi Kebijakan Kelas Ibu Hamil sebagai Bentuk Pemberdayaan Masyarakat dalam Upaya Penurunan Kematian Ibu di Kota Cimahi. *Jurnal Media Administrasi Terapan*, 2(1), 1–9. <https://doi.org/10.31113/jmat.v2i1.5>
- Maros, H., & Juniar, S. (2016). *Konsep Kelas Ibu Hamil*. 1, 1–23.
- Mesa (2023). Postpartum anxiety and associated factors in a sample of Spanish women: A cross-sectional study. *Midwifery*, 121, 103610.
- Munir, R., & Lestari, F. (2023). Edukasi Teknik Menyusui yang Baik dan Benar pada Ibu Menyusui. *Jurnal Abdi Mahosada*, 1(1), 28–34. <https://doi.org/10.54107/abdimahosada.v1i1.151>
- Nababan, I. N., & Sofiyanti, I. (2022). Perbedaan Psikologis Ibu Nifas Primipara dan Multipara di Puskesmas Cilamaya Kecamatan Cilamaya Wetan Kabupaten Karawang Jawa Barat Tahun 2021. *Journal of Holistics and Health Science*, 4(2), 202–208. <https://doi.org/10.35473/jhhs.v4i1.118>
- Novianti, K., Awan, F., Firmansyah, A., Nirmala, A. P., Sri, U. S., & Sri, U. S. (2024). Hubungan Antara Dukungan Sosial (Suami) Dan Kecemasan Terhadap Baby Blues Pada Ibu Melahirkan Di Kelurahan Ngadirejo Kecamatan Reban Kabupaten Batang Pendahuluan Periode kehamilan dan persalinan merupakan periode kehidupan yang penuh dengan. 3(3), 49–56.
- Nurbaiti, M. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Pada Tingkat Pengetahuan Ibu Post Partum Tentang Senam Nifas. *Citra Delima Scientific Journal of Citra Internasional Institute*, M 7(1), 45–48. <https://doi.org/10.33862/citradelima.v7i1.354>
- Pramudianti, D. N. (2022). *Meningkatkan Parenting Self-Efficacy pada Periode Awal Masa Nifas*. Penerbit NEM.
- Prasetyawan, R. D., & Rosuli, A. dkk. (2021). Standar Discharge Planning Terhadap Keterampilan Ibu Primipara Dalam Memandikan Bayi Baru Lahir. *Journal of Telenursing*, 3(1), 319–325.
- Purwaningsih, A., & Rejeki, S. (2024). Edukasi Tanggalp Primipara (Duta Primipara) Perawatan Masa Nifas dan Bayi Baru Lahir.
- Putri, D. & Wahyuni, E. (2023). Leaflet-Based Health Education and Maternal Anxiety. *Indonesian Journal of Health Education*, 11(4), 203–210.
- Rahayu, D. S. (2021). Efektivitas Pendidikan Kesehatan terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Ibu Primipara dalam Perawatan Neonatus. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 12(1), 33–40
- Riyanti, A. K., Andriana, N. Y., & Sari, L. I. (2020). Hubungan usia dan tingkat kecemasan ibu hamil menjelang persalinan. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 9(1), 1–12.

- Rofiqoch, I., Purwati, P., & Margiana, W. (2020). Pendidikan Kesehatan Mobilisasi Dini Pasca Bersalin. *Jurnal ABDIMAS-HIP: Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 60–63. <https://doi.org/10.37402/abdimaship.vol1.iss2.101>
- Rahmi, Y. & Setyawati, T. (2021). Self-Efficacy dan Kecemasan Ibu Baru. *Jurnal Psikologi dan Keperawatan*, 12(2), 90–97.
- Sari, M., Hapsari, I. D., & Nuraini, L. (2023). *Pemberian Edukasi Terstruktur dalam Mengurangi Kecemasan Ibu Primipara Terkait Perawatan Bayi Baru Lahir*. *Jurnal Keperawatan Ibu dan Anak*, 5(1), 22–29.
- Sari, N. N., Maifita, Y., Yanti, N. S. F., & Armalini, R. (2025). Hubungan Pendampingan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Primipara Tm Iii Dalam Menghadapi Persalinan. *Jurnal Kesehatan Sainika Meditory*, 8(1), 108-118.
- Sari, W. A. (2020). Hubungan Pengetahuan Ibu Menyusui Tentang Manfaat Asi Dengan Pemberian Asi Eksklusif Kabupaten Jombang. *JPK: Jurnal Penelitian Kesehatan*, 10(1), 6–12.
- Shorey, S., & Chan, V. (2021). A systematic review and meta-analysis of postpartum anxiety prevalence and risk factors. *Journal of Affective Disorders*, 291, 207–218.
- Susilawati, A. R., Rahmawati, F., & Wulandari, E. (2021). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kecemasan Ibu Nifas dalam Perawatan Bayi. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 3(1), 12–19
- Suriani, N., Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Konsep Populasi dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan. *Jurnal IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 24–36. <https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.55>
- Susilia Idyawati, Nurul Hikmah Annisa, Baiq Ricca Afrida, & Ni Puttu Aryani. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kecemasan Ibu Nifas Dalam Perawatan Bayi Baru Lahir di Puskesmas Gerung. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 5(2), 146–153. <https://jurnal.unw.ac.id/index.php/ijm/article/view/1819>
- Syahrianti, Fitriyanti Wa Ode, Askrening, & Yanthi Dwi. (2020). aaskrening,+214-223_HIJP_Vol+12(2)+2020_235_Syahrianti+dkk. *Ubungan Pengetahuan Dengan Kecemasan Ibu Nifas Dalam Merawat Bayi Baru Lahir*, 12, 214–223.
- Timiyatun, E., Oktavianto, E., Sunny, S., Surya, S., Yogyakarta, G., Studi, P., Keperawatan, I., & Quran, A. (2023). *PENGARUH TERAPI MUROTTAL TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN PADA PRIMIPARA THE EFFECT OF MUROTTAL THERAPY ON REDUCING ANXIETY IN PRIMIPARA PENDAHULUAN Primipara adalah ibu yang baru pertama pada kalinya primipara memiliki dimulai anak / anak dengan pertama . In. 11*, 18–25.
- Utami, D., Rachmawati, I. N., & Sari, N. P. (2020). *Tingkat Kecemasan Ibu Primipara dalam Merawat Bayi Baru Lahir di Wilayah Kerja Puskesmas X*. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 23(2), 115–121.
- Utami, R., Rachmawati, A., & Sari, A. (2021). Hubungan Jenis Persalinan dengan Kecemasan Ibu Nifas dalam Perawatan Bayi. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, 3(1), 89–98.
- Wulandari, E., & Safitri, D. (2021). *Tingkat Kecemasan Ibu Primipara dalam Perawatan Bayi Baru Lahir*. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 7(1), 44–50.
- Wulansari, E., Wirakhmi, I. N., & Susanti, I. H. (2023). Gambaran Tingkat Kecemasan Ibu dengan Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) di Ruang Nicu. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(2), 485–492. <https://doi.org/10.37287/jpppp.v6i2.2179>
- Yanti, E. M., Kurnia Utami, D., & Dwi Maulina, A. (2020). Faktor-Faktor Yang Menyebabkan Kecemasan Ibu Hamil Trimester Iii Di Puskesmas Wanasaba. *ProHealth Journal*, 17(1).

- Yanti, M. D., & Fatmasari, D. B. (2023). *Buku Psikologi Kehamilan, Persalinan, dan Nifas*. https://www.google.co.id/books/edition/Buku_Psikologi_Kehamilan_Persalinan_dan/Hq61EAAAQBAJ?hl=id&gbpv=0
- Yuanita, V. (2022). Perawatan Tali Pusat Pada Bayi Baru Lahir. *Community Development Journal : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(3), 1852–1854. <https://doi.org/10.31004/cdj.v3i3.9055>
- Yuliani, A. et al. (2022). Pendidikan Kesehatan dalam Meningkatkan Self-Efficacy Ibu Nifas. *Jurnal Psikologi Perilaku*, 7(1), 61–70.