

Pemanfaatan Media Video Dalam Mengatasi Kecemasan Primigravida Menghadapi Persalinan

Shinta Kristianti^{1,2,3}, Suwoyo², Ika Yuni Pratiwi³

^{1,2,3} Poltekkes Kemenkes Malang, Indonesia
kristiantishinta@gmail.com

MAJORY
 Malang Journal of Midwifery

Abstrak

Bagi seorang ibu kehamilan pertama (primigravida) merupakan salah satu masa krisis dalam hidupnya. Pada trimester ketiga sering disebut masa penantian dengan kewaspadaan penuh. Kecemasan dan ketakutan akan persalinan meningkat. Kecemasan tidak memiliki efek negatif bagi ibu hamil (terutama hamil pertama), dengan kecemasan akan meningkatkan kadar katekolamin sehingga mengganggu kemajuan persalinan dan terjadi persalinan lama. Kecemasan terjadi pada ibu dengan pengetahuan yang rendah tentang proses persalinan. Hal ini dikarenakan minimnya informasi yang didapat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan pada persalinan trimester III primigravida dengan media video terhadap kecemasan menghadapi persalinan. Desain penelitian adalah praeksperimen dengan one group pretest posttest design. Populasi penelitian berjumlah 15 ibu hamil, dengan simple random sampling diperoleh sampel sebanyak 14 responden. Instrumen penelitian yang digunakan adalah angket DASS, dianalisis *Wilcoxon Match Pairs Test* menggunakan standar error 0,05 maka $Z \text{ tabel} (1645) < Z \text{ hitung} (3295)$. Hasil penelitian menunjukkan tidak ada pengaruh pendidikan kesehatan pada primigravida persalinan trimester III dengan media video terhadap kecemasan menghadapi persalinan di Puskesmas Blabak. Berdasarkan hasil penelitian, diharapkan petugas kesehatan lebih variatif dalam memberikan informasi kepada primigravida sebelum persalinan.

Kata kunci: Kecemasan, Media Video, Pendidikan Kesehatan, primigravida

Abstract

*For a mother's first pregnancy (primigravida) is one period of crisis in his life. In the third trimester is often called the waiting period with full alertness. Anxiety and fear of childbirth increases. Anxiety has no negative effects for pregnant women (especially pregnant first), with the anxiety will increase catecholamine levels so as to interfere with the progress of labor and prolonged labor occurs. Anxiety occurs in women with low knowledge about the process of childbirth. This is due to the lack of information obtained. This study aims to determine the effect of health education in primigravida third trimester of labor with video media to anxiety facing labor. The study design was praeksperimen with one group pretest posttest design. The study population number of 15 pregnant women, with simple random sampling obtained a sample of 14 respondents. The research instrument used was a questionnaire DASS, analyzed *Wilcoxon Match Pairs Test* using a standard error 0.05 then the $Z \text{ table} (1645) < Z \text{ count} (3295)$. The results showed no effect of health education to primigravida third trimester of labor with video media to anxiety faced confinement in Puskesmas Blabak. Based on the results of the study, expected to be more varied health workers in giving information to primigravida before delivery.*

Keywords: Anxiety, Media Video, Health Education, primigravidas



PENDAHULUAN

Kehamilan pertama bagi seorang ibu (primigravida) merupakan salah satu periode krisis dalam kehidupannya (Sulistyorini, 2007). Primigravida sering memiliki pikiran yang mengganggu, sebagai pengembangan reaksi kecemasan terhadap cerita yang diperolehnya. Hal itu menyebabkan muncul ketakutan-ketakutan pada ibu primigravida yang belum memiliki pengalaman bersalin (Wulandari, 2006). Berdasarkan Profil Kesehatan Jawa Timur target angka kematian ibu pada tahun 2014 sebesar 346 per 100.000 kelahiran hidup, tahun 2015 sebesar 305 per 100.000 kelahiran hidup, dan pada tahun 2016 menyatakan bahwa target sebesar 305 per 100.000 kelahiran hidup, angka ini mengalami penurunan pada tahun 2015. Untuk tahun 2016 target AKI masih sama dengan tahun 2015. Angka Kematian Ibu (AKI) Provinsi Jawa Timur tahun 2014 mencapai 93,53 per 100.000 kelahiran hidup, tahun 2015 mencapai 89,6 per 100.000 kelahiran hidup dan pada tahun 2016 AKI Provinsi Jawa Timur mencapai 91,00 per 100.000 kelahiran hidup.

Setiap ibu yang akan memasuki masa persalinan maka akan muncul perasaan takut, khawatir, ataupun cemas terutama pada ibu primigravida/primipara. Perasaan cemas dapat meningkatkan nyeri, otot-otot menjadi tegang dan ibu menjadi cepat lelah yang pada akhirnya akan menghambat proses persalinan (Walyani dan Purwoastuti, 2016).

Kecemasan adalah kebingungan, kekhawatiran pada sesuatu yang akan terjadi dengan penyebab yang tidak jelas dan dihubungkan dengan perasaan tidak menentu dan tidak berdaya (Suliswati, 2005). Ketika ibu merasa sangat cemas menghadapi persalinan, secara otomatis

otak mengatur dan mempersiapkan tubuh untuk merasa sakit, akibatnya saat persalinan nanti persepsinya nyeri semakin meningkat (Danuatmaja, 2008). Kondisi psikologis yang dialami oleh ibu akan sangat berpengaruh terhadap perkembangan bayi (Sulistyawati, 2009). Faktor-faktor maternal seperti kecemasan, kurang persiapan dan rasa takut dapat berinteraksi dengan faktor-faktor lain yang menyebabkan partus lama (Padila, 2014).

Salah satu faktor yang menyebabkan kecemasan adalah pengetahuan yang rendah pada ibu primigravida tentang persalinan (Mansur dan Budiarti, 2014). Saran bagi wanita hamil, khususnya pada kehamilan pertama adalah mencari serta menggali informasi yang berkaitan dengan kesehatan fisik serta mental selama kehamilan, persalinan, pascasalin, dan perawatan bayi. Informasi tersebut sebaiknya diberikan oleh tenaga yang profesional dan berpengalaman agar informasi diperoleh dengan tepat (Dahro, 2012).

Upaya yang dapat dilakukan adalah salah satunya dengan memberikan informasi dan pendidikan kesehatan tentang persiapan persalinan dan proses melahirkan (Rukiyah, 2009). Penelitian Ernawati, N dan Hernowo, D (2015) yaitu pengaruh pemberian pendidikan kesehatan tentang proses persalinan terhadap tingkat kecemasan ibu primigravida trimester III, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan terdapat 7 ibu hamil yang mengalami kecemasan berat dan 5 orang mengalami kecemasan ringan hal ini disebabkan karena ibu hamil belum pernah mendapatkan informasi. Setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang proses persalinan terdapat 9 orang mengalami kecemasan



ringan dan 3 orang mengalami kecemasan sedang, dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian pendidikan kesehatan tentang proses persalinan terhadap tingkat kecemasan ibu hamil primigravida trimester III.

Tenaga kesehatan harus menyampaikan informasi yang tepat dan dalam bentuk yang dapat dimengerti. Seringkali fakta dan gagasan yang sama perlu disampaikan dengan penyajian yang berbeda-beda dan dengan beragam media. Mengingat hal tersebut, maka keberadaan media dalam pendidikan kesehatan mutlak diperlukan oleh para tenaga kesehatan. Media akan membantu dalam melakukan pendidikan kesehatan masyarakat, karena pesan-pesan kesehatan dapat disampaikan secara lebih jelas, sehingga sasaran (ibu hamil) akan menerima pesan tersebut dengan jelas dan tepat (Suiraoaka, 2012).

Salah satu media efektif yang digunakan untuk menyampaikan pendidikan kesehatan adalah menggunakan media audio visual. Dengan metode audiovisual ini memberikan pengalaman secara nyata kepada responden karena dapat melihat, mendengar secara langsung tentang hal-hal yang sedang dipelajari (Murtadlo dan Aqib, 2016). Menurut Aprilia dalam penelitian Arifah dan Aizar (2012) menyatakan bahwa video melahirkan dimaksudkan untuk menunjukkan kepada calon ibu bagaimana proses kelahiran itu terjadi. Video melahirkan dapat membantu para calon ibu memvisualisasikan bagaimana bayinya bergerak melalui jalan lahir selama persalinan. Dengan demikian akan membantu para calon ibu memiliki pandangan positif dari tahap persalinan dan mempersiapkan diri untuk menghadapi persalinan.

Hasil penelitian Arifah dan Aizar (2012) yang meneliti tentang kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan di klinik Hj. Hadijah Medan setelah menonton video proses persalinan normal, menunjukkan bahwa menonton video persalinan dapat menurunkan kecemasan pada ibu hamil dalam menghadapi persalinan. Dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan pre menonton video proses persalinan memperlihatkan bahwa mayoritas responden mengalami kecemasan berat sebanyak 8 orang, kecemasan sedang 6 orang dan kecemasan ringan 1 orang. Tingkat kecemasan post menonton video proses persalinan menunjukkan perubahan, dimana rata-rata tingkat kecemasan responden dalam menghadapi proses persalinan adalah kecemasan sedang sebanyak 13 orang, kecemasan berat 1 orang dan kecemasan ringan 1 orang.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Blabak dari 5 ibu hamil primigravida trimester III yang diwawancara mengenai kecemasan menghadapi persalinan didapatkan 4 orang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan. Kecemasan yang dialami oleh ibu primigravida diantaranya disebabkan karena baru pertama kali akan mengalami persalinan, cemas akan kemampuan mengejan, cemas tidak bisa melahirkan normal, rasa cemas terhadap kondisi bayinya yang tidak diinginkan seperti kondisi bayi cacat dan takut akan nyeri persalinan. Sehingga masalah kecemasan pada ibu primigravida harus diturunkan agar ibu hamil primigravida merasa aman dan nyaman dalam menghadapi persalinan.

Hasil wawancara pada beberapa petugas puskesmas mengenai metode yang



dilakukan dalam memberikan informasi bagi ibu hamil yaitu masih menggunakan metode konseling dan penyuluhan yang dilaksanakan pada kelas ibu hamil. Metode penyuluhan yang dilaksanakan pada kelas ibu hamil baik pada K1 maupun K4 yaitu dengan wawancara, menggunakan *leaflet* dan buku KIA sebagai alat bantu untuk menjelaskan informasi kepada ibu hamil. Salah satu petugas menjelaskan bahwa belum menggunakan media video untuk pelaksanaan penyuluhan atau pemberian informasi tersebut.

Informasi mengenai persiapan menghadapi persalinan pada ibu hamil diberikan oleh petugas pada saat ibu hamil kunjungan K4 atau pada saat ANC terpadu namun pemberian informasi tersebut hanya menjelaskan dengan media *visual* seperti buku KIA, tidak menggunakan media video atau yang lainnya.

Hasil penelitian Susanti, E, dkk (2015) yang meneliti perbandingan penggunaan media video dan metode ceramah dampak perilaku seksual pranikah terhadap pengetahuan dan sikap remaja di Kabupaten Rejang Lebong, menunjukkan remaja yang diberikan media video memiliki tingkat pengetahuan dan sikap yang lebih baik dari remaja yang diberikan metode ceramah ($p < 0,05$). Penggunaan media video memberikan peluang peningkatan pengetahuan sebesar 1,52 kali dan peluang peningkatan sikap sebesar 1,57 kali dibandingkan menggunakan metode ceramah. Simpulan dalam penelitian ini adalah penggunaan media video mempunyai pengaruh yang lebih baik dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja dibandingkan dengan menggunakan metode ceramah.

Penelitian ini menggunakan desain penelitian praeksperimen dengan rancangan *One Group Pretest Posttest* yang bertujuan untuk mengetahui hasil dari perlakuan dengan cara membandingkan kecemasan ibu sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan media video. Populasinya adalah semua ibu hamil primigravida trimester III yang ada di wilayah kerja Puskesmas Blabak Kabupaten Kediri yang berjumlah 15 responden, jumlah sampel yang digunakan sebesar 14 orang dengan menggunakan teknik pengambilan sampel secara *simple random sampling*.

Sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa pendidikan kesehatan melalui media video, responden diberikan kuesioner kecemasan skala DASS. Peneliti memberikan pendidikan kesehatan tentang persalinan (pengertian, tanda-tanda persalinan, persiapan persalinan, tanda bahaya, tahap-tahap persalinan dan cara mengurangi nyeri persalinan) dengan menggunakan media audio visual (video). Analisa data yang digunakan pada penelitian ini dengan menggunakan *Wilcoxon Match Pairs Test*, dengan taraf kesalahan 5%.

METODE PENELITIAN



HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kecemasan Responden Sebelum dan Sesudah Intervensi

Tingkat Kecemasan	Sebelum f (%)	Sesudah f (%)
Tidak ada kecemasan	2 (14)	4 (29)
Kecemasan ringan	2 (14)	5 (36)
Kecemasan sedang	4 (29)	3 (21)
Kecemasan berat	2 (14)	2 (14)
Kecemasan berat sekali	4 (29)	0

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang persalinan menggunakan media video mengalami kecemasan sedang (29%) dan berat sekali (29%). Sebagian besar responden sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang persalinan menggunakan media video mengalami kecemasan ringan (36%).

Tabel 2. Analisis Kecemasan Responden Sebelum dan Sesudah Intervensi

Z hitung	Z tabel	Kesimpulan
3,295	1,645	H_0 ditolak dan H_1 diterima

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan pada ibu primigravida trimester III tentang persalinan dengan media video terhadap kecemasan menghadapi persalinan di wilayah kerja Puskesmas Blabak (Z hitung 3,295).

DISKUSI

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu primigravida trimester III mengalami kecemasan dalam beberapa kategori dalam menghadapi persalinan sebelum dilakukan intervensi, yaitu tidak ada kecemasan (14%), kecemasan ringan (14%), kecemasan

sedang (29%), kecemasan berat (14%), dan kecemasan sangat berat (29%). Responden yang memiliki kecemasan dalam kategori kecemasan sangat berat (29%) dengan jumlah jawaban terbanyak pada item skala kecemasan yaitu diantaranya cemas yang berlebihan dalam suatu situasi namun bisa lega jika hal/situasi itu berakhir, ketakutan, khawatir dengan situasi dimana mungkin menjadi panik. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian menurut Maimunah, S (2009) tentang kecemasan ibu hamil menjelang persalinan pertama bahwa dari beberapa persentase tentang kecemasan yaitu kecemasan kondisi kehamilan dan keadaan diri, kecemasan calon bayi, kecemasan hal-hal seputar persalinan, dan kecemasan kondisi dan kesiapan diri dan keluarga, menunjukkan bahwa kecemasan tertinggi yang dialami oleh ibu primigravida trimester III ini adalah mengenai kecemasan hal-hal seputar persalinan (57,8%) dan kecemasan terendah adalah kecemasan kondisi dan kesiapan diri dan keluarga (4,4%). Masalah pada penelitian ini adalah muncul cerita-cerita negatif seputar persalinan merupakan hal yang sangat dicemaskan oleh ibu hamil di trimester tiga ini. Hal ini karena usia kehamilannya sudah mendekati proses persalinan.

Penelitian ini sebagian besar responden belum mendapatkan informasi mengenai proses persalinan yaitu 11 (79%) dari 14 responden sehingga kecemasan yang dialami responden dapat terjadi karena salah satu faktor yaitu kurangnya pengetahuan/informasi mengenai persalinan yang mempengaruhi kecemasan ibu primigravida trimester III dalam menghadapi persalinan. Pernyataan tersebut sesuai dengan yang dikutip oleh Mansur, H dan Budiarti, T (2014) menyatakan bahwa



Pengetahuan yang rendah mengakibatkan seseorang mudah mengalami kecemasan. Ketidaktahuan tentang suatu hal dianggap sebagai tekanan yang dapat mengakibatkan krisis sehingga dapat menimbulkan kecemasan. Kecemasan dapat terjadi pada ibu dengan pengetahuan yang rendah mengenai proses persalinan. Hal ini disebabkan karena kurangnya informasi yang diperoleh.

Hasil penelitian menunjukkan kecemasan ibu primigravida trimester III dalam menghadapi persalinan di wilayah kerja Puskesmas Blabak setelah diberikan intervensi, yaitu tidak ada kecemasan (29%), kecemasan ringan (35%), kecemasan sedang (21%), kecemasan berat (14%), dan tidak ada yang mengalami kecemasan sangat berat (0%). Hasil dari *post test* yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terjadi penurunan kecemasan pada ibu primigravida trimester III dalam menghadapi persalinan. Sebagian besar responden memiliki kategori tidak ada kecemasan dan kecemasan ringan dikarenakan responden mendapatkan informasi tentang persalinan dengan media video yang diberikan oleh peneliti.

Hasil penelitian Ernawati, N dan Hernowo, D (2015) yaitu pengaruh pemberian pendidikan kesehatan tentang proses persalinan terhadap tingkat kecemasan ibu primigravida trimester III, menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan terdapat 7 ibu hamil (58,3%) yang mengalami kecemasan berat dan 5 orang (41,7%) mengalami kecemasan ringan hal ini disebabkan karena ibu hamil belum pernah mendapatkan informasi. Setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang proses persalinan terdapat 9 orang (75%) mengalami kecemasan ringan dan 3 orang (25%) mengalami kecemasan sedang,

dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian pendidikan kesehatan tentang proses persalinan terhadap tingkat kecemasan ibu hamil primigravida trimester III.

Diketahui dalam penelitian ini sebagian besar responden mengalami perubahan kecemasan dari kategori kecemasan yang tinggi menurun menjadi kategori kecemasan yang lebih rendah dan 2 responden (14%) yang tetap dalam kategori tidak ada kecemasan namun skor nilai yang didapatkan menurun. Dikarenakan pemberian pendidikan kesehatan dengan menggunakan media video dapat meningkatkan pengetahuan dan sangat memungkinkan dapat menurunkan kecemasan pada ibu primigravida dalam menghadapi persalinan.

Sesuai dengan hasil penelitian Arafah dan Aizar (2012) meneliti tentang kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan di klinik Hj. Hadijah Medan setelah menonton video proses persalinan normal, menunjukkan bahwa menonton video persalinan dapat menurunkan kecemasan pada ibu hamil dalam menghadapi persalinan. Dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan sebelum menonton video proses persalinan memperlihatkan bahwa mayoritas responden mengalami kecemasan berat sebanyak 8 orang, kecemasan sedang 6 orang dan kecemasan ringan 1 orang. Tingkat kecemasan sesudah menonton video proses persalinan menunjukkan perubahan, dimana rata-rata tingkat kecemasan responden dalam menghadapi proses persalinan adalah kecemasan sedang sebanyak 13 orang, kecemasan berat 1 orang dan kecemasan ringan 1 orang.

Penggunaan salah satu media yang efektif digunakan untuk menyampaikan



pendidikan kesehatan yaitu menggunakan media audio visual seperti media video dikarenakan dengan media audio visual dapat melibatkan banyak panca indra (penglihatan, pendengaran, perasaan) sehingga penyerapan informasi lebih baik. Hal ini dikarenakan banyak manfaat yang didapatkan dengan menggunakan media audio visual. Sesuai yang dikutip oleh Sairaoka (2012) manfaat media audio visual yaitu: menarik perhatian, penonton dapat memperoleh informasi dari para ahli atau spesialis, dapat mempermudah demonstrasi yang dianggap sulit, kontrol sepenuhnya dipegang oleh guru atau pemberi pendidikan kesehatan, dapat diputar pada ruangan yang bercahaya, rekaman dapat diputar atau ditayangkan berulang kali, hemat waktu, dan *volume* dapat diatur sesuai keinginan.

Dari hasil penelitian Susanti, E, dkk (2015) yang meneliti perbandingan penggunaan media video dan metode ceramah dampak perilaku seksual pranikah terhadap pengetahuan dan sikap remaja di Kabupaten Rejang Lebong, menunjukkan remaja yang diberikan media video memiliki tingkat pengetahuan dan sikap yang lebih baik dari remaja yang diberikan metode ceramah ($p < 0,05$). Penggunaan media video memberikan peluang peningkatan pengetahuan sebesar 1,52 kali dan peluang peningkatan sikap sebesar 1,57 kali dibandingkan menggunakan metode ceramah. Simpulan dalam penelitian ini adalah penggunaan media video mempunyai pengaruh yang lebih baik dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja dibandingkan dengan menggunakan metode ceramah.

Dilihat dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti mengenai kecemasan menghadapi persalinan sebelum

dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan, dari 14 responden terdapat 12 responden (86%) mengalami penurunan kecemasan dari kategori kecemasan sangat berat ke kecemasan berat dan kecemasan sedang, dari kecemasan berat ke kecemasan sedang dan kecemasan ringan, dari kecemasan sedang ke kecemasan ringan dan tidak ada kecemasan, dari kecemasan ringan ke tidak ada kecemasan. 2 responden (14%) tetap dalam kategori tidak ada kecemasan namun skor/nilai yang didapatkan menurun dari *pre test* ke *post test* sehingga semua responden dalam penelitian ini mengalami penurunan kecemasan.

Hasil analisa data pengaruh pendidikan kesehatan pada ibu primigravida trimester III tentang persalinan dengan media video terhadap kecemasan menghadapi persalinan berdasarkan uji *Wilcoxon Match Pairs Test* didapatkan nilai $Z_{hitung} (3,295) > Z_{tabel} (1,645)$, maka H_1 diterima yang berarti Ada pengaruh pendidikan kesehatan pada ibu primigravida trimester III tentang persalinan dengan media video terhadap kecemasan menghadapi persalinan di wilayah kerja Puskesmas Blabak.

Pemberian informasi/pendidikan kesehatan dengan media video tentang persiapan menjelang persalinan baik fisik maupun psikis, dan informasi mengenai proses persalinan yang akan dihadapi nanti dapat membuat ibu hamil lebih siap dan lebih percaya diri dalam menghadapi proses persalinan sehingga kecemasan dalam menghadapi persalinan dapat menurun seperti yang terdapat pada hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti yaitu terjadi penurunan kecemasan dalam menghadapi persalinan pada ibu primigravida trimester III di wilayah kerja Puskesmas Blabak.



Hal ini sesuai dengan kutipan dalam buku Rukiyah (2009) Informasi dan pendidikan kesehatan: mengurangi pengaruh yang negatif misalnya kecemasan dan ketakutan sering ditimbulkan oleh cerita-cerita yang menakutkan mengenai kehamilan dan persalinan, pengalaman persalinan yang lampau atau karena kurangnya pengetahuan mengenai proses kehamilan dan persalinan. Keadaan tersebut perlu diimbangi dengan pendidikan mengenai anatomi dan fisiologi kehamilan dan persalinan kepada ibu hamil.

Upaya dalam menurunkan kecemasan pada ibu primigravida trimester III dalam menghadapi persalinan tidak hanya didapatkan dari mengikuti pendidikan kesehatan saja, melainkan dengan menerapkan informasi yang telah didapatkan dalam kehidupan nyata dengan didampingi oleh keluarga khususnya suami, maupun tenaga kesehatan. Semakin sering ibu hamil melakukan atau menerapkan informasi untuk mengurangi kecemasan dalam menghadapi persalinan, maka kecemasan ibu hamil tersebut akan mengalami penurunan.

PENUTUP

Pemberian pendidikan kesehatan pada ibu primigravida trimester III tentang persalinan dengan media video memiliki pengaruh terhadap kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan. Pemberian informasi/ pendidikan kesehatan dengan media video tentang persiapan menjelang persalinan baik fisik maupun psikis, dan informasi mengenai proses persalinan yang akan dihadapi nanti dapat membuat ibu hamil lebih siap dan lebih percaya diri dalam menghadapi proses persalinan, sehingga kecemasan dalam menghadapi persalinan dapat menurun. Tenaga

kesehatan dapat memberikan pendidikan kesehatan tentang persalinan yang termasuk dalam asuhan yang diberikan dengan metode dan media yang menarik dan bervariasi seperti media video, sehingga dapat membantu mengurangi kecemasan pada ibu primigravida trimester III.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia, Y. 2010. *Hipnostetri Rileks, Nyaman dan Aman Saat Hamil dan Melahirkan*. Jakarta: Gagas Media
- Aqib, Z & Murtadlo, A. 2016. *Kumpulan Metode Pembelajaran Kreatif dan Inovatif*. Bandung: Satu Nusa
- Arafah, C.T dan Aizar, E. 2012. Kecemasan Ibu Primigravida dalam Menghadapi Persalinan di Klinik Hj. Hadijah Medan Setelah Menonton Video Proses Persalinan Normal. *Jurnal USU*. Skripsi (<http://jurnal.usu.ac.id/index.php/jkk/article/download/325/198>) diakses tanggal 2 Nopember 2017 pukul 13.00 WIB
- Asmadi. 2008. *Teknik Prosedural Keperawatan: Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*. Jakarta: Salemba Medika
- Dahro, A. 2012. *Psikologi Kebidanan: Analisis Perilaku Wanita Untuk Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Danuarmaja, B. 2008. *Persalinan Normal tanpa Rasa Sakit*. Jakarta: Puspa Swara
- Ernawati, N dan Hernowo, D. 2015. Pengaruh Pemberian Pendidikan Kesehatan Tentang Proses Persalinan Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Trimester III. *Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti*. Volume 3, Nomor 3 (<https://jurnal.poltekkes-soepraoen.ac.id/index.php/HWS/rt/printerFriendly/110/0>) diakses tanggal 4 Desember 2017 pukul 09.30 WIB
- Maimunah, S. 2009. Kecemasan Ibu Hamil Menjelang Persalinan Pertama. Universitas Muhammadiyah Malang.



- Jurnal HUMANITY, Vol.V, No.1, Hal.61-67. Skripsi (<http://ejournal.umm.ac.id/index.php/humanity/article/view/830>) diakses tanggal 4 Desember 2017 pukul 12.00 WIB
- Mansur, H & Budiarti, T. 2014. *Psikologi Ibu Dan Anak Untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika
- Padila. 2014. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Rukiyah, A.Y, dkk. 2009. *Asuhan Kebidanan I (Kehamilan)*. Jakarta: TIM
- Suiraoaka, I.P, dkk. 2012. *Media Pendidikan Kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Sulistyawati, A. 2009. *Asuhan Kebidanan pada Masa Kehamilan*. Jakarta: Salemba Medika
- Sulistyorini, RR. I. R. 2007. Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Kelahiran Anak Pertama Pada Masa Triwulan Ketiga. *Skripsi*
- Suliswati, dkk. 2005. *Konsep Dasar Keperawatan Kesehatan Jiwa*; ed. Monica Ester. Jakarta: EGC
- Susanti, E, dkk. 2015. Perbandingan penggunaan media video dan metode ceramah dampak perilaku seksual pranikah terhadap pengetahuan dan sikap remaja di kabupaten rejang lebong. Bengkulu: *Universitas Padjajaran*. IJEMC, Vol.2, No.3 (<http://www.ijemc.unpad.ac.id/ijemc/article/download/60/49>) diakses pada tanggal 5 April 2018 pukul 09.00 WIB
- Walyani & Purwoastuti. 2016. *Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Wulandari, P. Y. 2006. Efektivitas Senam Hamil Sebagai Pelayanan Prenatal Dalam Menurunkan Kecemasan Menghadapi Persalinan Pertama. Surabaya: *Universitas Airlangga* (<http://www.journal.unair.ac.id/filerPDF/05%20-%20Efektivitas%20Senam%20Hamil%20sebagai%20Pelayanan%20Prenatal%20dalam%20Menurunkan%20Kecemasan%20Menghadapi%20Persalinan%20Pertama.pdf>) diakses pada tanggal 2 Nopember 2017 pukul 10.00 WIB.

