



Upaya Menghadapi Persalinan yang Nyaman dengan Persiapan Spiritual di Wilayah Kerja Puskesmas Pemulutan Kecamatan Pemulutan Ogan Ilir

Rosmiarti, Khairunnisa Humairo

Prodi DIII Kebidanan IKesT Muhammadiyah Palembang

Email: rosmiarti_5474@yahoo.com

Abstrak

Persalinan adalah proses membuka dan menipisnya dinding serviks untuk mengeluarkan hasil konsepsi. Salah satu faktor yang mempengaruhi persalinan adalah psikis ibu yang dalam hal ini erat kaitannya dengan spiritual ibu. Spiritualitas adalah kepercayaan terkait dengan Pencipta Yang Maha Esa. Keyakinan spiritual sangat penting bagi profesional kesehatan karena dapat mempengaruhi kesehatan dan perilaku klien, Doa dan afirmasi positif diyakini dapat menghilangkan energi negatif, melepaskan rasa takut, dan menciptakan keharmonisan dalam bentuk pikiran dan perasaan positif. Hal ini juga membantu bayi untuk dilahirkan dalam suasana yang tenang dan nyaman. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk menambah pengetahuan pada ibu hamil agar dapat menyiapkan proses persalinan yang nyaman dengan upaya spiritual. Sasaran pengabdian masyarakat ini adalah seluruh ibu hamil yang berkunjung ke Puskesmas Pemulutan Kecamatan Pemulutan. Pengabdian masyarakat ini dilakukan di Posyandu Pemulutan Ilir pada 09 Februari 2023 dengan metode diskusi mengenai proses kehamilan, persalinan, persiapan menyusui, praktik relaksasi, afirmasi dan doa ibu hamil yang dilakukan saat penyuluhan. Pada saat persalinan ibu diminta untuk menceritakan penerapan afirmasi dan proses persalinan sesuai dengan afirmasi dan doa yang ibu panjatkan. Penyuluhan kesehatan ini dilakukan selama 30 menit dan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab selama 10 menit dalam satu pertemuan kelompok. Hasil pengabdian masyarakat ini didapatkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan pada peserta kegiatan mengenai upaya menghadapi persalinan dengan persiapan spiritual setelah mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat ini.

Kata kunci: Persalinan, Nyaman, Spiritual, Ibu Hamil

Efforts to Facing Comfortable Labor with Preparation Spirituality in the Working Area of Pemulutan Health Center Pemulutan Ogan Ilir District

Abstract

Childbirth is the process of opening and thinning the cervical wall to expel the products of conception. One of the factors that influence childbirth is the mother's psychology, which in this case is closely related to the mother's spirituality. Spiritual beliefs are very important for health professionals because they can affect the health and behavior of clients. Prayers and positive affirmations are believed to be able to dispel negative energy, release fear, and It also helps the baby to be born in a calm and comfortable atmosphere. This community service activity aims to increase the knowledge of pregnant women so they can prepare for a comfortable delivery process with spiritual efforts. The target of this community service is all pregnant women who visit the Pemulutan Health Center. This community service was carried out at the Pemulutan Ilir Posyandu on February 9, 2023 with discussing methof about the process of pregnancy, childbirth, preparation for breastfeeding, relaxation practices, affirmations, and prayers for pregnant women during counseling. At the time of delivery, the mother was asked to tell about the application of the affirmations and the delivery process following the affirmations and prayers that the mother had said. This health education was carried out for 30 minutes and was followed by a 10-minute question and answer session in one group meeting. The results of this community service found that there was an increase in the knowledge of activity participants regarding efforts to deal with childbirth with spiritual preparation after participating in this community service activity.

Keywords: *Childbirth, Safe, Spirituality, Pregnant Mother*



PENDAHULUAN

Pengabdian kepada masyarakat merupakan salah satu dharma dari Dosen di Perguruan Tinggi Catur Dharma IKest Muhammadiyah Palembang. Dharma ini harus dijalankan oleh seluruh civitas akademika IkesT Muhammadiyah Palembang. Sesuai program yang direncanakan oleh Lembaga Penelitian Kepegawaian dan Inovasi IkesT Muhammadiyah Palembang, pelaksanaan pengabdian diprioritaskan sesuai dengan bidang pendidikan tinggi. Jadi kegiatan pelayanan berbentuk promosi Kesehatan yang bisa dilaksanakan dengan memenuhi kriteria mudah dilakukan dan menarik adalah penyuluhan. Penyuluhan adalah suatu kegiatan mendidik sesuatu kepada individu ataupun kelompok, memberi pengetahuan, informasi-informasi dan berbagai kemampuan agar dapat membentuk sikap dan perilaku hidup yang seharusnya. Hakekatnya penyuluhan merupakan suatu kegiatan nonformal dalam rangka mengubah masyarakat menuju keadaan yang lebih baik seperti yang dicita-citakan (Murdayah et al., 2021).

Ada beberapa pendapat mengenai pengertian persaliann menurut Moore, 2001 Persalinan adalah suatu proses fisiologis yang memungkinkan serangkaian perubahan yang besar pada ibu untuk dapat melahirkan janinnya melalui jalan lahir. Persalinan adalah suatu proses dimana seorang wanita melahirkan bayi yang diawali dengan kontraksi uterus yang teratur dan memuncak pada saat pengeluaran bayi sampai dengan pengeluaran plasenta dan selaputnya dimana proses persalinan ini akan berlangsung selama 12 sampai 14 jam (Prawirohardjo, 2020). Persalinan adalah suatu proses pengeluaran hasil konsepsi yang dapat hidup dari dalam uterus ke dunia luar. Persalinan dan kelahiran normal adalah proses pengeluaran janin yang terjadi pada kehamilan cukup bulan (37–42 minggu), lahir spontan dengan presentasi belakang kepala yang berlangsung dalam 18 jam, tanpa komplikasi baik pada ibu maupun pada janin (Jamil et al., 2017).

Kehamilan dan persalinan merupakan reaksi berantai yang tidak dapat dipisahkan dalam kehidupan seorang wanita normal. Ketika kita benar-benar siap (tubuh, pikiran dan jiwa), proses kehamilan dan persalinan bisa aman, lancar dan nyaman. Juga, jika penyedia dan klien secara sadar menggunakan konsep persalinan alami dan fokus pada semua aspek tubuh manusia secara holistik, ada kelembutan (persalinan lembut). Pergeseran paradigma yang tidak disadari telah membawa pada proses penyederhanaan di mana manusia menjadi robot yang tidak lagi terdiri dari tubuh, pikiran, dan jiwa. Proses persalinan kemudian menjadi peristiwa medis, sehingga wanita yang tidak cukup tahu cenderung menyerahkan tubuhnya kepada yang dianggap lebih berilmu. (Nurrochmi et al., 2019)



Fenomena ini, melalui fokus holistik pada semua aspek tubuh manusia, ada kesadaran baru tentang konsep persalinan alami. Konsep melahirkan disebut melahirkan lembut. Konsep persalinan yang tenang dan sopan menggunakan semua unsur alam. Tenang karena ibu dalam keadaan santai, tidak terburu-buru sopan santun karena ibu sudah meminimalisir rasa sakit. Pendekatan ini mengajarkan perempuan untuk bersatu, mempercayai isyarat fisik, dan mempercayai tubuh mereka berfungsi dengan baik sehingga komplikasi dapat dihindari dan diminimalkan (Novryanthi et al., n.d.).

Spiritualitas adalah kepercayaan yang terkait dengan Pencipta Yang Maha Esa. Keyakinan spiritual berusaha untuk menjaga keharmonisan dan harmoni dengan dunia luar. Mereka berjuang untuk mendapatkan kekuatan dalam menghadapi penyakit fisik, tekanan emosional, isolasi sosial, dan bahkan ketakutan akan kematian. Ini semua adalah kekuatan yang muncul di luar kekuatan manusia. Keyakinan spiritual sangat penting bagi profesional kesehatan karena dapat mempengaruhi kesehatan dan perilaku klien, Doa dan afirmasi positif diyakini dapat menghilangkan energi negatif, melepaskan rasa takut, dan menciptakan keharmonisan dalam bentuk pikiran dan perasaan positif. Hal ini juga membantu bayi untuk dilahirkan dalam suasana yang tenang dan nyaman. Kami percaya bahwa semua wanita mampu untuk hamil normal dan melahirkan secara alami, dan sangat meyakinkan untuk dipersiapkan sejak dini dan jauh sebelum pembuahan. Oleh karena itu, kesadaran pra-penciptaan ini diperlukan, dimulai dengan hubungan seksual yang sadar dan ilahi, kehamilan yang sehat dan bahagia, dan melahirkan anak yang baik, hingga menjadi orang tua yang penuh perhatian. Semuanya perlu dilakukan, bahkan sebelum pembuahan, karena janin baru hidup di dalam rahim calon bayi (Sr et al., 2019).

Pada seorang ibu hamil, kebutuhan spiritual meningkat dikarenakan adanya perubahan baik secara psikologis, biologis, maupun fisiologis. Kebutuhan spiritual pada ibu hamil akan membantu untuk menurunkan kecemasan yang terjadi pada ibu hamil jika terpenuhi (Tyastuti & Wahyuningsih, 2016). Seorang ibu hamil yang memiliki koping kecemasan adaptif, maka ia akan lebih banyak berdoa, beribadah, dan lebih banyak mengingat Tuhannya sehingga kebutuhan spiritual ibu hamil meningkat namun juga dapat terpenuhi. Jika kebutuhan spiritual ibu hamil tidak terpenuhi, maka hal ini dapat mengakibatkan respon maladaptive dari kecemasan yang dialami oleh ibu hamil dan berdampak pada perkembangan dan kesehatan ibu dan janin (Susiloningtyas et al., 2022).

Ibu hamil dengan kebutuhan spiritual terbesar adalah ibu hamil pada trimester III hingga usai persalinan. Pada ibu hamil trimester III merupakan puncak dari kecemasan



selama kehamilan dan muncul gejala perasaan baru pada calon bayi sekaligus perasaan khawatir pada proses persalinan. Terpenuhinya kebutuhan spiritualitas pada ibu hamil akan sangat menjaga perkembangan bayi dalam rahim dan membantu proses persalinan. Selain itu, terpenuhinya kebutuhan spiritualitas juga dapat mencegah ibu mengalami syndrome blues . Pemenuhan kebutuhan spiritual pada ibu hamil dapat diwujudkan dengan membaca kitab suci, berdoa lebih banyak, meditasi, praktik ritual sakral yang dianggap mampu memperkuat hubungan dengan Tuhan, sedekah, berkonsultasi dengan pemuka agama (Kurniarum, 2016).

MASALAH

Masyarakat pedesaan memiliki Karakteristik gotong royong, lokasi geografis sulit dijangkau, sebagian besar pendidikan dasar, berpenghasilan rendah, dan kurangnya teknologi informasi. Untuk promosi kesehatan dibutuhkan sesuatu yang mudah dilakukan, menarik dan inovatif.

Bidan melalui perannya dapat turut serta mengupayakan untuk menolong ibu untuk mempersiapkan diri menghadapi persalinan dengan baik dan sehat.

Berdasarkan analisis situasi di lingkungan mitra maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:1). Jumlah ibu hamil yang memasuki trimester ketiga cukup banyak 20 orang 2). Ibu hamil belum mendapatkan pendampingan secara maksimal yang berkaitan *intranatal care* edukasi dan persiapan spiritual sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan kesiapan ibu menghadapi persalinan. 3). Hasil survey dan wawancara dengan kader masyarakat termasuk kaum ibu memiliki antusias yang tinggi dalam upaya meningkatkan kesehatan sehingga ini merupakan peluang yang sangat baik untuk memberikan pendampingan dan persiapan spiritual sebagai upaya meningkatkan kesiapan ibu menghadapi persalinan.

Program pengabdian masyarakat dengan dukungan kompetensi di bidang kesehatan terutama pada ibu hamil dapat membantu meningkatkan kesehatan terutama pada ibu hamil yang akan menjalankan proses persalinan agar persalinan dapat berjalan dengan normal dan sehat melalui intervensi persiapan spiritual sebagai upaya meningkatkan kesiapan ibu menghadapi persalinan

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilakukan pada 09 Februari 2023 yang bertujuan untuk memberikan pengetahuan tentang upaya Menghadapi Persalinan yang



Nyaman dengan Persiapan Spiritual di Wilayah Kerja Puskesmas Pemulutan dan juga untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil terhadap persiapan persalinan terutama dengan metode spiritual. Melalui kegiatan ini tim pengabdian kepada masyarakat dapat memberikan edukasi dalam penyebarluasan informasi kepada ibu hamil melalui diskusi mengenai proses kehamilan, persalinan, persiapan menyusui, praktik relaksasi, afirmasi dan doa ibu hamil yang dilakukan saat penyuluhan. Setelah proses pemberian materi dan latihan selanjutnya dievaluasi pada saat persalinan. Ibu diminta untuk menceritakan penerapan afirmasi dan proses persalinan sesuai dengan afirmasi dan doa yang ibu panjatkan

Selain itu agar informasi tentang upaya Menghadapi Persalinan yang Nyaman dengan Persiapan Spiritual Di Wilayah Kerja Puskesmas Pemulutan dapat diakses masyarakat secara luas maka tim pengabdian kepada masyarakat menyusun luaran berupa publikasi ilmiah, publikasi pada media masa, modul, dan buku ajar.

Luaran yang diharapkan dapat dicapai dalam pengabdian masyarakat ini adalah terbentuknya kelompok ibu hamil yang memiliki kesiapan yang baik saat menghadapi persalinan dan mampu melahirkan dengan normal dan sehat baik ibu maupun bayi yang dilahirkan serta pempublikasian hasil pengabdian masyarakat di media umum seperti koran yang diharapkan dapat memperluas cakupan pengetahuan masyarakat umum tentang kesiapan dalam menghadapi persalinan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran karakteristik reponden adalah rata-rata usia responden 20-25 tahun, paritas 1-3 orang dan pekerjaan ibu rumah tangga. Rata-rata nilai pre tes 47,5 dan post test 65 dan rata-rata skala distress 11-12, yang artinya ibu-ibu relative tenang dan perlu konsultasi untuk meningkatkan kesiapan menghadapi persalinan. Hasil pre tes dan post tes adalah terdapat peningkatan tingkat pengetahuan ibu tentang kehamilan dan persalinan. Hasil pretest dan posttest menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu tentang konsepsi mengalami peningkatan dari masa konsepsi hingga usia kehamilan 40 minggu, dengan sadar akan adanya kehamilan, saya berharap ibu dapat menjalani semua prosesnya dengan nyaman dan bahagia, serta masalah yang dihadapi dapat ditangani dengan baik, sehingga tidak menimbulkan masalah jangka panjang yang tidak terselesaikan.

Penting juga untuk mengetahui dan memahami proses persalinan, dimulai dengan mengetahui tanda-tanda persalinan, tahapan persalinan, apa yang harus dilakukan pada setiap tahapan, tindakan untuk memberikan kenyamanan pada ibu dan bidan, agar terbebas



dari trauma persalinan yang lalu, dengan pengetahuan tersebut, harus disadari bahwa pengetahuan memegang peranan yang sangat penting bagi calon orang tua seperti halnya pada masa kehamilan dan persalinan. Ketika pasangan merasa mereka tidak tahu apa-apa atau apa yang harus dipersiapkan, apa yang terjadi di tubuh mereka, atau prosesnya, menghadapi proses itu bisa menakutkan. Jika terjadi kecelakaan, saya tidak tahu harus berbuat apa. Karena ketidaktahuan ini, calon orang tua seringkali menyerahkan segalanya kepada petugas Kesehatan (Murdayah et al., 2021)

Bila pengetahuan yang dimiliki ibu rendah atau kurang maka dia tidak tahu apa yang akan membuat ibu panic bila tanda-tanda persalinan muncul dan tidak tahu apa harus dilakukan, ketika proses dimulai dengan kontraksi yang semakin inten bila tidak tahu cara mengatasikannya akan membuat ibu frustrasi dan menyerah pada petugas kesehatan dan tidak jarang tindakan medis yang diambil menimbulkan trauma untuk ibu. Bila ibu pada persalinan sebelumnya mengalami trauma maka pada persalinan selanjutnya akan muncul trauma baru bila trauma sebelumnya tidak diatasi sampai tuntas. Berbeda bila ibu memiliki tingkat pengetahuan tinggi dan mau memberdayakan diri untuk melakukan persiapan persalinan dengan baik semua kepanikan dan trauma kemungkinan besar tidak dialami oleh ibu (Mumtahanah & Aliza, 2022).

Hasil penilaian skala distress semua ibu hamil berada pada stress ringan. Hal ini menunjukkan bahwa semua ibu tidak mengalami masalah fisik dan psikologis yang merupakan salah satu tanda bahwa ibu hamil siap menghadapi persalinannya. Tingkat stress atau kecemasan sedang diakhir kehamilan merupakan sesuatu yang wajar dan bila mendapat penanganan yang baik diharapkan tidak meningkat menjadi stress berat. Upaya yang dilakukan adalah dengan berlatih relaksasi melalui *hypnobirthing*. Pada akhir sesi setiap harinya dilakukan relaksasi dan hasil evaluasi mereka menyatakan nyaman dan segar ketika proses relaksasi berakhir. Dan diharapkan ibu hamil dapat melakukan relaksasi secara mandiri di rumah (Nahar, 2018).

Proses kelahiran tidak akan dilupakan, dan akan terekam dengan jelas di benak ibu. Nyeri sebenarnya disebabkan oleh rasa takut dan cemas akan tahapan persalinan, dan biasanya kita berusaha menghindarinya sebisa mungkin. Kecemasan dan ketakutan dapat menyebabkan rasa sakit dan mempersulit kontraksi. Kecemasan dan ketakutan memompa adrenalin, yang membuat leher rahim menjadi kaku dan memperlambat proses persalinan. Kecemasan dan ketakutan dapat menyebabkan pernapasan tidak teratur dan mengurangi asupan oksigen sirkulasi tubuh dan bayi. Tetapi karena kepercayaan kita yang tertanam



bahwa persalinan itu menyakitkan, banyak orang percaya bahwa persalinan pasti menyakitkan dan kelahiran yang nyaman itu tidak mungkin (Lestari, 2021).

Rencana persalinan adalah tempat persalinan di Puskesmas Pemulutan, ditolong bidan yang ramah dan suasana kekeluargaan, didampingi suami yang aktif melakukan pijat, membelai lembut rambut dan diiringi music rileksasi. Dengan harapan anak lahir sehat, menjadi anak soleh dan solehah serta jenis kelamin sesuai dengan harapan. Yang paling pertama utama dan terpenting adalah persalinan harus aman bagi ibu, janin dan penolong. Hal tersebut menunjukkan bahwa semua ibu sudah berencana melahirkan di sarana pelayanan kesehatan dan juga menunjukkan kesadaran untuk berupaya mendapatkan proses persalinan yang aman dan nyaman, dan apabila terjadi komplikasi dapat tertangani segera (Nurrochmi et al., 2019).

Perencanaan persalinan harus dibuat oleh calon orang tua dengan mempertimbangkan bahwa persalinan merupakan pengalaman yang tak terlupakan dan dikenang sepanjang hidup, sehingga alangkah indah bila pengalaman tersebut adalah pengalaman menyenangkan jauh dari trauma (Ida & Afriani, 2021).

Empat (4) ibu yang diwawancarai menyatakan bahwa mereka menghadapi persalinan dengan lebih tenang dan meskipun prosesnya panjang (paling lama 2 hari dari mulas hingga persalinan), mereka dapat membandingkan dengan persalinan sebelumnya, menjalaninya dengan tenang. Sang suami bisa menemani persalinan. Dari wawancara dengan ibu dan suami diketahui bahwa pada persalinan kali ini istri lebih patuh meskipun suami sendiri masih panik saat kontraksi terjadi.

Saat kontraksi terjadi, ibu bersalin bernafas dengan kuat, berdoa dan berzikir sebagai bukti kepasrahan kepada Yang Maha Kuasa. Beberapa suami memijat daerah pinggang dengan lembut, membelai kepala dengan lembut, dan berempati merasakan kontraksi rahim istri. Salah satu cara paling efektif bagi ibu bersalin untuk meredakan nyeri persalinan adalah bernapas dan fokus. Pernapasan terjadi secara otomatis, dan dapat melelahkan saat persalinan, sehingga berguna bagi untuk mengatur pernapasan, terutama untuk membuat ibu merasa nyaman. Saat kita bernafas, itu memberitahu kita untuk fokus dan memperlambat pernapasan kita (Alifiyatur Rohmah, 2015).

KESIMPULAN

Hasil pretest dan posttest menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu tentang persalinan meningkat. Semua wanita hamil mengalami stres ringan yang dinilai dengan skala stres. Ibu hamil yang sudah melahirkan di Puskesmas Pemulutan mengaku lebih



tenang menghadapi persalinan, meski prosesnya lama (mulai merasakan mulas hingga melahirkan hingga 2 hari), namun bisa menghadapinya dengan tenang dibandingkan sebelumnya. Persiapan persalinan tidak hanya harus fisik, tetapi persiapan mental dan spiritual sangat penting dalam mempersiapkan menghadapi proses persalinan yang tidak dapat diprediksi. Semua fasilitas kesehatan dapat menambah materi persiapan spiritual dan pendampingan persalinan, dalam upaya mendapatkan pengalaman persalinan yang menyenangkan dan minim trauma.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan Terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu kegiatan Pengabdian ini, Pemerintah desa Pemulutan Ilir yang telah memberi dukungan dalam kegiatan pengabdian ini, bidan desa Pemulutan Ilir yang terlibat dan kader-kader desa yang telah berpartisipasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia Y, 2014, *Gentle Birth Balance*, Penerbit CV Andi Offset, Yogyakarta
- Alifiyatur Rohmah, S. (2015). *Intervensi Bimbingan Konseling Islam bagi Ibu Hamil dalam Menghadapi Persalinan di Desa Pladen Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus* (Issue September).
- Ida, A. S., & Afriani. (2021). Pengaruh Edukasi Kelas Ibu Hamil Terhadap Kemampuan Dalam Deteksi Dini Komplikasi Kehamilan. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(2), 345–350. <https://stp-mataram.e-journal.id/JIP/article/view/561>
- Jamil, S. N., Sukma, F., & Hamidah. (2017). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada Neonatus, Bayi, Balita dan Anak Pra Sekolah*. Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta.
- Kurniarum, A. (2016). *Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir* (A. Kurniarum & N. Huda (eds.)). Pusdik SDM Kesehatan.
- Lestari, N. K. P. (2021). Gambaran Pemenuhan Kebutuhan Psikologis dan Spiritual pada Ibu Hamil di Masa Pandemi di Wilayah Puskesmas Karangasem 1 Tahun 2021. *Repository Poltekkes Denpasar*, 6–37.
- Mumtahanah, S., & Aliza, N. F. (2022). Terapi Doa Dalam Pelayanan Pembinaan Spiritual Islam Untuk Mengurangi Tingkat Kecemasan Pasien Persalinan di Rumah Sakit. *Al-Ittizaan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 5(2), 58. <https://doi.org/10.24014/ittizaan.v5i2.15943>
- Murdayah, Lilis, D. N., & Lovita, E. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kecemasan Pada Ibu Bersalin. *Jambura Journal of Health Sciences and Research*, 3(1), 115–125.



<https://doi.org/10.35971/jjhsr.v3i1.8467>

- Nahar, M. (2018). *Hubungan Spiritual Support dengan Kecemasan dan Adaptasi Spiritual Ibu Hamil* (Issue 21).
- Novryanthi, D., Martini, E., Haryati, E., Dewi, S. K., Hamidah, E., & Sukabumi, U. M. (n.d.). *Pembangunan kesehatan diarahkan untuk meningkatkan derajat kesehatan dengan meningkatkan mutu serta kemudahan dalam pelayanan kesehatan yang terjangkau oleh seluruh lapisan masyarakat . Hal ini merupakan bagian dari upaya untuk masalah psikologis yang sering dikeluhkan ibu hamil , seperti kecemasan . Kecemasan perubahan fisiologis dan fungsi psikologis . Kecemasan ibu hamil adalah emosi yang maupun di luar kandungan trimester pertama , kedua , atau ketiga . Kecemasan yang fisik , kecemasan menghadapi persalinan , dan kecemasan dalam merawat anak. 5, 210–222.*
- Nurrochmi, E., Nurlina, N., & Padmawati, R. (2019). *Persiapan Spiritual Sebagai Upaya Menghadapi Persalinan Yang Nyamandi Wilayah Kerja Puskesmas Pamitran Kota Cirebon 2018. Edukasi Masyarakat Sehat Sejahtera (EMaSS): Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 1(2), 115–119.* <https://doi.org/10.37160/emass.v1i2.301>
- Prawirohardjo, S. (2020). *Ilmu Kebidanan* (T. Rachimhadhi & G. Winojosastro (eds.); Keempat). PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Sr, N., Megarezky, U., & Kamaruddin, M. (2019). *Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Menghadapi Persalinan di Rumah Sakit Siti Khadijah III Makassar. August.*
- Susiloningtyas, I., Sutrisminah, E., Astuti, Y., & Jayanti, M. (2022). *Efek Terapi Murottal Surat Ar-Rahman terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Kala I The Effect of Murottal Surat Ar-Rahman Therapy on the Level of Anxiety in Mothers During The Active Phase Of Labor. 13, 509–515.*
- Tyastuti, S., & Wahyuningsih, H. P. (2016). *Modul Bahan Ajar Cetak Kebidanan Asuhan Kebidanan Kehamilan. In Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. Pusdik SDM Kesehatan.*