

Analisis Kecemasan dan Citra Tubuh Trimester II dan III Pada Primigravida

Hafizah Tul Hasanah^{1*}, Widia Lestari², Rismadefi Woferst³

^{1,2,3}Fakultas Keperawatan Universitas Riau, Jalan Patimura No 9 gedung G Pekanbaru Riau
Email: hafizah.tul4050@student.unri.ac.id^{1*}

Abstrak

Kecemasan dan citra tubuh merupakan masalah psikologis yang sering terjadi pada ibu hamil terutama pada ibu primigravida. bertujuan untuk menganalisis kecemasan dan citra tubuh pada ibu primigravida trimester II dan III di wilayah kerja puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru. Desain penelitian deskriptif kuantitatif dengan sampel 60 orang ibu hamil trimester II dan III yang sesuai kriteria inklusi menggunakan teknik purposive sampling. Menggunakan analisis univariat. Hasil penelitian didapatkan 43 orang ibu hamil trimester II dan 17 orang trimester III. Pada trimester II didapatkan kecemasan sedang sebanyak 30.2%, sangat berat dan normal masing-masing 25.6%, berat sebanyak 11.6% dan ringan sebanyak 7%. Primigravida trimester III dengan kecemasan berat sebanyak 35,3%, sangat berat sebanyak 29,4%, serta kecemasan sedang dan normal masing-masing 17,6%. Primigravida trimester II dengan citra tubuh positif sebanyak 51.2 % dan citra tubuh negatif sebanyak 48.8%. Primigravida trimester III dengan citra tubuh negatif sebanyak 52.9% dan citra positif sebanyak 47.1%. Ibu primigravida trimester III tampak memiliki kecemasan yang cukup berat dan persepsi terhadap citra tubuh yang negatif sedangkan pada primigravida trimester II memiliki kecemasan sedang dan citra tubuh positif. Saran agar ibu hamil dapat memahami perubahan pada kehamilan merupakan hal wajar, dan dapat mengurangi kecemasan dengan menambah wawasan seputar kehamilan.

Keywords: Citra tubuh, Kecemasan, Primigravida

PENDAHULUAN

Gravida adalah seorang wanita yang sedang mengalami kehamilan. Kehamilan merupakan persatuan sebuah sel telur dan sperma sebagai awalnya suatu kehamilan (Fauziah & Sutejo, 2012). Sumber lain mengklaim bahwa kehamilan adalah rentang waktu di mana seorang wanita memiliki embrio atau janin di dalam dirinya selama kurang lebih 40 minggu (Janiwarty & Pieter, 2013). Di Indonesia, terdapat 5.256.483 orang hamil pada tahun 2019 (Kemenkes, 2020). Menurut informasi yang diberikan oleh Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru, di Kota Pekanbaru secara keseluruhan terdapat 25.554 ibu hamil pada tahun 2019 dan 25.615 pada tahun 2020

(Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru, 2021). Kehamilan menyebabkan seorang wanita berubah dalam banyak hal, termasuk penampilan fisiknya, kadar hormonnya, dan kondisi mentalnya. Khususnya pada ibu hamil primigravida, perubahan psikologis dapat berdampak signifikan terhadap status kehamilan ibu.

Wanita yang baru pertama kali hamil disebut primigravida (Atiqoh, 2020). Karena ini merupakan pengalaman baru bagi ibu hamil primigravida, maka dampak perubahan psikologis pada kehamilannya tentu akan sangat dirasakan oleh mereka. Ibu hamil primigravida mengalami berbagai perubahan psikologis tergantung pada usia kehamilan ibu.

Trimester I (0–12 minggu), Trimester II (13–24 minggu), dan Trimester III (25–42 minggu) adalah tiga kelompok usia kehamilan. Aturan dasarnya adalah trimester pertama adalah waktu penyesuaian, trimester kedua adalah waktu bagi ibu hamil untuk merasa nyaman dan bebas dari ketidaknyamanan yang biasa dialami ibu selama kehamilan di trimester sebelumnya, dan trimester ketiga adalah masa penyesuaian diri dan merupakan periode penantian penuh kewaspadaan.

Tak dapat dipungkiri bahwa sikap ibu terhadap kehamilan khususnya ibu hamil primigravida sangat dipengaruhi oleh perubahan psikologis pada trimester kedua dan ketiga. Ibu hamil primigravida pada trimester kedua biasanya mengalami perubahan psikologis berupa rasa khawatir yang biasanya dirasakan sebagai rasa khawatir jika sewaktu-waktu akan melahirkan sehingga meningkatkan kewaspadaan ibu. Kekhawatiran ini dapat diperparah dengan kekhawatiran ibu jika janin yang akan dilahirkan nanti tidak normal sehingga meningkatkan kecenderungan ibu untuk lebih protektif terhadap janinnya. Selain itu, ibu sering mengalami perubahan emosi saat janin mulai aktif bergerak di dalam rahim, yang membuat ibu lebih sadar dan peduli terhadap janinnya, hal ini juga dipengaruhi oleh peningkatan libido pada ibu sehingga meningkatnya keinginan untuk berhubungan seksual, namun ibu khawatir bila melakukan hubungan seksual akan melukai janin dalam kandungannya

membahayakan anak yang belum lahir (Pieter & Lubis, 2013). Perubahan psikologis yang biasanya terjadi pada ibu pada trimester ketiga berupa rasa tidak nyaman yang ditimbulkan oleh kehamilannya, yang seringkali disebabkan oleh ibu yang merasa asing dan tidak menarik, serta sedih karena akan segera berpisah dengan bayinya serta kehilangan bayinya dan perhatian khusus yang mereka terima selama kehamilan mereka.

Selain perubahan fisik, ibu hamil trimester ketiga juga mengalami perubahan emosi. Para ibu sangat senang bertemu dengan bayinya tetapi mengkhawatirkan persalinannya, kesehatan bayinya saat lahir, dan tanggung jawabnya setelah bayinya lahir (Janiwarty & Pieter, 2013). Ibu pada contoh di atas mengalami perubahan psikologis yang normal terjadi pada ibu selama kehamilan. Namun, setiap ibu mengalami perubahan yang berbeda dan bereaksi terhadap perubahan tersebut dengan cara yang unik. Respons ini bisa menguntungkan atau negatif, tergantung apakah sang ibu memilih untuk menerima atau menolak perubahan fisik yang dialaminya saat hamil.

Menurut perubahan psikologis yang terjadi pada trimester kedua dan ketiga dan yang telah dijelaskan sebelumnya, para ibu mungkin khawatir penampilannya menjadi kurang menarik, merasa aneh, dan terlihat jelek. Perasaan tersebut tidak lepas dari perubahan fisik yang dialami ibu akibat kehamilannya, seperti perut yang membesar, timbangan berat badan yang

naik dengan cepat, penggelapan warna kulit di lipatan tubuh, dan stretch mark yang semakin jelas seiring bertambahnya usia janin di dalam rahim. Ini juga dapat disebut sebagai masalah citra tubuh. Menurut Yusuf, Fitryasari (2018), body image seseorang terbentuk dari semua sikapnya terhadap penampilan fisiknya, baik disadari maupun tidak. Sikap ini dapat mencakup kesan sebelumnya dan sekarang tentang tujuan, ukuran, batasan, signifikansi tubuh mereka, dan barang-barang yang selalu mereka sentuh di masa lalu dan sekarang.

Menurut studi pendahuluan yang dilakukan terhadap delapan ibu hamil primigravida pada trimester kedua dan ketiga, ditemukan bahwa tujuh dari delapan ibu juga mengalami kecemasan. Kehamilan ini merupakan yang pertama bagi ibu, sehingga ia merasa cemas dengan kelahiran yang akan terjadi, apakah ia dapat menahan rasa sakit saat melahirkan apakah bayi yang didalam kandungannya sehat dan normal saat dilahirkan, cemas akan kesiapan ekonomi dan kesiapan peran menjadi ibu. Sementara itu untuk respon akan citra tubuh empat dari delapan ibu hamil memberikan respon negatif akan perubahan tubuhnya. Respon tersebut berupa kekhawatiran akan bentuk tubuh yang semakin besar serta berat badan yang semakin bertambah serta akan sulit kembali setelah melahirkan, menggelapnya beberapa area tubuh seperti ketiak, leher serta lipatan paha, dan munculnya *stretch mark* pada perut ibu.

Normalnya, seorang ibu hamil akan beradaptasi terhadap perubahan yang

dirasakannya. Namun, tentunya adaptasi ini dipengaruhi oleh besarnya pemenuhan kebutuhan psikologis ibu hamil. Perubahan psikologis yang dialami seorang ibu berbeda-beda, tergantung pada beberapa faktor yang terdapat pada ibu yang tentunya juga berbeda-beda pada masing-masing individu sehingga tentunya adaptasi yang dilakukan setiap ibu dapat berbeda-beda juga. Berdasarkan hal tersebut maka peneliti ingin bagaimana gambaran tingkat kecemasan dan respon citra tubuh pada trimester II dan III primigravida. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan dan respon citra tubuh pada trimester II dan III primigravida.

METODE

Metode penelitian yang digunakan yaitu deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian ini dilakukan dengan sampel sebanyak 60 ibu hamil primigravida yang terdiri dari 43 ibu trimester II dan 17 ibu trimester III dengan teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi dan eksklusi di wilayah kerja puskesmas Payung Sekaki, Pekanbaru. Kriteria inklusi: a) Ibu hamil yang bersedia menjadi subjek penelitian. b) Ibu hamil hamil dengan kehamilan normal (ibu yang tidak mengalami komplikasi), c) Ibu hamil yang merencanakan kehamilannya.

Kriteria eksklusi: Ibu hamil dengan komplikasi kehamilan (hiperemesis gravidarum, hipertensi gestasional, diabetes gestasional, pre-eklamsia dan anemia).

Penelitian ini menggunakan kuesioner MBSRQ atau *multidimensional body-self*

relation questionnare untuk mengukur citra tubuh ibu dan DASS-21 untuk mengukur kecemasan. Analisis data menggunakan analisis univariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden

No	Karak teristik	Trimester II		Trimester III	
		Jml	%	jml	%
1	Usia responden				
	Resiko tinggi	2	4.7	1	5.9
	Usia produktif	41	95.3	16	94.1
Total		43	100	17	100
2	Pekerjaan				
	Bekerja	20	46.5	7	41.2
	Tidak bekerja	23	53.5	10	58.8
Total		43	100	17	100
3	pendidikan				
	SMP	1	2.3	0	0
	SMA	12	27.9	6	35.3
	Perguruan Tinggi	30	69.8	11	64.7
Total		43	100	17	100
4	Usia pernikahan				
	0-1 Tahun	32	74.4	6	35.3
	2-5 Tahun	8	18.6	11	64.7
	>5 Tahun	3	7	0	0
Total		43	100	17	100

Penelitian ini dilakukan kepada 43 ibu trimester II dan 17 ibu trimester III primigravida. Hasil penelitian menunjukkan dari 43 ibu trimester II primigravida angka terbanyak pada usia produktif (20-35 tahun) yaitu sebanyak 41 ibu (95,3%). Begitu juga pada ibu trimester III primigravida angka terbanyak pada usia produktif sebanyak 16 ibu (94.1 %). Usia ibu primigravida cenderung pada usia produktif yang mana dapat dikategorikan usia subur. Usia ini berpengaruh terhadap kematangan ibu dalam menangani masalah psikologi kehamilan, semakin dewasa seseorang

maka semakin siap akan masalah psikologis yang dihadapi. Hasil penelitian tersebut sesuai dengan penelitian Hastanti (2019) yang memaparkan bahwa usia mempengaruhi kematangan kepribadian serta psikologi sehingga ibu hamil dengan usia yang lebih matang dapat beradaptasi dengan baik terhadap stresor yang ditimbulkan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan kepada ibu hamil trimester II hampir seimbang yaitu ibu yang bekerja sebanyak 20 orang (46.5%) dan ibu tidak bekerja 23 orang (53.5%). Sedangkan ibu trimester III angka terbanyak pada kategori tidak bekerja sebanyak 10 orang (58.8%) dan ibu yang bekerja sebanyak 7 orang (41.2%). Menurut peneliti rerata ibu tidak bekerja saat memasuki masa kehamilan karena tidak diizinkan oleh keluarga, hal ini menyebabkan ibu hanya berdiam dirumah dan lebih sering berpikiran negatif sehingga dapat meningkatkan resiko kecemasan dan citra tubuh negatif. Penelitian ini sejalan dengan Puspitasari dan Wahyuntari (2020) yang menjelaskan ibu hamil yang tidak bekerja sering memiliki pemikiran negatif dan kurang mendapatkan informasi sehingga meningkatkan kecemasan semasa kehamilan. Hasil penelitian menunjukkan usia pernikahan ibu trimester II terbanyak pada kategori 0-1 tahun sebanyak 32 orang (74.4%). Sedangkan usia pernikahan ibu trimester III angka terbanyak kategori usia pernikahan 2-5 tahun sebanyak 11 orang (64,7%). Menurut peneliti hal ini juga dikarenakan kebanyakan ibu yang

memeriksa kandungannya di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki adalah ibu-ibu muda dengan usia pernikahan dibawah 5 tahun dan pasangan muda baru menikah. Hal ini didukung dengan data dari website badan pusat statistik provinsi riau bahwa ada sekitar 6512 pernikahan pada tahun 2021.

Tabel 2. Gambaran citra tubuh pada primigravida trisemester II

No	Citra Tubuh Trimester II	Jumlah	%
1	Positif	22	51.2
2	Negatif	21	48.8
Total		43	100

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada 60 ibu primigravida yang terdiri dari 43 ibu trimester II dan 17 ibu trimester III. Pada ibu trimester II menunjukkan bahwa citra tubuh pada responden hampir seimbang dengan gambaran citra tubuh positif sebanyak 22 orang (51,2%) yang hampir berimbang dengan gambaran citra tubuh negatif sebanyak 21 orang (48,2%). Sehingga menurut peneliti dapat dilihat ketidakpuasan pada ibu trimester II tidak selalu positif tergantung pribadi individu. Pada trimester II ini ibu sudah menerima kehamilan dan adanya kekhawatiran terhadap berat badan yang mulai meningkat lebih banyak dari trimester sebelumnya. Penelitian ini ditemukan banyak ibu yang tidak bekerja atau menjadi ibu rumah tangga sehingga ibu tidak terlalu memusingkan masalah bentuk tubuh sehingga ibu memiliki citra tubuh yang positif. namun sebagian ibu juga memiliki citra tubuh negatif yang hampir berimbang

asumsi peneliti dapat dikarenakan usia angka terbanyak responden 20-35 tahun yang mana sebagian besar berusia muda sehingga lebih memperhatikan masalah bentuk tubuhnya. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Pakasi, Zakiyah, dan Setyaningsih (2020), ibu hamil tidak serta merta percaya bahwa perubahan bentuk tubuh juga berdampak pada perubahan citra diri.

Tabel 3. Gambaran citra tubuh pada primigravida trisemester III

No	Citra Tubuh Trimester III	Jumlah	%
1	Positif	8	47.1
2	Negatif	9	52.9
Total		43	100

Sementara hasil penelitian dengan ibu primigravida trimester III menunjukan angka terbanyak ibu memiliki respon citra tubuh yang negatif sebanyak 9 orang (52,9%). Menurut peneliti hal ini dapat terjadi seiring pertambahan berat badan yang semakin besar pada trimester III dan ibu merasa tidak percaya diri dan tidak puas akan bentuk tubuhnya serta khawatir apakah bisa kembali seperti sebelum kehamilan. Sejalan dengan penelitian Juliadilla (2017) yang memunjukan adanya ketidakpuasan terhadap citra tubuh pada ibu hamil akibat penambahan berat badan yang berlebihan sehingga ibu menunjukan respon negatif terhadap perubahan citra tubuhnya.

Merujuk pada penelitian roomruangwong *et al* (2017) ditemukan keterkaitan yang signifikan antara ketidakpuasan terhadap citra tubuh dengan status dan gejala kecemasan. Hal ini dapat

dilihat dari data yang dikemukakan bahwa wanita yang memiliki ketidakpuasan terhadap citra tubuh cenderung memiliki kenaikan berat badan yang berlebih selama kehamilannya. Namun angka ibu dengan citra tubuh positif juga hampir berimbang sehingga dapat dilihat tidak selalu penambahan dan perubahan bentuk tubuh mempengaruhi ketidakpuasan terhadap ibu hamil. Perubahan bentuk tubuh yang terjadi pada ibu hamil tidak selalu menyebabkan perubahan citra tubuh. Citra tubuh dapat terbentuk dari bagaimana seseorang berpikir tentang dirinya

Gambaran Tingkat Kecemasan pada Primigravida

Tabel 4. Tingkat kecemasan pada primigravida trimester II

No	Tingkat Kecemasan Trimester II	Jumlah	%
1	Normal	11	25.6
2	Ringan	3	7
3	Sedang	13	30.2
4	Berat	5	11.6
5	Sangat berat	11	25.6
Total		43	100

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada 43 ibu primigravida trimester II dan 17 ibu primigravida trimester III, menunjukan bahwa angka terbanyak ibu primigravida trimester II memiliki tingkat kecemasan sedang sebanyak 13 orang (30,2%). Menurut peneliti hal ini dikarekan ibu yang memasuki usia kandungan timester II perlahan mulai berdamai dengan kehamilannya, sehingga ibu sudah mulai bisa beradaptasi terhadap gejala kehamilannya serta tidak lagi merasakan mual muntah yang mengganggu. Hal ini

sesuai dengan Pieter dan Lubis (2013) yang mengemukakan bahwa ibu hamil trimester II sudah mulai tenang dan dapat beradaptasi dengan kehamilan sehingga fokus perhatiannya lebih banyak ke bentuk tubuh, kehidupan seks dan ikatan batin terhadap janin yang berada didalam kandungannya.

Namun pada penelitian ini ditemukan juga ibu trimester II dengan kecemasan sangat berat sebanyak 11 orang (25,6%) dan ibu dengan kecemasan berat sebanyak 5 orang (11,6%), menurut peneliti hal ini dapat terjadi karena ini merupakan pengalaman pertama menghadapi kehamilan dan banyaknya ibu yang tidak bekerja sehingga dapat meningkatkan kecemasannya. Selanjutnya ditemukan juga ibu dengan ibu dengan tingkat kecemasan ringan sebanyak 5 orang (11,6) dan tingkat kecemasan normal sebanyak 11 orang (25.6%). Menurut peneliti hal ini terjadi karena ibu sudah mulai beradaptasi dengan kehamilannya sehingga memungkinkan ibu untuk tidak terlalu mencemaskan kehamilannya.

Tabel 5. Tingkat kecemasan pada primigravida trimester III

No	Tingkat Kecemasan Trimester III	Jumlah	%
1	Normal	3	25.6
2	Ringan	0	7
3	Sedang	3	30.2
4	Berat	6	11.6
5	Sangat berat	5	25.6
Total		17	100

Sementara itu hasil penelitian pada ibu primigravida trimester III ibu memiliki tingkat kecemasan berat sebanyak 6 orang (35,3 %) dan tingkat kecemasan sangat

berat sebanyak 5 orang (29.4%). Menurut peneliti ibu yang memiliki usia kandungan memasuki trimester III ibu cenderung memiliki kecemasan lebih berat karena semakin dekatnya persalinan, bagi ibu primigravida, ini merupakan hal baru dan pertama kalinya sehingga dapat meningkatkan kecemasan terkait kehamilan. Selain itu ditemukan itu juga ibu dengan kecemasan sedang dan kecemasan normal masing-masing sebanyak 3 orang (17.6%). Menurut asumsi peneliti hal ini karena ibu memiliki dukungan yang baik dari keluarga.

Sejalan dengan yang kemukakan Pieter dan Lubis (2013) ibu hamil trimester III akan merasa takut akan sakitnya persalinan dan khawatir akan keselamatan diri dan bayinya ketika persalinan. Selaras dengan penelitian Vftisia dan Afriyani (2021) kecemasan sering terjadi di trimester akhir, kecemasan ibu seputar dapatkah ibu menghadapi persalinan yang akan datang, apakah ibu dan bayi dapat selamat serta cemas dengan trauma yang akan ditimbulkan akibat persalinan. Hal ini didukung dengan penelitian Rahmawati dan Susanto (2019) yang mengungkapkan bahwa mayoritas ibu primigravida trimester III mengalami kecemasan yang ekstrim sebanyak 10 orang (33,33%). Tentu saja, tingkat kecemasan para ibu ini berbeda-beda, dan mereka mungkin dipengaruhi dengan cara yang berbeda oleh hal-hal seperti usia, lingkungan, pendidikan, dan sebagainya. Sesuai dengan penelitian Shodiqoh dan Syahrul (2014), yang menemukan bahwa pengaruh internal dan

eksternal dapat mempengaruhi bagaimana kecemasan digambarkan selama trimester ketiga. Berdasarkan penelitian Pakasi, Zakiyah, dan Setyaningsih (2020) kecemasan pada ibu hamil tidak selalu timbul karena perubahan fisiologis namun ada berbagai faktor lain yang mempengaruhinya.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukan karakteristik responden ibu primigravida trimester II berdasarkan usia sebagian besar berada pada usia tidak beresiko (20-35 tahun) yaitu sebanyak 41 ibu (95%), berdasarkan usia kandungan sebagian besar usia kandungan pada trimester II sebanyak 43 ibu (71,7%), berdasarkan pekerjaan mayoritas ibu tidak bekerja dan ibu rumah tangga sebanyak 33 ibu (55%), berdasarkan pendidikan mayoritas ibu memiliki pendidikan perguruan tinggi sebanyak 41 ibu (68,3%), dan berdasarkan usia pernikahan mayoritas responden merupakan ibu muda dengan usia pernikahan (0-1 tahun) sebanyak 38 ibu (63,3%).

Berdasarkan tingkat kecemasan angka terbanyak ibu primigravida trimester II memiliki tingkat kecemasan sedang sebanyak 13 ibu (30,2 %) sedangkan pada ibu primigravida trimester III pada tingkat kecemasan berat sebanyak 6 orang (35,3%). Berdasarkan respon citra tubuh angka terbanyak ibu primigravida trimester II memiliki respon citra tubuh positif sebanyak 22 orang (51,2 %) sedangkan pada ibu primigravida trimester III

memiliki respon citra tubuh negatif sebanyak 9 orang (52,9%).

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada pembimbing yang telah memberikan masukan dan bimbingan, penguji yang telah memberikan kritik dan saran demi kesempurnaan penelitian ini, sertakeluarga yang memberikan dukungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Atiqoh, R. N. (2020). Kupas Tuntas Hiperemesis Gravidarum Mual Muntah Berlebihan Dalam Kehamilan. Jakarta: Penerbit One Peach Media.
- Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru. (2020). Data Kesehatan Kota Pekanbaru Tahun 2020. Pekanbaru: Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru.
- Fauziah, Siti., & Sutejo. (2012). Buku Ajar Keperawatan Maternitas Kehamilan Vol. 1. Jakarta: Kencana.
- Fitriyah, Lailatul. (2018). Effect Of Media To Disordered Eating Mediated By Body Image On Adolescents. Reasearchgate.
- Hastanti, Heni. (2019). Primigravida Memiliki Kecemasan yang Lebih saat Kehamilan. Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal, 3(2).
- Janiwarty, B & Pieter, H. Z. (2013). Pendidikan Psikologi untuk Bidan Suatu Teori dan Terapannya. Yogyakarta: Rapha Publishing.
- Juliadilla, R. (2017). Dinamika Psikologis Perubahan Citra Tubuh pada Wanita pada Saat Kehamilan. Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah, 9(1), 57-66.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Profil Kesehatan Indonesia 2019. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia 2020.
- Pakasi, S. P., Zakiyah., & Setyaningsih, W. (2020). Hubungan Citra Tubuh dengan Tingkat Stres, Kecemasan dan Depresi pada Ibu Hamil. Binawan Student Journal (BSJ), 1(2), 172-177.
- Puspitasari, Ika., & Wahyuntari Evi. (2020). Gambaran Kecemasan Ibu Hamil Trimester III. University research collouium.
- Rahmawati, P. M., & Susanto, T. (2020). Kecemasan Ibu Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan. Konferensi Nasional (Konas) Keperawatan Kesehatan Jiwa, 4(1), 65-72.
- Roomruangwong, Chutima., et al. (2017). High Incidence of Body Image Dissatisfaction in Pregnancy and The Postnatal Period: Associations with Depression, Anxiety, Body Mass Index and Weight Gain during Pregnancy. Sexual & Reproductive Healthcare.
- Vftisia, Vistra. & Afriyani, Luvi Dian.(2022) Tingkat Kecemasan, Stress dan Depresi pada Ibu Hamil Trimester II dan III di PMB Ibu Alam Kota Salatiga. Indonesia Journal of Midwifery, 4(1).