

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU HAMIL DENGAN KEIKUTSERTAAN DALAM SENAM HAMIL MELALUI MEDIA ONLINE DI MASA PANDEMI COVID-19 DI PMB SITI NURCAHYANINGSIH, AMD.KEB., KECAMATAN LOWOKWARU, KOTA MALANG

Helena Bety¹, Dian Hanifah², Riski Akbarani³

¹²³Jl. Panji Suroso No. 6 Malang

¹helenabety761@gmail.com

²dianhanifah@gmail.com

³akbaraniriski@gmail.com

Abstrak: WHO menyatakan penyakit virus corona (covid-19) sebagai darurat kesehatan global. Pemerintah Indonesia telah menetapkan bencana non alam penyebaran covid-19 sebagai Bencana Nasional. Dalam menghadapi wabah bencana non alam covid-19 ini dilakukan kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) untuk mencegah penularan covid-19. Kondisi ini menyebabkan dampak terhadap kelangsungan pelayanan kesehatan masyarakat, termasuk pelayanan kelas ibu pada masa kehamilan di era pandemi covid-19. Pandemi covid-19 menyebabkan banyak pembatasan hampir ke semua layanan rutin dalam pelayanan kesehatan ibu dan anak, baik secara akses maupun kualitas, termasuk pembatasan dalam pelayanan kesehatan maternal dan neonatal, seperti adanya pengurangan frekuensi pemeriksaan kehamilan dan penundaan kelas ibu hamil. (Tambaru, Hilda and Theresia, 2020).

Tujuan: Mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap ibu hamil dengan keikutsertaan dalam kelas ibu hamil melalui media online di masa pandemic covid-19 di PMB Siti Nurcahyaningsih, AMd.Keb., Kecamatan Lowokwaru, Kota Malang

Metode: Penelitian ini menggunakan desain penelitian observasional dengan pendekatan cross sectional yaitu mempelajari hubungan pengetahuan dan sikap ibu hamil dengan keikutsertaan dalam senam hamil melalui media online dimasa pandemi Covid-19 dimana pengumpulan data sekaligus pada satu waktu.

Hasil: Pada penelitian ini didapatkan nilai Pearson Chi-Square sebesar 0,159 pada df 1, dan nilai probabilitas (p) sebesar 0,690 bahwa hubungan yang terjadi dari kedua variabel tersebut adalah tidak terdapat hubungan.

Simpulan: Tidak ada hubungan antara pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang senam hamil melalui media online di masa pandemi covid-19 di PMB Siti Nurcahyaningsih, AMd.Keb., Kecamatan Lowokwaru, Kota Malang

Kata Kunci: Pengetahuan, Sikap, Senam Hamil, Pandemi Covid-19

I. PENDAHULUAN

WHO menyatakan penyakit virus corona (covid-19) sebagai darurat kesehatan global. Pemerintah Indonesia telah menetapkan bencana non alam penyebaran covid-19 sebagai Bencana Nasional. Dalam menghadapi wabah bencana non alam covid-19 ini dilakukan kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) untuk mencegah penularan covid-19. Kondisi ini menyebabkan dampak terhadap kelangsungan pelayanan kesehatan masyarakat, termasuk pelayanan kelas ibu pada masa kehamilan di era pandemi covid-19. Pandemi covid-19 menyebabkan banyak pembatasan hampir ke semua layanan rutin dalam pelayanan kesehatan ibu dan anak, baik secara akses maupun

kualitas, termasuk pembatasan dalam pelayanan kesehatan maternal dan neonatal, seperti adanya pengurangan frekuensi pemeriksaan kehamilan dan penundaan kelas ibu hamil. (Tambaru, Hilda and Theresia, 2020).

Bencana nonalam yang disebabkan oleh Corona Virus atau covid-19 telah berdampak meningkatnya jumlah korban dan kerugian harta benda, meluasnya cakupan wilayah yang terkena bencana, serta menimbulkan implikasi pada aspek sosial ekonomi yang luas di Indonesia. Pemerintah telah menetapkan bencana nonalam ini sebagai bencana nasional melalui Keputusan Presiden Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2020 tentang Penetapan Bencana Nonalam Penyebaran

Corona Virus Disease 2019 (covid-19) sebagai Bencana Nasional. Dalam situasi normal, kematian ibu dan kematian neonatal di Indonesia masih menjadi tantangan besar, apalagi pada saat situasi bencana. Saat ini,

Indonesia sedang menghadapi bencana nasional nonalam covid-19 sehingga pelayanan kesehatan maternal dan neonatal menjadi salah satu layanan yang terkena dampak baik secara akses maupun kualitas. Dikhawatirkan, hal ini menyebabkan adanya peningkatan morbiditas dan mortalitas ibu dan bayi baru lahir. Dalam situasi pandemi covid-19 ini, banyak pembatasan hampir ke semua layanan rutin termasuk pelayanan kesehatan maternal dan neonatal. Seperti

ibu hamil menjadi enggan ke puskesmas atau fasilitas pelayanan kesehatan lainnya karena takut tertular, adanya anjuran menunda pemeriksaan kehamilan dan kelas ibu hamil, serta adanya ketidaksiapan layanan dari segi tenaga dan sarana prasarana termasuk Alat Pelindung Diri (APD). Pembatasan kunjungan pemeriksaan *Anenatal Care* (ANC) dan *Postnatal Care* (PNC) diimbangi dengan telekomunikasi antara tenaga kesehatan dan ibu secara perorangan maupun dengan menyelenggarakan Kelas Ibu secara *online*. Tenaga kesehatan harus memperkuat kemampuan ibu dan keluarga untuk memahami Buku KIA untuk mengenali tanda bahaya dan menerapkan perawatan selama

kehamilan dan pasca persalinan dalam kehidupan sehari-hari. (Angesti, E. P. W. 2020)

Kondisi-kondisi tersebut dapat menjadikan permasalahan secara psikologis bagi ibu hamil dan ibu nifas, yang dapat menimbulkan kecemasan. Sebuah studi melaporkan bahwa gejala depresif dan kecemasan pada wanita hamil setelah deklarasi pandemi covid-19 lebih tinggi dibandingkan sebelum deklarasi covid-19, termasuk kecenderungan ingin melukai diri sendiri (Wu et al., 2020). Hal tersebut dapat menyebabkan kondisi bahaya selama kehamilan, sehingga mempengaruhi kondisi ibu dan janin (Durankuş and Aksu, 2020). Studi yang melaporkan kecemasan terkait covid-19 tidak hanya pada ibu hamil saja,

namun juga pada ibu nifas. (Nanjundaswamy et al., 2020).

Dalam menghadapi kecemasan ibu, ada beberapa hal yang dapat dilakukan ibu untuk menenangkan pikiran cemas dan rasa ketakutan tersebut yaitu dengan cara berolahraga untuk menjaga kesehatan tubuh dan janin agar berkembang dengan baik dan juga membuat emosi ibu tetap stabil yaitu salah satunya dengan melakukan senam hamil. Pada situasi era pandemi covid- 19 ini, pada pelayanan kesehatan maternal khususnya ibu hamil dianjurkan untuk menunda melakukan senam hamil pada ibu yang sudah memasuki trimester III namun jika ingin melakukan senam hamil ibu hamil bisa mengikuti senam hamil secara

online atau dari situs di internet. (Kemenkes RI, 2020).

Pemeriksaan kehamilan/ *antenatal care* (ANC), pemenuhan kebutuhan gizi ibu hamil, pelayanan imunisasi dan pelayanan kesehatan ibu hamil lainnya di masa pandemik/ era *new normal* tetap harus dilaksanakan dengan menerapkan protocol kesehatan. Pemberian eKIE (komunikasi, informasi dan edukasi elektronik) atau Pendidikan kesehatan secara *online* menjadi pilihan utama pada masa pandemic covid-19 atau era *new normal*. Selain itu pada pelayanan kesehatan maternal dan neonatal di era pandemi covid-19 ini pada pelayanan ibu hamil yaitu melakukan pemeriksaan kehamilan pada trimester III sebelum tafsiran

persalinan, memanfaatkan buku KIA sebagai media KIE memanfaatkan media komunikasi melalui media online untuk konsultasi, menunda melakukan kelas ibu hamil atau mengajurkan ibu melakukan senam hamil dengan media online. (Kemenkes, 2020).

Dengan melakukan latihan dan gerakan senam hamil akan memiliki tujuan dan manfaat untuk mempersiapkan mental ibu hamil menjelang masa persalinannya dengan cara melakukan pengawasan saat pemeriksaan antenal dan memberikan informasi dan edukasi untuk melakukan senam hamil. Namun pada era pandemi covid-19 tidak menghalangi untuk melakukan senam hamil, tetapi dianjurkan untuk

melakukan senam hamil yang dapat dilakukan dengan media online yaitu dengan cara mencari situs video di berbagai sumber internet sebagai acuan dalam melakukan senam hamil. (Kemenkes RI, 2020).

Selain itu pada pelayanan kesehatan maternal dan neonatal di era pandemi covid-19 ini pada pelayanan ibu hamil yaitu melakukan pemeriksaan kehamilan pada trimester III sebelum tafsiran persalinan, memanfaatkan buku KIA sebagai media KIE memanfaatkan media komunikasi melalui media online untuk konsultasi, menunda melakukan kelas ibu hamil atau mengajurkan ibu melakukan senam hamil dengan media online. (Kemenkes, 2020).

II. METODE PENELITIAN

2.1 Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian observasional dengan pendekatan cross sectional yaitu mempelajari hubungan pengetahuan dan sikap ibu hamil dengan keikutsertaan dalam senam hamil melalui media online dimasa pandemi Covid-19 dimana pengumpulan data sekaligus pada satu

III. HASIL

Analisis Data Univariat

Usia

No	Umur	Frekuensi (f)	Presentase(%)
1.	<20 Tahun	2	6,7
2.	21-35 Tahun	21	70,0
3.	>35 Tahun	7	23,3
	Total	30	100,0

Pendidikan

No	Pendidikan	Frekuensi	Presentase(%)
1.	SMP/MTS	2	6,7
2.	SMA	19	63,3
3.	Perguruan Tinggi	9	30,0
	Total	30	100,0

Usia Kehamilan

No	Usia Kehamilan	Frekuensi(f)	Presentase(%)
1.	0-14 Minggu (trimester I)	6	20,0
2.	14-28 Minggu (trimester II)	12	40,0
3.	28-40 Minggu (trimester III)	12	40,0
	Total	30	100,0

Analisis Data Bivariat

Tabulasi Silang karakteristik Usia Responden Dengan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil dalam Keikutsertaan Dalam Senam Hamil Melalui Media Online Di Masa Pandemi Covid 19

No	Usia Responden	Tingkat Pengetahuan								Sikap				Total	
		Baik		Cukup		Kurang		Tidak baik		Positif		Negatif			
		F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
1	<20 Tahun	-	-	2	6,7	-	-	-	-	2	6,7	-	-	2	6,7
2	21-35 tahun	-	-	17	56,7	2	6,7	2	6,7	11	36,7	10	33,3	21	70,0

3	>35 tahun	1	3,3	6	20,0	-	3,3	-	-	2	6,7	5	16,7	7	23,3
	Total	1	3,3	25	83,4	2	10,0	2	6,7	15	50	15	50	30	100

Tabulasi Silang karakteristik Pendidikan Responden Dengan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil dalam Keikutsertaan Dalam Senam Hamil Melalui Media Online Di Masa Pandemi Covid 19

No	Tingkat Pendidikan	Tingkat Pengetahuan								Sikap				Total	
		Baik		Cukup		Kurang		Tidak baik		Positif		Negatif			
		F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
1	SMP/MTS	-	-	1	3,3	-	-	1	3,3	1	3,3	1	3,3	2	6,7
2	SMA	-	-	16	53,3	2	6,7	1	3,3	11	36,7	8	26,7	19	63,3
3	Perguruan Tinggi	1	3,3	8	26,7	-	-	-	-	3	10,0	6	20,0	9	30,0
	Total	1	3,3	25	80,0	2	6,7	2	6,6	15	50	15	50	30	100

Tabulasi Silang Karakteristik UK Responden Dengan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil dalam Keikutsertaan Dalam Senam Hamil Melalui Media Online Di Masa Pandemi Covid 19

No	Usia Kehamilan	Tingkat Pengetahuan								Sikap				Total	
		Baik		Cukup		Kurang		Tidak baik		Positif		Negatif			
		F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
1	0 – 14 mgg	-	-	3	10,0	1	3,3	2	6,7	3	10,0	3	10,0	6	20,0
2	14 – 28 mgg	1	3,3	10	33,3	1	3,3	-	-	6	20,0	6	20,0	12	40,0
3	28 – 40 mgg	-	-	11	36,7	1	3,3	-	-	6	20,0	6	20,0	12	40,0
	Total	1	3,3	24	80,0	3	10,0	2	6,7	15	50	15	50	30	100

Tabulasi Silang Tingkat Pengetahuan Responden Dengan Keikutsertaan Senam Hamil Melalui Media Online Di Masa Pandemi Covid 19 di PMB Siti Nurcahyaningsih, AMd.Keb., Kecamatan Lowokwaru, Kota Malang

No	Tingkat Pengetahuan	Keikutsertaan senam hamil				Total	
		Tidak hadir		Hadir		f	%
		f	%	f	%		
1.	Baik	-	-	1	3,3	1	3,3
2.	Cukup	6	20,0	19	63,3	25	83,3
3.	Kurang	1	3,3	1	6,7	2	10,0
4.	Tidak baik	2	6,7	-	-	2	6,7
	Total	9	30,0	21	70,0	30	100,0

Analisis Statistik Chi-Square Pengetahuan Dengan Keikutsertaan Senam Hamil Melalui Media Online Di Masa Pandemi Covid 19 di PMB Siti Nurcahyaningsih, AMd.Keb., Kecamatan Lowokwaru, Kota Malang

No	Variabel	Pearson Chi-Square	df	Asymp.Sig (2-sided)	N
1.	Tingkat pengetahuan	5,397	3	0,145	30
2.	Keikutsertaan senam hamil				

Tabulasi Silang Sikap Responden Dengan Keikutsertaan Senam Hamil Melalui Media Online Di Masa Pandemi Covid 19 di PMB Siti Nurcahyaningsih, AMd.Keb., Kecamatan Lowokwaru, Kota Malang

No	Sikap	Keikutsertaan senam hamil				Total	
		Tidak hadir		Hadir		f	%
		f	%	f	%		
1.	Positif	5	16,7	10	33,3	15	50,0
2.	Negatif	4	13,3	11	36,7	15	50,0
	Total	9	30,0	21	70,0	30	100,0

Analisis Statistik Chi-Square Sikap Responden Dengan Keikutsertaan Senam Hamil Melalui Media Online Di Masa Pandemi Covid 19 di PMB Siti Nurcahyaningsih, AMd.Keb., Kecamatan Lowokwaru, Kota Malang

No	Variabel	Pearson Chi-Square	df	Asymp.Sig (2-sided)	N
1.	Sikap	0,159	1	0,690	30
2.	Keikutsertaan senam hamil				

IV. PEMBAHASAN

Pada bab ini membahas variabel utama dari penelitian yaitu variabel pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil dan variabel sikap ibu hamil dalam keikutsertaan senam hamil, juga variabel kehadiran keikutsertaan senam hamil melalui media online di era pandemi Covid-19 di Praktek Mandiri Bidan Siti Nurcahyaningih, AMd.Keb Kota Malang. Serta pembahasan mengenai hubungan yang terjadi dari pengetahuan responden dengan variabel kehadiran keikutsertaan senam hamil, dan pembahasan hubungan variabel sikap ibu hamil dengan keikutsertaan dalam senam hamil melalui media online di masa pandemi covid 19 di PMB Siti Nurcahyaningih AMd.Keb Kota Malang.

4.1 Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Senam Hamil

Melalui Media Online Di Masa Pandemic Covid 19

Hasil penelitian

menunjukkan sebagaimana terdapat pada tabel 5.4 bahwa pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil melalui media online di masa Pandemic Covid 19 di Praktek Mandiri Bidan Siti Nurcahyaningih, AMd.Keb Kecamatan Lowokwaru Kota Malang, pada tabel 5.4 dijelaskan bahwa responden memiliki pengetahuan cukup.

Pengetahuan tentang senam hamil oleh responden ibu hamil dalam penelitian ini adalah pengetahuan ibu bagaimana mengetahui, memahami dan keikutsertaan melakukan senam hamil, sementara responden ibu hamil melakukan senam hamil dengan melalui media online yaitu suatu group WA Kelas Ibu

Hamil melakukan pertemuan dengan link zoom senam hamil online yang ada di youtube. Tempat pengambilan data dilakukan di Praktek Mandiri Bidan Siti Nurcahyaningih, AMd.Keb Kecamatan Lowokwaru Kota Malang, waktunya dalam masa Pandemic Covid 19 yaitu bulan September sampai dengan bulan Oktober 2021 yang lalu.

Pengetahuan responden ibu hamil ini merupakan pengetahuan hasil dari tahu yang menjadi telaah seseorang setelah melakukan pengindraan terhadap obyek tertentu. Pengetahuan adalah hasil pengindraan manusia atau hasil tahu seseorang obyek melalui indra yang dimiliki (mata, hidung, telinga, dan sebagainya). Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh

melalui penglihatan dan pendengaran (telinga), indra penglihatan (mata). (Notoadmojo, 2014).

Sementara itu pengetahuan tentang senam hamil adalah pengetahuan bagaimana ibu mengerti dan memahani bahwa senam hamil merupakan terapi latihan gerak untuk mempersiapkan ibu hamil, secara fisik atau mental, pada persalinan cepat, aman, dan spontan. (Muhimah dan Safe'i, 2010)

Pada tabel 5.4 dijelaskan bahwa responden memiliki pengetahuan cukup. Para responden ibu hamil ini relatif sudah mengetahui pengertian tentang senam hamil. Seluruh responden telah menjawab dengan benar bahwa senam hamil merupakan sesuatu bentuk

latihan guna memperkuat dan mempertahankan otot-otot dasar panggul. Senam hamil ini ditujukan untuk mempersiapkan seorang ibu hamil baik fisik maupun mental menghadapi persalinan yang cepat, aman dan spontan. Begitupun juga relatif telah mengetahui apa tujuan dari dan kapan waktu sebaiknya untuk melakukan senam hamil tersebut. Melakukan senam hamil adalah untuk memperkuat otot-otot dinding perut, dan melenturkan persendian yang berhubungan dengan proses persalinan. Saat senam hamil jika timbul rasa nyeri dan terjadi pembengkakan sebaiknya dihentikan dahulu. Bahkan bila ibu sudah mengalami kontraksi dengan jarak < 20 menit maka senam hamil harus dihentikan.

Akan tetapi para responden ini belum begitu faham dengan manfaat dan kontraindikasi dari melakukan senam hamil. Bahwa senam hamil bukan untuk mengatasi keluhan nyeri di bokong. Bukan untuk ibu dan bayi setelah melahirkan. Malahan senam hamil dapat untuk mengurangi rasa sakit saat persalinan. Sebagian besar responden belum banyak yang tahu bahwa wanita hamil dengan penyakit jantung, anemia, dan mengandung bayi kembar tidak diperkenankan mengikuti senam hamil. Dengan pengetahuan responden terhadap hal tersebut sehingga responden dikategorikan memiliki pengetahuan cukup tentang senam hamil.

Senam hamil adalah senam yang dilakukan pada masa

kehamilan dengan tujuan untuk mempersiapkan fisik dan mental ibu hamil, dengan harapan proses kelahiran akan berjalan lancar dan aman dengan adanya senam hamil, kesehatan ibu hamil baik secara fisik dan mental dapat dijaga dan terlebih lagi, senam hamil membantu ibu hamil untuk mempersiapkan persalinan yang lancar. Seorang Ibu hamil dapat beradaptasi dengan perubahan yang terjadi baik fisik maupun mentalnya, perlu dilakukan senam hamil yang bertujuan untuk mempersiapkan persalinan yang fisiologis dan lancar dengan tujuan ibu dan anak yang akan dilahirkannya dalam keadaan sehat (Manuaba, 2018).

Senam hamil adalah olah raga yang paling sesuai untuk ibu hamil, Dengan mengikuti senam hamil secara teratur dan intensif,

ibu hamil dapat menjaga kesehatan tubuh dan janin yang dikandung secara optimal. Senam hamil adalah terapi latihan gerak untuk mempersiapkan ibu hamil, secara fisik atau mental, pada persalinan cepat, aman, dan spontan. Oleh karena itu senam hamil memiliki prinsip-prinsip gerakan khusus yang disesuaikan dengan kondisi ibu hamil. Ibu hamil akan merasakan efek rileksasi yang dapat mengurangi tekanan atau ketegangan selama masa kehamilan berlangsung. Tujuan dari seluruh gerakan senam hamil adalah untuk menjaga kondisi otot-otot dan persendian yang berperan dalam proses mekanisme persalinan agar tetap kuat, lentur dan elastis sehingga dapat membantu mengatasi keluhan-keluhan, menjaga letak janin, dan

mengurangi sesak nafas ibu, dan bayi dapat lahir dengan lancar. Manfaat senam hamil yang teratur atau rutin secara umum akan meningkatkan kesehatan mental dan fisik ibu, (Muhimah dan Safe'i, 2010).

Pada tabel 5.4 juga dijelaskan responden memiliki pengetahuan yang kurang baik dan tidak baik. Responden dengan pengetahuan kurang ini dapat menjawab dengan benar kuesioner sebanyak kurang dari 18 soal. Sementara responden dengan pengetahuan tidak baik menjawab benar kurang dari 12 soal. Responden ini mengetahui sebatas lingkup pengertian senam hamil pada kuesioner yang dibagikan. Dan satu orang responden dengan pengetahuan baik ini telah dapat menjawab dengan benar sebanyak lebih dari

24 soal kuesioner. Dimungkinkan pengetahuan yang baik ini didukung oleh faktor usia responden yang sudah matang dan pendidikan lebih dari cukup untuk mengetahui tentang senam hamil. Responden adalah telah berusia 39 tahun dan telah lulus dari perguruan tinggi, sehingga mampu mendukung pengetahuannya menjadi baik.

Pada dasarnya, menurut peneliti bahwa sebagai pendukung pengetahuan responden, faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan responden adalah cukup untuk mencapai pengetahuan responden menjadi baik. Berdasarkan faktor usia bahwa responden seluruhnya lebih dari 20 tahun adalah usia yang cukup untuk mendapatkan informasi sebagai sumber pengetahuan menjadi baik.

Semakin cukup umur tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja, (Sulastri, 2012). Pada tabel 5.2 dijelaskan bahwa responden berpendidikan terakhir adalah SMA. Tidak dapat dipungkiri makin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah menerima informasi, sehingga semakin banyak pengetahuan yang dimilikinya, (Notoatmojo, 2010). Namun demikian faktor-faktor pendukung pengetahuan ini masih didapatkan membawa responden dalam kategori pengetahuan cukup, bahkan pengetahuan kurang. Hal ini dapat dimungkinkan bahwa pengetahuan tentang senam hamil adalah bukan pengetahuan yang umum, tetapi pengetahuan khusus, yaitu terutama kepada

individu atau keluarga yang sedang menjalani kehamilan. Sehingga ada anggapan menyerap informasi tentang senam hamil tersebut khusus saat pada orang yang sedang hamil. Bahkan ada indikasi yang sedang hamil pun melakukan senam hamil itu adalah sekedar mengikuti program hamil, yang sudah tentu program baik, dan tidak tahu hal tentang senam hamil tersebut.

Dalam “Sejarah

Perkembangan Ilmu Pengetahuan” oleh Jadiwijaya, (2010), dalam Abdul Karim (2014) menyebutkan bahwa perkembangan ilmu (dalam hal ini adalah pengetahuan), sesungguhnya tidak bisa dilepaskan dari rasa keingintahuan yang besar diiringi dengan usaha yang sungguh-

sungguh melalui penalaran, percobaan, dan penyempurnaan, sehingga menghasilkan penemuan (ilmu) yang bermanfaat bagi masyarakat, dan mengembangkan untuk penemuan selanjutnya. Maka dari itu usaha penyerapan informasi dengan spirit dan motivasi yang sungguh-sungguh hingga menjadi ilmu pengetahuan.

Dari hal tersebut diatas semuanya sebagai sumber pengetahuan adalah informasi. Informasi adalah dapat diartikan sebagai pemberitahuan seseorang adanya informasi baru mengenai suatu hal memberikan landasan kognitif baru bagi terbentuknya pengetahuan terhadap hal tersebut. Informasi yang diperoleh di beberapa sumber akan menambah tingkat pengetahuan seseorang. Bila seseorang banyak

memperoleh informasi maka ia cenderung memiliki pengetahuan yang lebih luas. Sumber Informasi, memudahkan untuk memperoleh suatu informasi dan dapat membantu mempercepat seseorang untuk memperoleh pengetahuan baru. Informasi dapat diperoleh dari petugas kesehatan, petugas non kesehatan, dan media massa. Menurut Notoatmodjo (2010) bila seseorang banyak memperoleh informasi maka ia cenderung mempunyai pengetahuan yang lebih luas.

4.2 Sikap Ibu Hamil Dalam Keikutsertaan Senam Hamil Melalui Media Online Kota Malang

Pada hasil penelitian ini menunjukkan sebagaimana terdapat pada tabel 5.5 bahwa sikap responden ibu hamil

terhadap senam hamil melalui media online dimasa pandemi covid-19 di PMB Siti Nurcahyaningih, AMd.Keb. Kecamatan Lowokwaru, Kota Malang, memiliki sikap positif. Sementara yang lain adalah memiliki sikap negatif.

Sikap itu adalah kumpulan gejala dalam merespon stimulus atau objek, sehingga sikap itu melibatkan pikiran, perasaan, perhatian dan juga respon tertutup seseorang terhadap stimulus atau objek tertentu yang melibatkan faktor pendapat dan emosi yang bersangkutan (senang, tidak senang, setuju, tidak setuju, baik tidak baik dan sebagainya). (Notoatmodjo, 2012). Selaras dengan berikut bahwa evaluasi umum yang dibuat manusia terhadap dirinya sendiri, orang

lain, objek atau isu (Azwar, 2013).

Sikap responden dalam penelitian ini adalah kaitannya dengan keikutsertaannya dalam pelaksanaan senam hamil melalui media online dimasa pandemi covid-19 di Praktek Mandiri Bidan Siti Nurcahyaningih, AMd.Keb Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. Responden ibu hamil dengan sikap positif dapat diartikan bahwa dirinya telah mendukung keikutsertaannya dalam pelaksanaan senam hamil melalui media online. Sebaliknya bila Responden ibu hamil dengan sikap negatif berarti responden tersebut kurang mendukung keikutsertaannya dalam pelaksanaan senam hamil melalui media online tersebut.

Para responden ibu hamil ini sangat senang dan apresiatif dengan senam hamil, mereka juga merasa senang dan setuju bahkan sangat setuju bahwa sebaiknya melakukan senam hamil. Jika lelah selama mengikuti senam, maka sebaiknya beristirahat terlebih dahulu, kemudian melanjutkannya kembali. Saat senam hamil dapat bertemu dengan ibu hamil lain adalah merupakan hal yang dapat menghilangkan stress. Mereka juga merasa setuju dan sangat setuju dengan melakukan senam hamil maka otot-otot panggul akan semakin kuat dan lentur. Sehingga dapat mempersiapkan fisik dan mental dalam menghadapi persalinan. Semua hal tersebut merupakan sikap positif atau mendukung dengan

dilakukan senam hamil terhadap ibu hamil di Praktek Mandiri Bidan Siti Nurcahyaningih, AMd.Keb Kecamatan Lowokwaru Kota Malang.

Terbentuk sikap responden ibu hamil ini menjadi mendukung atau bersikap positif adalah dibentuk dari hasil pemikiran responden sehingga menjadi yakin dan percaya bahwa senam hamil adalah baik untuk dilakukan oleh ibu hamil. Azwar, 2013, menyebutkan bahwa komponen pokok pembentuk sikap adalah kepercayaan terhadap obyek, evaluasi terhadap obyek dan kecenderungan untuk bertindak. Dengan ketiga komponen itu secara bersama-sama membentuk sikap yang utuh (*total attitude*).

Mereka mengira informasi senam hamil hanya bisa didapatkan dari petugas

kesehatan. Dan mereka mengira ibu akan lebih cepat sembuh setelah melahirkan dikarenakan sewaktu hamil melakukan senam hamil. Contoh yang dikira responden ini adalah belum benar. Sehingga dari contoh ini responden dapat menjadi bersikap negatif. Sikap positif, kecenderungan tindakannya adalah mendekati, menyenangkan, mengharapkan objek tertentu. Sementara sikap negatif, terdapat kecenderungan untuk menjauhi, menghindari, membenci, tidak menyukai obyek tertentu (S. Notoadmodjo, 2012).

Pembentukan sikap dari responden ini terjadi melalui suatu proses kontak sosial yang terus menerus antara individu dengan yang lain di sekitarnya. Dalam hal ini, faktor yang mempengaruhi terbentuknya sikap adalah, pertama faktor intern yaitu faktor yang terdapat

dalam diri orang yang bersangkutan. Kedua adalah faktor ekstern yang merupakan faktor diluar manusia tersebut. Beberapa faktor yang mempengaruhi perubahan sikap, yaitu Adanya informasi baru mengenai sesuatu hal yang memberikan landasan kognitif baru terbentuknya sikap terhadap hal tersebut. Dan perubahan sikap dapat terjadi karena pengalaman langsung individu (Azwar, 2013). Sikap negative dapat dipengaruhi oleh lingkungan, lingkungan yang kurang baik dapat menghasilkan sikap yang kurang baik, begitu pun dalam hal penelitian ini. Bahwa kemungkinan ibu responden yang memiliki sikap negatif karena ibu mungkin belum pernah mendapatkan pengalaman senam hamil sebelumnya.

Faktor karakteristik responden dalam penelitian ini dapat mempengaruhi sikap responden terhadap semam hamil di Praktek Mandiri Bidan Siti Nurcahyaningsih, AMd.Keb Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. berdasarkan usia responden pada tabel 5.1 responden bersikap positif. Dalam hal ini usia ada kaitanya dengan faktor pengalaman dimana dengan usia yang lebih dimungkinkan pengalamannya lebih banyak akan mempengaruhi sikap menjadi positif. Hal ini selaras dengan karakteristik responden berupa usia kehamilan, dimana usia kehamilan trimester III sudah selayaknya memiliki sikap positif terhadap keikutsertaan senam hamil. Sementara faktor pendidikan responden ada

kaitannya dengan pengetahuan, bahwa dengan pendidikan yang lebih tinggi maka informasi dan pengetahuan yang didapat adalah lebih banyak sehingga terhadap sikap akan menjadi mendukung atau sikap positif setelah mengetahui tujuan dan manfaat daripada senam hamil tersebut. Sedangkan walaupun dalam penelitian ini responden ibu hamil pendidikan perguruan tinggi lebih banyak bersikap negatif, tentunya ada faktor lain yang lebih mempengaruhi responden terhadap sikap tersebut.

Responden kemungkinan besar akan bersikap positif bila telah mengerti seluruhnya tentang senam hamil. Senam hamil bukanlah suatu hal yang aneh, tetapi tidak berarti semuanya mengerti dan

menyadari bahwa senam hamil ini berguna bagi wanita hamil. Penyajian senam hamil dilakukan dan disusun secara teratur minimal satu kali dalam seminggu yang dimulai saat umur kehamilan 24 minggu. Dengan mengikuti senam hamil secara teratur dan intensif, wanita tersebut akan menjaga kesehatan tubuhnya dan janin yang dikandungnya secara optimal. Menurut penelitian Hatch, mengungkapkan bahwa ibu hamil yang melakukan senam hamil sekitar 3–5 jam setiap minggunya mempunyai peluang lebih kecil untuk melahirkan dini (prematurnya) dibandingkan yang tidak melakukan senam hamil (Kurnia, 2015).

4.3 Keikutsertaan Ibu Hamil Dalam Senam Hamil Melalui

Media Online di Masa Pandemi Covid-19

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5.6 dijelaskan bahwa responden ibu hamil telah ikutserta hadir dalam acara kegiatan senam hamil melalui media online, di PMB Siti Nurcahyaningih, AMd.Keb. Kecamatan Lowokwaru, Kota Malang, (tabel 5.6) sedangkan yang lain tidak hadir dan tidak ikutserta dalam senam hamil tersebut.

Hadirnya responden mengikuti senam hamil dalam penelitian ini adalah melalui media online. Dimana responden sebagai anggota group WA kelas ibu hamil masuk ke dalam aplikasi zoom pada link yang telah diberikan sebelumnya. Kemudian secara bersama-sama melakukan mengikuti senam

hamil online yang ada pada link youtube yang telah dipersiapkan. Dalam pelaksanaan senam hamil melalui media online ini peneliti dapat melihat dan mengetahui kehadiran ikutserta senam hamil dari masing-masing peserta zoom.

Responden ibu hamil telah ikutserta hadir dalam acara kegiatan senam hamil melalui media online, di PMB Siti Nurcahyaningih, AMd.Keb. Kecamatan Lowokwaru, Kota Malang. Para responden ibu hamil yang hadir ini semua terlihat dilayar monitor link zoom yang berlangsung. Terdapat beberapa responden dalam mengikuti zoom senam hamil dengan menggunakan laptop. Namun sebagian besar menggunakan HP. Kehadiran responden ibu hamil mengikuti

senam hamil ini didasari oleh kesadaran pribadi ibu untuk tetap sehat, menjaga kondisi otot-otot dan persendian yang berperan dalam proses mekanisme persalinan agar tetap kuat, lentur dan elastis sehingga dapat membantu mengatasi keluhan-keluhan, menjaga letak janin, dan mengurangi sesak nafas ibu, dan bayi dapat lahir dengan lancar, menjaga kesehatan tubuhnya dan janin yang dikandung secara optimal. Mempersiapkan diri secara fisik atau mental dalam menjalani kehamilan, pada persalinan yang akan datang dengan cepat, aman, dan spontan.

Hal lain yang mendukung responden hadir dalam kegiatan senam hamil melalui media online ini adalah kondisi pada waktu penelitian tersebut adalah masih dalam suasana pandemi

covid-19. Banyak pembatasan hampir ke semua layanan rutin termasuk pelayanan kesehatan maternal dan neonatal. Pelayanan kesehatan maternal dan neonatal menjadi salah satu layanan yang terkena dampak baik secara akses maupun kualitas. Adanya anjuran menunda pemeriksaan kehamilan dan kelas ibu hamil, serta adanya ketidaksiapan layanan dari segi tenaga dan sarana prasarana termasuk Alat Pelindung Diri (APD). Sehingga sarana telekomunikasi dalam hal ini menjadi salah satu solusi adanya pembatasan kunjungan pemeriksaan *Anenatal Care* (ANC) dan *Postnatal Care* (PNC), antara tenaga kesehatan dan ibu hamil, secara perorangan maupun dengan menyelenggarakan Kelas Ibu hamil secara *online*. Berkaitan

dengan hal tersebut dalam penelitian ini, solusi pelayanan kesehatan ibu hamil dalam melakukan senam hamil dilaksanakan melalui media online dengan link zoom.

Berbagai macam variasi masalah menjadi penyebab ketidak hadirannya responden ini. Secara pribadi peneliti mendapatkan beberapa alasan sebab tidak hadirnya responden tersebut, dengan chat pribadi dengan masing-masing responden. Beberapa orang dengan alasan sedang bekerja karena waktunya bertepatan dengan jam kerja. Ada juga dengan alasan HP nya tidak bagus untuk digunakan zoom. Dan alasan tidak bisa berbagai HP dengan anak sebelumnya bila digunakan zoom oleh ibunya.

Melakukan senam hamil melalui media online dengan aplikasi google meet melalui email sembari memberikan arahan cara untuk mengikuti google meet tersebut. Ibu hamil mempersiapkan diri mengikuti google meet di rumahnya masing-masing. Ibu hamil tidak perlu datang ke tempat petugas kesehatan atau ke rumah sakit. Setelah semua responden masuk ke dalam undangan link google meet yang telah diberikan, selanjutnya diberikan link video dari sumber chanel youtube. Peserta google meet dapat berinteraksi langsung dengan instruktur atau admin, namun sebaiknya tidak dilakukan. Ibu hamil tinggal memperhatikan dan mendengar penyuluhan yang diberikan. Setelah selesai atau berakhir sesi penyuluhan senam

hamil instruktur atau admin mempersilahkan para peserta untuk dapat bertanya secara langsung di google meet. Setelah itu baru seluruh anggota dapat leave dari google meet. Peneliti memperhatikan seluruh peserta yang hadir yang mengikuti google meet penyuluhan senam hamil tersebut.

Melalui penyuluhan senam hamil, diperoleh keadaan prima dengan memenuhi syarat senam hamil tersebut, diharapkan kesegaran rohani dan jasmani dan dapat ditingkatkan untuk mencapai persalinan fisiologis. Latihan senam hamil didahului dengan latihan umum yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan kontraksi tubuh, dinding perut, dan dasar panggul, juga melemaskan persendian dan

mengurangi rasa kaku, nyeri otot dan sendi. (Manuaba, 2010).

Dalam menyikapi hal ini sudah seharusnya bagi ibu hamil untuk melakukan senam hamil. Senam hamil dapat dilakukan sendiri di rumah masing-masing ibu hamil, setelah mendapatkan pencerahan dari bidan Siti Nurcahyaningih, AMd.Keb atau petugas kesehatan yang ada, setelah moment penelitian ini. Senam hamil yang dilakukan selama kehamilan mulai UK 24 minggu hingga menjelang persalinan. Demi mengatasi ketidaknyamanan dan meningkatkan kesejahteraan serta mempersiapkan kondisi baik fisik maupun psikologis ibu hamil.

4.4 Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Dengan Keikutsertaan Dalam Senam

Hamil Melalui Media Online di Era Pandemi Covid-19

Hasil analisa pada penelitian hubungan pengetahuan dan sikap ibu hamil dengan keikutsertaan dalam senam hamil melalui media online dapat dilihat dalam dua analisa, yaitu analisa variabel pengetahuan dengan keikutsertaan dalam senam hamil melalui media online, dan analisa variabel sikap ibu hamil dengan keikutsertaan senam hamil melalui media online. Sebagaimana dalam tabel 5.10, dapat diketahui bahwa responden yang ada berpengetahuan, dan hadir ikutserta dalam senam hamil melalui media online di masa pandemi covid 19 di PMB Siti Nurcahyaningih, AMd.Keb., Kecamatan Lowokwaru, Kota Malang. Sedangkan terdapat

responden dengan pengetahuan kurang dan tidak baik adalah tidak hadir dalam senam hamil melalui media online. Dalam hal ini dapat memberi gambaran bahwa ada kecenderungan dengan pengetahuan cukup atau baik maka responden akan hadir ikut serta dalam senam hamil yang ada melalui media online di masa pandemi covid 19 di PMB Siti Nurcahyaningih, AMd.Keb., Kecamatan Lowokwaru, Kota Malang.

Dalam tabel 5.11 analisis statistik *chi-square* yang menghitung hubungan variabel tingkat pengetahuan dengan keikutsertaan responden dalam senam hamil melalui media online di masa pandemi covid 19 di PMB Siti Nurcahyaningih, AMd.Keb., Kecamatan Lowokwaru, Kota Malang

didapat nilai *Pearson Chi-Square* sebesar 5,397 pada df 3, dan nilai probabilitas (ρ) sebesar 0,145. Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang terjadi dari kedua variabel tersebut adalah tidak ada hubungan. Karena *Pearson Chi-Square* (x^2_{hitung}) = 5,397 < (x^2_{tabel}) = 7,814 atau (ρ) = 0,145 > (α) = 0,05.

Pada penelitian ini keikutsertaan responden dalam senam hamil melalui media online di masa pandemi covid 19 di PMB Siti Nurcahyaningih, AMd.Keb.,

Terjadi tidak ada hubungan pada variabel tingkat pengetahuan dengan keikutsertaan responden dalam senam hamil melalui media online di masa pandemi covid 19 di PMB Siti Nurcahyaningih, AMd.Keb., Kecamatan

Lowokwaru, Kota Malang pada penelitian ini, karena adanya gangguan nilai atau yang mengurangi nilai hubungan kedua variabel. Terdapat 6 responden ibu hamil dengan pengetahuan cukup namun tidak hadir ikutserta dalam senam hamil melalui media online. Atau terdapat 2 responden yang kurang mengerti tentang senam hamil namun malah dapat hadir mengikuti zoom senam hamil. Dari ketidaktepatan posisi kedua kelompok responden ini menjadikan hubungan yang terjadi tidak signifikan. Sementara ketidakhadiran responden oleh berbagai sebab telah diungkapkan pada sub pembahasan sebelumnya.

Berdasarkan hasil analisis tertera dalam tabel 5.12 dapat diketahui bahwa responden

dengan sikap positif, paling banyak darinya hadir ikutserta dalam senam hamil melalui media online di masa pandemi covid 19 di PMB Siti Nurcahyaningih, AMd.Keb., Kecamatan Lowokwaru, Kota Malang. Sedangkan dalam tabel 5.12 dengan sikap negatif juga hadir ikutserta dalam senam hamil melalui media online. Hal ini memberikan gambaran bahwa seluruh responden pada dasarnya ada kecenderungan untuk hadir ikurserta senam hamil. Tanpa memandang dari sikap responden yang positif maupun negatif. Adanya faktor lain di luar sikap yang mendorong responden untuk tetap hadir untuk hadir ikurserta senam hamil melalui media online di masa pandemi covid 19 di PMB Siti Nurcahyaningih, AMd.Keb.,

Kecamatan Lowokwaru, Kota Malang.

Dalam tabel 5.13 analisis statistik *chi-square* yang variabel sikap dengan keikutsertaan responden dalam senam hamil melalui media online di masa pandemi covid 19 di PMB Siti Nurcahyaningih, AMd.Keb., Kecamatan Lowokwaru, Kota Malang. Didapatkan nilai Pearson Chi-Square sebesar 0,159 pada df 1, dan nilai probabilitas (ρ) sebesar 0,690. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang terjadi dari kedua variabel tersebut. Karena *Pearson Chi-Square* (x^2_{hitung}) = 0,159 < (x^2_{tabel}) = 3,841 atau (ρ) = 0,690 > (α) =

0,05.

Selaras dengan itu Abedi Sarvestani dan Shahvali (2009) dalam (Omran, 2014), bahwa

perilaku manusia dipengaruhi oleh keyakinan, nilai dan sikap seseorang. Sikap secara eksplisit dan implisit dapat mempengaruhi seseorang dalam mengolah informasi hingga terjadinya perubahan perilaku. Nilai dan sikap yang tinggi mendukung perilaku seseorang menjadi luhur.

Kaitannya dengan sikap dan keikutsertaan responden terhadap senam hamil melalui media online di masa pandemi covid 19 di PMB Siti Nurcahyaningih, AMd.Keb dalam penelitian ini, bahwa dengan sikap positif semestinya mendukung perilaku responden untuk ikutserta hadir dalam senam hamil melalui media online. Adanya responden dengan sikap positif namun tidak bisa hadir ikutserta dalam senam hamil dikarenakan alasan yang

sudah disebutkan diatas, yaitu karena alasan jam kerja dan alasan tidak bisa berbagi HP dengan anaknya untuk mengikuti zoom senam hamil tersebut. Begitupun adanya responden dengan sikap negatif namun mereka dapat hadir mengikuti google meet senam hamil yang dilaksanakan, mengindikasikan bahwa ibu hamil butuh selalu sehat fisik dan mental dalam menjalani kehamilan dan menghadapi persalinan yang akan datang, dengan belum banyak tahu tentang senam hamil yang dapat membantu mencapai kesehatan itu.

V. KESIMPULAN

Berdasarkan uraian dan hasil penelitian dari bab diatas, yang dilakukan dalam penelitian tentang hubungan pengetahuan dan sikap ibu hamil dengan keikutsertaan dalam senam hamil melalui media online di masa pandemi covid-19 di PMB Siti Nurcahyaningsih, AMd.Keb., Kecamatan Lowokwaru, Kota Malang ini didapatkan kesimpulan sebagai berikut, bahwa :

1. Sebagian besar responden ibu hamil di PMB Siti Nurcahyaningsih, AMd.Keb. Kecamatan Lowokwaru Kota Malang, adalah dengan memiliki pengetahuan cukup, tentang senam hamil melalui media online di masa pandemi covid-19.
2. Sebanyak separuh responden ibu hamil di PMB Siti Nurcahyaningsih, AMd.Keb. Kecamatan Lowokwaru Kota Malang, adalah bersikap positif.
- 3.

Sebagian besar responden ibu hamil di PMB Siti Nurcahyaningsih, AMd.Keb. Kecamatan Lowokwaru Kota Malang, telah ikutserta dalam senam hamil melalui media online, di masa pandemi covid-19

4. Dari hasil penelitian didapatkan artinya tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dengan keikutsertaan responden dalam senam hamil melalui media online di masa pandemi covid 19 adalah tidak ada.

Kesga dan
KesmasKemenkes RI; 2020.

DAFTAR PUSTAKA

- Angesti, E. P. W. (2020) 'Hubungan Tingkat Kecemasan Dan Pengetahuan Ibu Hamil Trimester 3 Dengan Kesiapan Menghadapi Persalinan Di Masa Pandemi COVID-19 Di Puskesmas Benowo Dan Tenggilis'. Universitas Airlangga.
- Arikunto, S. (2016). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2013). *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Durankuş, F. and Aksu, E. (2020) '*Effects of the COVID-19 pandemic on anxiety and depressive symptoms in pregnant women: a preliminary study*', *The Journal of Maternal-Fetal & Neonatal Medicine*. Taylor & Francis, pp. 1–7.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI). Pedoman Bagi Ibu Hamil, Bersalin, Nifas dan Bayi Baru Lahir Di Era Pandemi COVID-19. Jakarta: Dirjen Kesga dan KesmasKemenkes RI; 2020.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI). Pedoman Bagi Ibu Hamil, Ibu Nifas dan Bayi Baru Lahir Selama Social Distancing. Jakarta: Dirjen
- Kuswanti. A. (2013). *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta : Penerbit ANDI.
- Muhimah, N. A dan Safe'i. 2010. *Panduan Lengkap Senam sehat Khusus Ibu Hamil*. Yogyakarta: Power Book.
- Nanjundaswamy, M. H. et al. (2020) '*COVID-19-related anxiety and concerns expressed by pregnant and postpartum women—a survey among obstetricians*', *Archives of women's mental health*. Springer, pp. 1–4.
- Notoatmodjo. S, 2018, *Metodologi Penelitian Kesehatan*, PT. Rineka Cipta, Jakarta.
- Notoatmodjo. S, 2018, *Ilmu Perilaku Kesehatan*, PT. Rineka Cipta, Jakarta.
- Notoatmodjo S. 2014. *Ilmu Pengetahuan Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan, Pendekatan Praktis, Edisi 4*. Jakarta : Salemba Medika.
- Nurudin. 2017. *Ilmu Komunikasi: Ilmiah dan Populer*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Romli, Asep Syamsul M. (2014). *Jurnalistik Online: Panduan Mengelola Media Online*. Bandung: Nuansa Cendikia.

- Sunaryo, Wijayanti. R., Kuhu. M. M., Sumedi. T., Widayanti. D. E., Sukrillah. A. U., Riyadi. S., Kuswanti. A. (2015). *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta : Penerbit ANDI.
- Prawirohardjo, 2016; 523 - 529.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulastri, (2012). *Senam Hamil Bantu Melahirkan tanpa Kecemasan*. profesi:volume 08
- Tambaru, R., Hilda, H. and Theresia, F. I.(2020) ‘Pengaruh Kecemasan Pandemi COVID-19 Terhadap Pengeluaran Asi Ibu Post Partum Di Bidan Praktik Mandiri Hj. Rusmawati Di Muara Badak’. Skripsi STrKebidanan, Poltekkes Kemenkes Kaltim.
- Wawan, A dan Dewi M. 2016. *Teori & Pengukuran Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Manusia*, Nuha Medika: Yogyakarta.
- Wu, Y. et al. (2020) ‘*Perinatal depressive and anxiety symptoms of pregnant women along with COVID-19 outbreak in China*’, *American Journal of Obstetrics and Gynecology*. Elsevier.
- Wiknjosastro H. *Ilmu Kebidanan*. Edisi ke-4 Cetakan ke-2. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono