

## **Masalah Kesehatan Mental pada Ibu Hamil di Masa Pandemi Covid-19 : *Literature Review***

**Dyah Ayu Setyarini<sup>1</sup>, Nining Febriyana<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga

<sup>2</sup>Departemen Ilmu Kedokteran Jiwa RSUD Dr. Soetomo

Alamat: Bagian Instalasi Rawat Inap Kejiwaan Ruang Psikiatri Anak Jln. Mayjen Prof. Dr. Moestopo No.6-8,  
Airlangga, Kec. Gubeng, Kota Surabaya, Jawa Timur 60286

Telp: 083849146568 Email: dyah.ayu.setyarini-2020@fk.unair.ac.id,<sup>1</sup> dr\_niningf@yahoo.com<sup>2</sup>

### **Abstrak**

Covid-19 merupakan masalah global yang bukan hanya meningkatkan mortalitas melainkan juga morbiditas secara fisik dan psikis. Secara fisiologis, saat hamil terjadi penurunan imunitas tubuh sehingga individu tersebut rentan terhadap infeksi sehingga memasukkan ibu hamil dalam kelompok rentan Covid-19. Berbagai kebijakan dan dampak negatif akibat pandemi meningkatkan beban mental ibu sehingga rentan mengalami berbagai permasalahan psikologis. Penulisan ini menggunakan metode tinjauan literatur dengan *databased Google Scholar, Science Direct, Springerlink all journal, NCBI, dan Wiley Online Library*. Penilaian literatur menggunakan *Critical Appraisal Skills Program (CASP)*. Diperoleh 6 artikel yang memenuhi kriteria inklusi yaitu dapat diakses *full text*, penelitian primer berjenis kuantitatif, dan penerbitan artikel antara tahun 2020-2021. Kata kunci yang digunakan adalah "*mental health of pregnant woman and Covid-19*", "*the impact of Covid-19 toward pregnancy*", "*Covid-19 and pregnancy psychology disorder*", "*stress, anxiety, and depression of pregnancy during pandemic*". Hasilnya terjadi peningkatan gejala depresi, kecemasan, dan stres pada ibu hamil selama pandemi Covid-19. Jika masalah itu tidak ditangani dengan baik maka akan membahayakan ibu dan janin. Oleh karena itu, masalah kesehatan mental harus mendapat perhatian lebih dan intervensi psikologis harus diberikan pada ibu hamil.

**Kata Kunci:** Cemas, Covid-19, depresi, kesehatan mental, stres

### **Abstract**

*Covid-19 is a global problem that not only increases mortality but also physical and psychological morbidity. Physiologically, during pregnancy there is a decrease in the body's immunity so that the individual is susceptible to infection and makes pregnant women are included in the Covid-19 vulnerable group. Various policies and negative impacts due to the pandemic increase the mental burden of mothers so that they are vulnerable to various psychological problems. This writing uses a literature review method with databased Google Scholar, Science Direct, Springerlink all journal, NCBI, dan Wiley Online Library. Assessment of literatures using the Critical Appraisal Skills Program (CASP). There were 6 articles that met the inclusion criteria, which were accessible full text, quantitative primary research, and published articles between 2020-2021. The keywords used were "mental health of pregnant woman and Covid-19", "the impact of Covid-19 toward pregnancy", "Covid-19 and pregnancy psychology disorder", "stress, anxiety, and depression of pregnancy during the pandemic". The result is an increase in symptoms of depression, anxiety, and stress in pregnant women during the Covid-19 pandemic. If the problem is not handled properly it will endanger the mother and fetus, therefore mental health problems should receive more attention and psychological intervention should be given to pregnant women.*

**Keywords:** Anxiety, Covid-19, depression, mental health, stress

## Pendahuluan

Kesehatan mental merupakan berkembangnya segala aspek secara optimal baik dari segi fisik, intelektual, maupun emosional seseorang. Tidak hanya itu, perkembangan tersebut juga harus selaras dengan perkembangan orang lain sehingga seseorang dapat berinteraksi dengan lingkungan di sekitarnya. Jika fungsi atau gejala jiwa seperti pikiran, perasaan, kemauan, sikap, persepsi, pandangan, dan keyakinan hidup dapat teratur dengan baik, maka akan terhindar dari perasaan negatif seperti ragu, gundah, gelisah, dan konflik batin.<sup>(1)</sup> Individu yang sehat mental adalah individu yang dapat mengontrol diri, memperlihatkan kecerdasan, berperilaku dengan menimbang perasaan orang lain, serta hidup bahagia. Ciri-ciri individu yang sehat mentalnya yaitu mengarah kepada sifat-sifat yang positif misalnya kesejahteraan psikologis serta memiliki watak kuat dan baik.<sup>(2)</sup> Saat ini sudah cukup banyak masyarakat yang mulai menyadari dan mengkampanyekan pentingnya kesehatan mental. Kesehatan mental sama pentingnya dengan kesehatan fisik. Menurut Undang-Undang Kesehatan No. 23 Tahun 1992, sehat adalah suatu keadaan sehat secara fisik, mental, dan sosial di mana memungkinkan setiap manusia untuk hidup produktif baik secara sosial maupun ekonomi. Sehingga pengertian sehat tidak hanya sebatas bebas dari penyakit atau cacat fisik.<sup>(2,3)</sup>

Isu kesehatan mental dapat terjadi kepada ibu hamil. Secara fisiologis, perubahan hormonal yang terjadi selama kehamilan mempengaruhi kondisi psikologis ibu. Pandemi Covid-19 yang terjadi sejak awal tahun 2020, ikut menyumbang angka gangguan kesehatan mental pada wanita hamil di dunia. Ibu hamil yang mengalami gejala kecemasan meningkat sebesar 57% dan gejala depresi meningkat sebesar 37%. Penyebab masalah-masalah tersebut di antaranya, pengaruh Covid-19 terhadap kesehatan ibu dan janin, kekhawatiran terhadap tidak tercukupinya kebutuhan perawatan prenatal, permasalahan dalam hubungan, dan isolasi sosial.<sup>(4,5)</sup> Gangguan psikologis selama kehamilan dapat memberikan dampak secara biologis, kesehatan mental, perilaku,

dan medis terhadap anak yang dilahirkan.<sup>(6)</sup> Dari segi biologis, anak yang lahir dari ibu yang mengalami tingkat kecemasan tinggi memiliki berat dan panjang lahir lebih rendah daripada ibu yang hamil tanpa kecemasan. Untuk kesehatan mentalnya, anak akan mengalami gangguan mental, masalah emosional, kurang konsentrasi dan hiperaktif, serta gangguan perkembangan kognitif. Dari segi tingkah laku, mengalami tangisan berkepanjangan pada periode neonatal, lekas marah dan gelisah, perbedaan reaksi yang muncul dalam menghadapi tekanan hidup, lemahnya interaksi antara ibu dengan anak, dan memiliki lebih banyak ketakutan dalam menghadapi peristiwa kehidupan. Yang terakhir, dari segi medis, anak akan mengalami penyakit yang serius baik itu saat masih dalam usia anak-anak ataupun dewasa. Penyakit tersebut seperti sesak napas, ruam, asma, penyakit koroner, pengurangan variabilitas denyut jantung, gangguan endokrin, hiperglikemi, dan peningkatan risiko kelainan seperti bibir sumbing dan langit-langit mulut sumbing.

## Metode

Metode yang digunakan dalam penulisan ilmiah ini adalah *literature review*/tinjauan pustaka. *Databased* yang digunakan yaitu *Google Scholar*, *Science Direct*, *Springerlink all journal*, *NCBI*, dan *Wiley Online Library*. Ditemukan 6 artikel dengan kata kunci yang digunakan di antaranya “masalah kesehatan mental pada ibu hamil di masa pandemi Covid-19”, “gangguan psikologis ibu hamil di masa pandemi Covid-19”, “*mental health of pregnant woman and Covid-19*”, “*the impact of Covid-19 toward pregnancy*”, “*Covid-19 and pregnancy psychology disorder*”, “*stress, anxiety, and depression of pregnancy during pandemic*”. Penilaian literatur menggunakan *Critical Appraisal Skills Programme (CASP)*. Kriteria inklusinya yaitu artikel yang dapat diakses secara *full text*, penelitian primer berjenis kuantitatif, dan penerbitan artikel antara tahun 2020-2021. Berdasarkan kriteria inklusi tersebut didapatkan 6 artikel untuk dianalisis.

## Hasil

**Tabel 1.** Daftar Literatur yang Ditinjau

No.	Nama Peneliti	Judul Literatur	Metode	Hasil
1.	Dong, H., et al. (2020)	<i>Investigation on the mental health status of pregnant woman in China during the Pandemic of Covid-19</i>	Survei kuesioner	(8,3%, 13/156) cemas, (50,6%, 79/156) depresi, (8,3%, 13/156) cemas dan depresi. (8,3%, 13/156) cemas ringan. (46,7%, 73/156) normal, (23,72%, 37/156) depresi ringan, (22,44%, 35/156) depresi sedang, (4,49%, 7/156) depresi berat.
2.	Ceulemans, M., et al. (2021)	<i>Mental health status of pregnant and breastfeeding woman during the COVID-19 pandemic-A multinational cross-sectional study</i>	Cross-sectional	Prevalensi gejala depresi dan cemas sedang-berat pada ibu hamil (15% dan 11% dari 3.907 responden), prevalensi gejala depresi dan cemas sedang-berat pada ibu menyusui (13% dan 10% dari 5134 responden).
3.	Lebel, C., et al. (2020)	<i>Elevated depression and anxiety symptoms among pregnant individuals during the COVID-19 pandemic</i>	Survei kuesioner	Peningkatan gejala depresi dan gejala kecemasan (37% dan 57%).
4.	Xu K., et al. (2021)	<i>Mental health among pregnant woman under public health interventions during COVID-19 outbreak in Wuhan, China</i>	Cross-sectional	Prevalensi depresi, kecemasan, stres, dan rendahnya kualitas tidur (16,1%, 13,9%, 42,7%, 37,6% dari 274 responden).
5.	Pane, J.P., dkk. (2021)	Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Masa Pandemi COVID-19 dalam Menghadapi Persalinan	Cross-sectional	Cemas ringan-sedang (60,6%, 20/33), cemas berat (33,3%, 11/33) dan tidak mengalami cemas (6,1%, 2/33).
6.	Asmariyah, dkk. (2021)	Tingkat Kecemasan Ibu Hamil pada Masa Pandemi COVID-19 di Kota Bengkulu	Observasi dan Wawancara	Tidak mengalami kecemasan (3,7%, 4/108), kecemasan ringan (39,8%, 43/108), kecemasan sedang (37,0%, 40/108), dan kecemasan berat (19,4%, 21/108) dan tidak ada ibu hamil dalam kategori tingkat kecemasan panik.

## Pembahasan

Berdasarkan 6 artikel yang telah dikaji, didapatkan 3 jenis gangguan atau masalah psikologis yang ditemukan meningkat selama kehamilan di masa pandemi Covid-19, yaitu depresi, kecemasan, dan stres. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental ibu hamil selama pandemi diantaranya kehilangan pekerjaan, isolasi sosial, mengancam nyawa, membahayakan janin, ketegangan hubungan, perubahan PNC (janji dibatalkan 36%, tidak boleh oleh pasangan 90%), menurunnya kualitas PNC, 74% kesulitan mengakses pelayanan kesehatan selama hamil.<sup>(5)</sup> Dari 274 ibu hamil setidaknya sebanyak 62,4% mengalami salah satu dari gejala depresi, kecemasan, stres tinggi, dan rendahnya kualitas tidur.<sup>(7)</sup>

## Depresi

Depresi adalah gangguan afek atau perasaan yang ditandai dengan hilangnya gairah atau kegembiraan disertai dengan gejala-gejala lain seperti gangguan tidur dan penurunan selera makan sehingga seluruh proses mental baik dalam berpikir, berperasaan, ataupun berperilaku dapat mempengaruhi motivasi untuk beraktivitas dalam kehidupan sehari-hari maupun pada hubungan interpersonal.<sup>(8,9)</sup>

Dari penelitian sebelumnya, rata-rata peningkatan depresi pada ibu hamil selama pandemi sebesar 3,5-8,2%. Sedangkan pada penelitian ini dari 156 responden, sebanyak 79 orang atau sekitar 50,6% mengalami masalah pada kesehatan psikologisnya, dan semuanya menderita depresi.<sup>(10)</sup> Menurut penelitian,

disebutkan prevalensi gejala depresi pada ibu hamil selama pandemi Covid-19 meningkat sebesar 15%.<sup>(6)</sup> Didukung penelitian Label C., *et al.* (2020), bahkan peningkatan gejala depresi pada ibu hamil terjadi hingga 37%.<sup>(5)</sup> Masalah psikologis ini banyak dijumpai pada ibu hamil dengan gangguan mental kronis dan perokok.<sup>(6)</sup> Faktor-faktor penyebab depresi seperti tidak memeriksakan diri di fasilitas kesehatan karena dilarang oleh pasangan, kehamilan trimester 1, dan lulusan pendidikan tinggi. Tidak mengetahui kondisi kesehatan tubuhnya akibat keterbatasan perawatan, membuat ibu hamil khawatir terhadap kondisi kesehatan dirinya sendiri dan janin. Kekhawatiran sedang hingga berat mempengaruhi depresi. Ibu hamil trimester 1 rentan mengalami depresi karena selama pandemi sebagian besar kehamilan yang terjadi bukan kehamilan yang diinginkan atau tidak terencana. Ibu hamil dengan riwayat pendidikan tinggi memiliki kecenderungan tingkat depresi yang tinggi pula. Selama pandemi semua pekerjaan dilakukan di rumah sehingga memunculkan kekhawatiran terkait kesehatan keluarga, finansial, dan keamanan. Namun penelitian lain ada yg menemukan sebaliknya sehingga perlu penelitian lebih lanjut tentang ini. Ibu dengan sikap hygiene yang baik memiliki tingkat risiko depresi rendah. Sebanyak 25% partisipan yang memiliki kekhawatiran sedang hingga berat terhadap kondisi janin, padahal hanya sebagian kecil dari mereka yang melaporkan memiliki riwayat kontak atau gejala Covid-19. Kekhawatiran yang berlebihan ini dipengaruhi oleh banyaknya berita-berita terkait perkembangan kasus yang memburuk. Beberapa penelitian sebelumnya menyarankan agar pemerintah mengurangi penyebaran informasi berlebihan seputar Covid-19 dan pengaruhnya terhadap kesehatan. Apalagi selama pandemi terdapat pembatasan fisik yang berimbas pada pelayanan kesehatan prenatal.<sup>(6)</sup> Tidak ada perbedaan yang signifikan antara tingkat depresi yang dialami sebelum dan sesudah *lockdown*. Hal ini dikarenakan, saat *lockdown* dibuka, kekhawatiran terhadap risiko terinfeksi masih tinggi karena mobilitas juga akan meningkat.<sup>(6)</sup>

Risiko depresi akan menurun jika mendapatkan dukungan sosial yang cukup. Kecemasan dan depresi dapat mengubah

struktur fungsi dan struktur otak pada anak. Untuk itu, gangguan psikologis yang terjadi saat hamil perlu mendapatkan penanganan yang tepat melalui intervensi psikologi yaitu *cognitive behavior therapy (CBT)* sebagai terapi utama dan *interpersonal therapy (IPT)* sebagai terapi tambahan.<sup>(5)</sup>

### Cemas

Kecemasan adalah gangguan psikologis berupa kekhawatiran yang tidak jelas di mana tidak memiliki objek spesifik, berhubungan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya.<sup>(11)</sup>

Prevalensi ibu hamil yang mengalami gejala kecemasan sebesar 11%.<sup>(6)</sup> Penelitian oleh Lebel C, *et al.* (2020) menyebutkan peningkatan sebanyak 56,6% kecemasan terjadi pada ibu hamil selama pandemi Covid-19.<sup>(5)</sup> Tingkat kecemasan ibu hamil multigravida trimester III di masa pandemi Covid-19 ditemukan sebanyak 20 orang (60,6%) mengalami kecemasan ringan sampai sedang dan sebanyak 11 orang (33,3%) mengalami kecemasan berat.<sup>(7)</sup> Menurut Asmariyah (2021), ibu hamil dengan kecemasan ringan sebanyak 43 responden (39,8%), kecemasan sedang 40 responden (37,0%), dan kecemasan berat 21 responden (19,4%).<sup>(12)</sup> Sama dengan penelitian Pane, dkk. (2021) ibu hamil trimester ketiga mengalami cemas ringan sampai sedang sebanyak 20 responden (60,6%) dan cemas berat sebanyak 11 responden (33,3%).<sup>(7)</sup>

Berbeda dari penelitian sebelumnya, menurut Dong H., *et al.* (2021) dari 156 responden, sebanyak 13 orang atau 8,3% mengalami kecemasan ringan dan 8,3% juga mengalami gejala kecemasan dan depresi. Berdasarkan rata-rata persentase ibu hamil yang mengalami kecemasan (8,5%-11,9%), tidak ada perubahan atau peningkatan yang signifikan pada ibu hamil yang mengalami kecemasan di masa pandemi. Menurutnya tidak adanya tren peningkatan kecemasan selama hamil di masa pandemi karena pada saat proses pengambilan data, situasi epidemi dalam keadaan stabil dan jumlah kasus terkonfirmasi Covid-19 menurun. Selain itu selama pandemi semua keluarga berada di rumah sehingga menambah dukungan sosial bagi ibu hamil.<sup>(10)</sup>

Sama dengan gejala depresi, masalah ini banyak ditemui pada ibu hamil yang merokok.<sup>(6)</sup> Faktor risiko atau pencetus dari kecemasan ini yaitu stresor Covid-19 dan ketakutan Covid-19 seperti ancaman hidup, membahayakan janin, tidak mendapatkan perawatan, kehilangan pekerjaan, perubahan atau ketegangan hubungan dengan pasangan, perasaan terisolasi, kejenuhan, kecemasan menjelang persalinan, ketakutan ibu untuk menginfeksi dan terinfeksi orang lain, informasi mengenai manajemen Covid-19, serta faktor ekonomi. Ketegangan hubungan, nullipara, usia, tingkat pendidikan, efektifitas kontrol terhadap epidemi, dan pembatasan sosial merupakan faktor-faktor yang secara signifikan dapat mempengaruhi kecemasan.<sup>(4, 6,12)</sup>

Risiko kecemasan akan menurun jika mendapatkan dukungan sosial yang cukup. Dan kecemasan akan menurun jika memiliki kegiatan fisik yang aktif.<sup>(5)</sup> Kecemasan berkorelasi dengan stres dan rendahnya dukungan sosial pada ibu hamil dapat meningkatkan kecemasan.<sup>(10)</sup> Kecemasan dan depresi yang dialami ibu hamil dapat berimbas pada anak dengan mengubah struktur fungsi dan struktur otak pada anak. Untuk itu, gangguan psikologis yang terjadi saat hamil perlu mendapatkan penanganan yang tepat melalui intervensi psikologi.<sup>(5)</sup>

### Stres

Stres merupakan kondisi cemas yang akibat kejadian tertentu yang dampaknya melebihi batas kemampuan coping masalah dari seorang individu.<sup>(14)</sup> Menurut Rahman (2016) stres merupakan reaksi yang ditunjukkan seseorang akibat rangsangan dari dalam maupun luar yang dianggap mengancam, menantang, atau membahayakan kesejahteraan, harga diri, atau integritasnya. Diantaranya pola-pola reaksi yang muncul yaitu kecemasan. Timbulnya reaksi-reaksi ini menyebabkan keseimbangan tubuh terganggu dan memerlukan energi besar agar keseimbangannya kembali normal.<sup>(15)</sup>

Lebih dari 60% ibu hamil mengalami setidaknya salah satu dari gejala gangguan psikologis seperti depresi, stres, cemas, dan gangguan kualitas tidur. Sebanyak 42,7% ibu hamil mengalami stres tinggi akibat pandemi.<sup>(13)</sup> Stres Berhubungan dengan *chronic mental illness* dan *chronic somatic*

*illness*. Stres sering dialami oleh wanita perokok dan pada kehamilan tidak terencana. Tingkat stres akan menurun seiring dengan bertambahnya usia.<sup>(6)</sup> Stres yang terjadi saat hamil dapat mengganggu perkembangan kognitif dan perilaku anak.<sup>(5)</sup> Faktor sosiopsikologi, stres, dan dukungan sosial memiliki pengaruh yang besar terhadap kehamilan. Stres yang tinggi selama hamil di masa pandemi berhubungan dengan munculnya semua gejala yaitu depresi, cemas, dan gangguan kualitas tidur.<sup>(9,12)</sup> Ibu hamil trimester I lebih rentan terhadap stres. Hal ini mungkin terjadi karena kehamilan yang tidak diinginkan atau kehamilan yang tidak direncanakan. Stres dapat menyebabkan seseorang mengalami gejala depresi antenatal, kecemasan kronik, hingga kesulitan tidur dan durasi tidur yang singkat. Stres selama pandemi dipicu oleh meluasnya sebaran penyakit Covid-19, kekhawatiran terhadap kondisi kesehatan, isolasi di rumah, *shortage medical resources*, kehilangan pekerjaan, dan ketegangan hubungan dengan pasangan.<sup>(4,12)</sup> Tidak ada perbedaan yang signifikan antara tingkat stres yang dialami sebelum dan sesudah *lockdown*. Hal ini dikarenakan, saat *lockdown* dibuka, kekhawatiran terhadap risiko terinfeksi masih tinggi karena mobilitas juga akan meningkat.<sup>(6)</sup>

Perhatian khusus harus diberikan pada ibu hamil trimester 1, tingkat pendidikan tinggi, stres tinggi, dan *severe health concerns*. Mereka memiliki risiko yang tinggi terhadap gejala kesehatan mental. Dukungan psikologis pada ibu hamil selama pandemi diperlukan untuk menyembuhkan tekanan psikologis dan masalah kesehatan yang serius untuk meningkatkan kesejahteraan mental pada perinatal.<sup>(13)</sup>

### Kesimpulan

Selama pandemi terdapat berbagai peningkatan gangguan atau masalah psikologis yang menyerang ibu hamil. Masalah-masalah kesehatan mental yang dialami yaitu gejala depresi, kecemasan, dan stres. Gangguan tersebut tidak terlepas dari ketakutan dan stresor Covid-19. Permasalahan kesehatan mental merupakan sesuatu yang serius, pemerintah dan semua golongan masyarakat sebaiknya lebih memperhatikannya. Jika tidak tertangani dengan baik, janin akan terkena dampaknya

sehingga dapat mengubah struktur dan fungsi otak yang berpengaruh kepada pertumbuhan dan perkembangan janin.

### Saran

Selama pandemi diperlukan intervensi psikologis untuk ibu hamil supaya dapat mengatasi atau memiliki coping yang baik terhadap ketakutan dan stresor Covid-19.

### Daftar Pustaka

1. Fakhriyani DV. Kesehatan Mental [Internet]. Vol. 124. Thoha M, editor. Pamekasan: Duta Media Publishing; 2019. Available from: <https://books.google.co.id/books?id=Gan8DwAAQBAJ&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>
2. Dewi KS. Buku ajar kesehatan mental [Internet]. UPT UNDIP Press Semarang. 2012. 143 p. Available from: [http://eprints.undip.ac.id/38840/1/KESEHATAN\\_MENTAL.pdf](http://eprints.undip.ac.id/38840/1/KESEHATAN_MENTAL.pdf)
3. Wuryaningsih, Emi W, Dwi Heni, Iktiarini Erti, Deviantony, Hadi Enggal. Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa 1 [Internet]. 2020. 194 p. Available from: [https://www.google.co.id/books/edition/Buku\\_Ajar\\_Keperawatan\\_Kesehatan\\_Jiwa\\_1/PFnYDwAAQBAJ?hl=id&gbpv=0](https://www.google.co.id/books/edition/Buku_Ajar_Keperawatan_Kesehatan_Jiwa_1/PFnYDwAAQBAJ?hl=id&gbpv=0)
4. Purwaningsih H. Analisis Masalah Psikologis pada Ibu Hamil Selama Masa Pandemi Covid-19 : Literature Review. CALL Pap Semin Nas KEBIDANAN [Internet]. 2020;1(1):9–15. Available from: [http://jurnal.unw.ac.id:1254/index.php/semnas\\_bidan/article/view/639](http://jurnal.unw.ac.id:1254/index.php/semnas_bidan/article/view/639)
5. Lebel C, MacKinnon A, Bagshawe M, Tomfohr-Madsen L, Giesbrecht G. Elevated Depression and Anxiety Symptoms Among Pregnant Individuals During The Covid-19 Pandemic. *J Affect Disord* [Internet]. 2020;5–13. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7395614/>
6. Ceulemans M, Foulon V, Ngo E, Panchaud A, Winterfeld U, Pomar L, et al. Mental health status of pregnant and breastfeeding women during the COVID-19 pandemic-A multinational cross-sectional study. *Acta Obstet Gynecol Scand* [Internet]. 2021;100:1219–29. Available from: <https://obgyn.onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/aogs.14092>
7. Pane JP, Saragih H, Sinaga A, A M, ... Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Masa Pandemi Covid 19 dalam Menghadapi Persalinan. *J Ilmu ...* [Internet]. 2021;4(3):461–8. Available from: <http://www.journal.ppnijateng.org/index.php/ikj/article/view/1054>
8. Lubis NL. Depresi: Tinjauan Psikologis [Internet]. Cetakan II. Jakarta: Kencana; 2016. Available from: [https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=p\\_pDDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR5&dq=depresi+adalah&ots=aNuOwReV8e&sig=5dP5-qo8RaGu2UzjvY-EX9WUDPc&redir\\_esc=y#v=onepage&q=depresi+adalah&f=false](https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=p_pDDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR5&dq=depresi+adalah&ots=aNuOwReV8e&sig=5dP5-qo8RaGu2UzjvY-EX9WUDPc&redir_esc=y#v=onepage&q=depresi+adalah&f=false)
9. Dirgayunita A. Depresi: Ciri, Penyebab dan Penanggannya. *J An-Nafs Kaji Penelit Psikol* [Internet]. 2016;1(1):1–14. Available from: <https://www.ejournal.iai-tribakti.ac.id/index.php/psikologi/article/view/235>
10. Dong H, Hu R, Lu C, Huang D, Cui D, Huang G, et al. Investigation on the mental health status of pregnant women in China during the Pandemic of COVID-19 [Internet]. Vol. 303, *Archives of Gynecology and Obstetrics*. 2021. p. 463–9. Available from: <https://link.springer.com/article/10.1007/s00404-020-05805-x>
11. Mardjan. Pengaruh Kecemasan Pada Kehamilan Primipara Remaja [Internet]. Abrori, editor. 2016. Available from: [https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=y4poDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA2&dq=buku+kecemasan+adalah&ots=O8GC7srfuP&sig=qOIU9SAY70eG68M96K3h2x3lqM4&redir\\_esc=y#v=onepage&q=buku+kecemasan+adalah&f=false](https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=y4poDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA2&dq=buku+kecemasan+adalah&ots=O8GC7srfuP&sig=qOIU9SAY70eG68M96K3h2x3lqM4&redir_esc=y#v=onepage&q=buku+kecemasan+adalah&f=false)
12. Asmariyah, Novianti S. Tingkat Kecemasan Ibu Hamil pada Masa Pandemi Covid-19 di Kota Bengkulu. *J Midwifery* [Internet]. 2021;9(1):1–8. Available from: <https://jurnal.unived.ac.id/index.php/JM/article/view/1341>
13. Xu K, Zhang Y, Zhang Y, Xu Q, Lv L, Zhang J. Mental health among pregnant women under public health interventions during COVID-19 outbreak in Wuhan , China. 2021;301. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165178121002742>
14. Seaward BL. Managing Stress: Principles and Strategies for Health and Well-Being [Internet]. Ninth edit. McAlister C, editor. Burlington: Esperti, Cathy L.; 2018. Available from: [https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=OFgnDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR1&dq=stress+is&ots=XWYDRI5\\_YH&sig=2h72KI0TUE60QOczcUo\\_DdQDcck&redir\\_esc=y](https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=OFgnDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR1&dq=stress+is&ots=XWYDRI5_YH&sig=2h72KI0TUE60QOczcUo_DdQDcck&redir_esc=y)
15. Rahman S. Faktor-Faktor Yang Mendasari Stres Pada Lansia. *J Penelit Pendidik* [Internet]. 2016;16(1). Available from:

---

<https://ejournal.upi.edu/index.php/JER/article/view/2480>