

# Midwifery Psychology: Seni Mendampingi Ibu Hamil

Rahmawati\*, Nurul Yustika Arini, Dian Novita Siswanti, M. Daud

Universitas Negeri Makassar

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan mahasiswa kebidanan dalam mendampingi ibu hamil secara psikologis melalui kegiatan psikoedukasi berbasis modul interaktif. Desain penelitian menggunakan quasi-experimental dengan pre-post test design pada 37 mahasiswa tingkat II semester empat Program Studi D3 Kebidanan Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia Makassar. Kegiatan psikoedukasi dilaksanakan dengan metode pemaparan materi, diskusi interaktif, studi kasus, dan simulasi komunikasi terapeutik yang mencakup "Psikologi Perkembangan Ibu Hamil" dan "Psikologi Bidan sebagai Pendamping", dievaluasi menggunakan instrumen pre-test dan post-test berupa soal pilihan ganda yang dianalisis dengan statistik deskriptif. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan pemahaman peserta dari total skor pre-test 171 menjadi 341 pada post-test (peningkatan 99,42%), dengan 59,46% peserta mencapai peningkatan skor  $\geq 100\%$  dan rata-rata peningkatan individu 4,62 poin, dimana peserta dengan pengetahuan awal rendah menunjukkan peningkatan persentase lebih tinggi (233,33%-900%) dibandingkan peserta dengan skor awal tinggi (11,11%-28,57%). Psikoedukasi terbukti efektif meningkatkan kompetensi psikologis mahasiswa kebidanan dalam memahami dinamika psikologis ibu hamil, komunikasi terapeutik, dan pendekatan holistik, sehingga dapat diintegrasikan dalam kurikulum pendidikan kebidanan.

**Kata Kunci:** Bidan, Kehamilan, Kesehatan Mental, Mahasiswa Kebidanan, Psikoedukasi

DOI:

<https://doi.org/10.47134/pjp.v2i4.4703>

\*Correspondence: Rahmawati

Email: [rahmawatimstfa9@gmail.com](mailto:rahmawatimstfa9@gmail.com)

Received: 22-06-2025

Accepted: 22-07-2025

Published: 22-08-2025



**Copyright:** © 2025 by the authors. Submitted for open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

**Abstract:** This study aims to enhance midwifery students' understanding and skills in psychologically supporting pregnant women through module-based interactive psychoeducation activities. A quasi-experimental design with pre-post test was employed on 37 second-year, fourth-semester students from the D3 Midwifery Study Program at Pelamonia Health Sciences Institute Makassar. Psychoeducation was conducted through material presentation, interactive discussions, case studies, and therapeutic communication simulations covering "Pregnancy Developmental Psychology" and "Midwife Psychology as Companion", evaluated using multiple-choice pre-test and post-test instruments analyzed with descriptive statistics. Results showed significant improvement from total pre-test score of 171 to 341 in post-test (99.42% increase), with 59.46% of participants achieving score improvements  $\geq 100\%$  and individual average improvement of 4.62 points, where participants with low baseline knowledge showed higher percentage improvements (233.33%-900%) compared to those with higher initial scores (11.11%-28.57%). Psychoeducation proved effective in enhancing midwifery students' psychological competencies in understanding pregnancy psychological dynamics, therapeutic communication, and holistic approaches, making it suitable for integration into midwifery education curriculum.

**Keywords:** Midwife, Pregnancy, Mental Health, Midwifery Students, Psychoeducation

## Pendahuluan

Kehamilan merupakan fase penting dalam kehidupan seorang perempuan yang ditandai dengan berbagai perubahan, tidak hanya dalam aspek fisik, tetapi juga dalam aspek psikologis dan emosional. Masa ini sering kali menjadi periode yang penuh tantangan karena ibu hamil harus beradaptasi dengan perubahan hormonal, fisik, sosial, maupun psikologis yang kompleks. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil rentan mengalami gangguan psikologis seperti kecemasan, depresi, dan stres yang dapat muncul akibat sejumlah faktor, antara lain komplikasi selama kehamilan, riwayat keguguran atau kehilangan kehamilan sebelumnya, situasi pandemi, serta minimnya dukungan sosial dari lingkungan sekitar (Maryam & Kusumawati, 2023) (Zainuddin & Nuraini, 2023) (Wahyuni & Hidayat, 2023). Studi yang dilakukan oleh Ahmad et al. (2024) menekankan bahwa kesehatan mental ibu hamil mengalami fluktuasi signifikan dari trimester pertama hingga ketiga, dimana setiap fase memiliki tantangan psikologis yang berbeda. Andriani dan Sari (2023) dalam kajian komprehensif mereka mengidentifikasi bahwa faktor usia, status ekonomi, dukungan keluarga, dan pengetahuan tentang kehamilan menjadi determinan utama kesehatan mental ibu hamil. Lebih lanjut, penelitian Fitria dan Handayani (2024) menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu hamil risiko tinggi tentang kesehatan mental masih rendah, yang berkontribusi pada tingginya prevalensi gangguan psikologis selama kehamilan.

Sebagai contoh, penelitian yang dilakukan oleh Maryam dan Kusumawati (2023) menemukan bahwa sebanyak 62,4% ibu hamil dengan komplikasi kehamilan mengalami kecemasan pada tingkat sedang hingga berat. Sementara itu, hasil penelitian Wahyuni dan Hidayat (2023) menunjukkan bahwa 58,7% ibu hamil memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah selama masa pandemi COVID-19. Temuan ini didukung oleh Sari dan Nurjanah (2021) yang melaporkan bahwa pandemi COVID-19 memperburuk kondisi kesehatan mental ibu hamil hingga 73,2%, terutama yang berkaitan dengan ketakutan akan infeksi dan keterbatasan akses pelayanan kesehatan. Lestari dan Wulandari (2024) lebih spesifik menemukan bahwa faktor usia muda, kurangnya pengetahuan, dan minimnya dukungan suami berkontribusi signifikan terhadap tingginya tingkat kecemasan pada ibu hamil. Gangguan psikologis ini tidak hanya berdampak pada kondisi emosional ibu, tetapi juga dapat mempengaruhi kesehatan fisik ibu dan perkembangan janin. Risiko persalinan prematur, berat badan lahir rendah, hingga gangguan perkembangan janin menjadi konsekuensi serius dari masalah kesehatan mental yang tidak ditangani dengan baik.

Dalam konteks pelayanan kesehatan maternal, bidan memiliki peran strategis sebagai tenaga kesehatan yang berada di garis terdepan. Bidan diharapkan mampu mendeteksi secara dini, melakukan upaya pencegahan, serta memberikan intervensi awal terhadap permasalahan psikologis yang dialami ibu hamil. Berbagai studi menunjukkan bahwa intervensi yang dilakukan oleh bidan, seperti konseling, edukasi tentang kesehatan mental, serta dukungan psikososial, terbukti efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan dan depresi pada ibu hamil (Darmayanti & Julianto, 2022) (Susilawati & Kasanah,

2023). Muharomah et al. (2024) secara khusus menemukan bahwa penerapan komunikasi terapeutik oleh bidan dapat menurunkan tingkat kecemasan ibu bersalin hingga 68,5%. Lebih lanjut, Wulandary et al. (2021) menunjukkan bahwa pelatihan mindfulness yang diberikan oleh tenaga kesehatan terlatih efektif menurunkan kecemasan pada ibu dengan kehamilan pertama trimester III hingga 45,3%. Namun, dalam praktiknya, optimalisasi peran bidan dalam penanganan masalah psikologis ibu hamil seringkali dihadapkan pada berbagai tantangan. Keterbatasan pelatihan terkait kesehatan mental maternal, masih kuatnya stigma terhadap isu kesehatan jiwa, serta tingginya beban kerja di fasilitas pelayanan kesehatan menjadi kendala yang signifikan (Pratama & Kuswanti, 2023) (Rahman et al, 2024). Kondisi ini menunjukkan adanya kebutuhan mendesak untuk memperkuat pendidikan psikologi dalam kurikulum kebidanan, guna membekali calon bidan dengan pengetahuan dan keterampilan yang memadai.

Oleh karena itu, integrasi materi psikologi kebidanan dalam program pendidikan merupakan langkah strategis untuk mempersiapkan mahasiswa kebidanan agar mampu memberikan pendampingan kepada ibu hamil secara holistik. Pendekatan ini tidak hanya berfokus pada aspek medis, tetapi juga memperhatikan faktor psikologis dan sosial-budaya yang mempengaruhi kesehatan ibu dan janin. Dengan bekal pengetahuan berbasis bukti (evidence-based practice) serta pemahaman yang sensitif terhadap konteks budaya, diharapkan calon bidan dapat menjalankan perannya secara optimal dalam mendukung kesehatan mental ibu hamil.

## Metodologi

Kegiatan psikoedukasi ini dirancang sebagai program edukatif partisipatif untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan mahasiswa kebidanan dalam mendampingi ibu hamil secara psikologis. Peserta kegiatan berjumlah 37 mahasiswa tingkat II semester empat dari Program Studi D3 Kebidanan di Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia Makassar.

### 1. Tahapan Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan identifikasi kebutuhan peserta melalui observasi awal. Selanjutnya dilakukan penyusunan modul dan materi berbasis teori psikologi perkembangan dan hasil penelitian terkini. Kegiatan psikoedukasi dilaksanakan dalam bentuk pemaparan materi, diskusi interaktif, studi kasus, dan simulasi komunikasi terapeutik.

### 2. Instrumen Evaluasi

Evaluasi dilakukan menggunakan instrumen pre-test dan post-test yang terdiri atas soal pilihan ganda. Tujuannya adalah untuk mengukur perubahan pemahaman peserta sebelum dan sesudah kegiatan psikoedukasi.

### 3. Teknik Analisis Data

Data hasil pre-test dan post-test dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk mengetahui rata-rata peningkatan skor, persentase perubahan, serta distribusi peningkatan individu peserta.

#### 4. Media dan Materi:

Materi psikoedukasi mencakup dua topik utama: Psikologi Perkembangan Ibu Hamil dan Psikologi Bidan sebagai Pendamping, yang disampaikan melalui media presentasi, modul cetak, dan lembar kerja peserta.

#### Hasil dan Pembahasan

##### Deskripsi Pelaksanaan

Kegiatan psikoedukasi yang dilakukan pada 37 mahasiswa Program Studi Kebidanan Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia Makassar pada tanggal 17 Mei 2025 bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan mahasiswa dalam mendampingi ibu hamil dari perspektif psikologis. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test untuk mengukur pemahaman peserta sebelum dan sesudah kegiatan. Psikoedukasi dimulai dengan pengenalan dan membahas isu hangat terkait permasalahan psikologis yang biasanya dirasakan oleh ibu hamil dan diceritakan oleh mahasiswa bidan. Selanjutnya pelaksana memaparkan materi dalam bentuk powerpoint dengan gambaran berikut:



Gambar 1. Materi Psikoedusi Pertama



Gambar 2. Materi Psikoedusi Kedua

Berdasarkan data yang dikumpulkan dari 37 peserta (meskipun target awal 30 peserta, karena terdapat tambahan peserta), temuan utama adalah sebagai berikut:

**Tabel 1.** Tabel Skoring Peserta

No.	Nama	Usia	Program Studi	Skor Pretest	Skor Post test	Peningkatan
1.	Siti Halijah	21	D3 Kebidanan	9	10	1
2.	Riska Ananda	19	D3 Kebidanan	6	9	3
3.	Melsa Ramadhani	22	D3 Kebidanan	7	9	2
4.	Bq Eva Agustina	22	D3 Kebidanan	4	8	4
5.	Sulvitri Tuhuteru	22	D3 Kebidanan	4	8	4
6.	Andi Zulfani Delvia Arman	18	D3 Kebidanan	6	10	4
7.	Auliah Murti	20	D3 Kebidanan	1	10	9
8.	Mawaddah	19	D3 Kebidanan	2	10	8
9.	Adinda Cahyani	20	D3 Kebidanan	2	10	8
10.	Citra Yulianti	19	D3 Kebidanan	6	10	4
11.	Syahrianti	20	D3 Kebidanan	5	10	5
12.	Novita Herawati	19	D3 Kebidanan	5	10	5
13.	Andi Zulaykha Ramadhani	20	D3 Kebidanan	6	10	4
14.	Andini Samad	21	D3 Kebidanan	3	10	7
15.	Sri Astuti Islamiah	21	D3 Kebidanan	5	10	5
16.	Undri Anti Muna	21	D3 Kebidanan	6	10	4
17.	Kasmalia	21	D3 Kebidanan	3	10	7
18.	Murni Wanca Latuconsina	21	D3 Kebidanan	5	10	5

No.	Nama	Usia	Program Studi	Skor Pretest	Skor Post test	Peningkatan
19.	Aulia Sintia Dewi	19	D3 Kebidanan	5	10	5
20.	Rezky Afriani	20	D3 Kebidanan	6	10	4
21.	Alini Mutiah	19	D3 Kebidanan	7	9	2
22.	Elsa Saputri Subrana	20	D3 Kebidanan	4	6	2
23.	Naizan Tsalasa	19	D3 Kebidanan	5	7	2
24.	Tiara	21	D3 Kebidanan	4	8	4
25.	Firda	22	D3 Kebidanan	8	10	2
26.	Darmayani	20	D3 Kebidanan	5	10	5
27.	Putri Saleh	20	D3 Kebidanan	5	10	5
28.	Dian Novita	21	D3 Kebidanan	4	9	5
29.	Suci Angreni	20	D3 Kebidanan	4	9	5
30.	Lira Natalia	20	D3 Kebidanan	4	10	6
31.	Ilma Yanti Saputri	19	D3 Kebidanan	5	8	3
32.	Andini Rahman	21	D3 Kebidanan	5	8	3
33.	Adinda	22	D3 Kebidanan	4	8	4
34.	Lisa Santika	20	D3 Kebidanan	4	9	5
35.	Wilda Reski Lestari	21	D3 Kebidanan	4	10	6
36.	Intan Nuraini	20	D3 Kebidanan	1	7	6
37.	Imelda Pou	21	D3 Kebidanan	2	9	7
<b>Total</b>				<b>171</b>	<b>341</b>	<b>171</b>

Tabel skoring diatas dapat dijelaskan sebagai berikut:

- Total Skor Pre-test dan Post-test: Total skor pre-test adalah 171, sedangkan total skor post-test adalah 341, dengan peningkatan total sebesar 171 poin. Persentase peningkatan keseluruhan mencapai **99,42%**, menunjukkan efektivitas kegiatan psikoedukasi dalam meningkatkan pemahaman peserta.
- Peningkatan Individu: Dari 37 peserta, 22 peserta (59,46%) menunjukkan peningkatan skor sebesar 100% atau lebih, dengan beberapa peserta mencapai peningkatan sangat signifikan (misalnya, Auliah Murti dengan peningkatan 900% dari skor 1 ke 10, dan Mawaddah serta Adinda Cahyani dengan peningkatan 400% dari skor 2 ke 10). Rata-rata peningkatan per individu adalah 4,62 poin.
- Distribusi Peningkatan: Peserta dengan skor pre-test rendah (1–3) cenderung menunjukkan persentase peningkatan lebih tinggi (233,33%–900%) dibandingkan peserta dengan skor pre-test lebih tinggi (7–9), yang peningkatannya berkisar antara 11,11%– 28,57%. Hal ini menunjukkan bahwa peserta dengan pengetahuan awal yang lebih rendah memperoleh manfaat lebih besar dari kegiatan ini.
- Variasi Peningkatan: Tiga peserta (Elsa Saputri Subrana, Naizan Tsalasa, dan Alini Mutiah) menunjukkan peningkatan di bawah 50%, dengan skor post-test tertinggi hanya mencapai 6–9, yang mungkin menunjukkan tantangan dalam memahami materi atau keterlibatan yang kurang optimal selama kegiatan.

### Dampak Psikoedukasi

Kegiatan psikoedukasi ini memiliki dampak signifikan terhadap pemahaman mahasiswa kebidanan tentang aspek psikologis ibu hamil, sebagaimana ditunjukkan oleh peningkatan skor yang signifikan. Dampak utama meliputi:

1. Peningkatan Pemahaman tentang Dinamika Psikologis Ibu Hamil: Modul "Psikologi Perkembangan Ibu Hamil" yang mencakup dinamika psikologis berdasarkan trimester kehamilan dan faktor risiko (seperti komplikasi, riwayat keguguran, dan kurangnya dukungan sosial) membantu peserta memahami kerentanan ibu hamil terhadap gangguan psikologis seperti kecemasan dan depresi. Hal ini sejalan dengan temuan Maryam dan Kusumawati (2023) yang menyatakan bahwa 62,4% ibu hamil dengan komplikasi kehamilan mengalami kecemasan sedang hingga berat.
2. Pengembangan Keterampilan Komunikasi Terapeutik: Sesi diskusi interaktif dan simulasi komunikasi terapeutik meningkatkan kemampuan peserta untuk menerapkan pendekatan empatik, sebagaimana dijelaskan dalam teori komunikasi terapeutik Peplau (Pratama & Kuswanti, 2023). Peningkatan skor post-test menunjukkan bahwa peserta kini lebih mampu mengenali pentingnya hubungan interpersonal yang mendukung dalam pendampingan ibu hamil.
3. Kesadaran akan Pendekatan Holistik dan Kompetensi Budaya: Materi tentang pendekatan holistik dan trauma-informed care membantu peserta memahami pentingnya memandang ibu hamil sebagai individu utuh dengan aspek fisik,

psikologis, sosial, dan spiritual. Ini mendukung temuan Susanti dan Prasetyo (2023) bahwa kompetensi budaya bidan sangat penting dalam konteks keragaman budaya di Indonesia.

4. Peningkatan Efikasi Diri: Berdasarkan Health Belief Model (HBM), peningkatan pemahaman peserta tentang risiko gangguan kesehatan mental maternal kemungkinan meningkatkan efikasi diri mereka dalam memberikan edukasi dan dukungan psikologis, sebagaimana ditekankan oleh Rahman et al. (2024).

## Analisis

Analisis temuan ini dapat dihubungkan dengan teori-teori yang menjadi landasan kegiatan psikoedukasi:

### 1. Teori Psikososial Erikson

Peningkatan pemahaman peserta tentang dinamika psikologis ibu hamil mencerminkan kebutuhan untuk mendukung tugas perkembangan *generativity* versus *stagnation*, di mana ibu hamil beradaptasi dengan peran keibuan. Peningkatan skor yang signifikan menunjukkan bahwa peserta kini lebih siap untuk memberikan dukungan psikososial yang membantu ibu hamil mengelola kecemasan, sebagaimana ditemukan oleh Maryam dan Kusumawati (2023). Rahayu dan Sartika (2023) memperkuat temuan ini dengan menunjukkan bahwa dukungan yang diberikan oleh tenaga kesehatan terlatih dapat membantu ibu hamil primigravida dalam menghadapi tugas perkembangan psikososial yang kompleks, terutama dalam membangun identitas sebagai calon ibu.

### 2. Teori Stres dan Koping Lazarus & Folkman

Peningkatan skor, terutama pada peserta dengan skor pre-test rendah, menunjukkan bahwa mereka kini lebih memahami strategi koping adaptif (seperti *religious coping* dan dukungan sosial) yang dapat diajarkan kepada ibu hamil. Ini sejalan dengan penelitian Nuryanti dan Wulandari (2022) yang menemukan bahwa konseling berbasis *mindfulness* efektif mengurangi kecemasan ibu hamil. Sartini dan Dewi (2022) lebih lanjut mengidentifikasi bahwa pemahaman tentang mekanisme koping yang adaptif memungkinkan bidan untuk membantu ibu hamil mengembangkan strategi pengelolaan stres yang efektif. Aryani dan Kusuma (2024) menambahkan bahwa penerapan manajemen stres yang terstruktur dapat mencegah eskalasi masalah psikososial pada ibu hamil hingga 67,8%.

### 3. Health Belief Model (HBM)

Peningkatan pemahaman peserta tentang risiko gangguan kesehatan mental dan manfaat intervensi psikologis kemungkinan meningkatkan persepsi mereka tentang pentingnya peran bidan dalam pencegahan dan penanganan dini, sebagaimana ditekankan oleh Rahman et al. (2024). Kartini dan Rosyida (2024) memperjelas bahwa pemahaman tentang HBM memungkinkan bidan untuk mengidentifikasi persepsi ibu hamil tentang kerentanan terhadap masalah kesehatan mental dan memotivasi mereka untuk mengambil tindakan preventif yang tepat.

#### 4. Teori Komunikasi Terapeutik Peplau

Simulasi komunikasi terapeutik dalam kegiatan ini membantu peserta mengembangkan keterampilan mendengarkan secara aktif dan membangun hubungan empatik, yang mendukung temuan Pratama dan Kuswanti (2023) bahwa komunikasi terapeutik efektif dalam mengatasi depresi selama kehamilan. Hidayat dan Sari (2020) secara spesifik menganalisis aspek kesantunan berbahasa dalam komunikasi terapeutik antara bidan dan ibu hamil, menemukan bahwa penggunaan bahasa yang tepat dapat meningkatkan efektivitas komunikasi hingga 78,4%. Permata dan Wijaya (2019) menambahkan bahwa penerapan prinsip-prinsip komunikasi terapeutik yang terstruktur memungkinkan bidan untuk membangun *trust* dan *rapport* yang kuat dengan ibu hamil, yang menjadi dasar bagi intervensi psikologis yang berhasil.

#### 5. Pendekatan Holistik dan *Trauma-Informed Care*

Peningkatan skor menunjukkan bahwa peserta kini lebih sadar akan pentingnya pendekatan holistik yang memperhatikan aspek budaya dan pengalaman traumatis ibu hamil, sebagaimana ditekankan oleh Wahyuni dan Hidayat (2023). Widiyarsari dan Novita (2024) memperkuat konsep ini dengan menunjukkan bahwa dukungan sosial yang holistik dapat meningkatkan resiliensi psikologis ibu hamil, terutama selama masa krisis seperti pandemi. Hal ini menunjukkan bahwa pemahaman mahasiswa tentang pendekatan holistik berkontribusi pada kemampuan mereka untuk memberikan kepedulian yang komprehensif.

#### 6. Model Intervensi Psikoedukasi Berbasis Bukti

Peningkatan skor sebesar 99,42% mendukung efektivitas pendekatan berbasis bukti dalam kegiatan ini, sebagaimana ditemukan oleh Darmayanti dan Julianto (2022) bahwa konseling terstruktur oleh bidan mampu menurunkan kecemasan ibu hamil. Utami dan Pratiwi (2023) menunjukkan bahwa konseling kelompok yang terstruktur dapat menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil hingga 58,7%, sedangkan Yusuf dan Andriani (2023) menemukan bahwa intervensi psikoedukatif berbasis keluarga efektif dalam mengurangi depresi antenatal hingga 72,3%. Temuan-temuan ini mendukung efektivitas model psikoedukasi yang telah diterapkan dalam penelitian ini dan menunjukkan bahwa pendekatan terstruktur dengan melibatkan berbagai *stakeholder* dapat menghasilkan hasil yang optimal.

Secara keseluruhan, hasil analisis menunjukkan bahwa kegiatan psikoedukasi tidak hanya meningkatkan pengetahuan kognitif peserta, tetapi juga membekali mereka dengan keterampilan praktis yang dapat diterapkan dalam praktek klinis. Peningkatan pemahaman yang signifikan, terutama pada peserta dengan *baseline knowledge* yang rendah, mengindikasikan bahwa program psikoedukasi dapat menjadi strategi efektif untuk mengatasi kesenjangan kompetensi dalam pendidikan kebidanan. Hal ini sejalan dengan prinsip *adult learning theory* yang menekankan bahwa pembelajaran yang bermakna terjadi ketika materi yang diajarkan relevan dengan kebutuhan praktis peserta didik.

## Simpulan

Kegiatan psikoedukasi yang dilaksanakan pada 37 mahasiswa Program Studi Kebidanan Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia Makassar berhasil meningkatkan pemahaman dan keterampilan dalam mendampingi ibu hamil dari perspektif psikologis secara signifikan, dengan peningkatan skor sebesar 99,42% dan 59,46% peserta mencapai peningkatan  $\geq 100\%$ . Efektivitas modul "Psikologi Perkembangan Ibu Hamil" dan "Psikologi Bidan sebagai Pendamping" terbukti dalam meningkatkan kesadaran peserta tentang dinamika psikologis ibu hamil, komunikasi terapeutik, dan pendekatan holistik berbasis budaya, yang didukung oleh teori psikososial Erikson, teori stres dan coping Lazarus & Folkman, serta Health Belief Model. Temuan ini menunjukkan urgensi integrasi materi psikologi kebidanan dalam kurikulum formal pendidikan D3 Kebidanan sebagai strategi efektif untuk mengatasi kesenjangan kompetensi psikologis dan meningkatkan kesiapan calon bidan dalam memberikan pelayanan holistik yang responsif terhadap tingginya prevalensi gangguan kesehatan mental pada ibu hamil, sehingga mendukung pencapaian target kesehatan maternal yang berkualitas sesuai komitmen nasional dan internasional.

## Rekomendasi

Berdasarkan temuan penelitian, direkomendasikan agar institusi pendidikan kebidanan mengintegrasikan modul psikoedukasi berbasis interaktif ke dalam kurikulum sebagai mata kuliah wajib, mengembangkan pelatihan berkala untuk dosen pembimbing agar mampu memfasilitasi simulasi komunikasi terapeutik dengan optimal, serta menjalin kemitraan dengan rumah sakit dan puskesmas untuk menyediakan praktik langsung mahasiswa dalam pendampingan psikologis ibu hamil. Selain itu, perlu dikembangkan sistem evaluasi berkelanjutan yang mengukur tidak hanya aspek kognitif tetapi juga aplikasi keterampilan komunikasi terapeutik dalam setting klinis nyata, serta pembentukan pusat konsultasi kesehatan mental maternal di setiap kampus kebidanan sebagai laboratorium praktik bagi mahasiswa sekaligus layanan masyarakat. Implementasi rekomendasi ini diharapkan dapat memperkuat kompetensi lulusan kebidanan dalam memberikan pelayanan komprehensif yang menggabungkan aspek medis dan psikososial, sehingga berkontribusi pada penurunan angka morbiditas dan mortalitas maternal serta peningkatan kualitas hidup ibu dan bayi di Indonesia..

## Daftar Pustaka

- Ahmad, S., Putri, R. A., Sari, D. P., & Lestari, M. (2024). Peningkatan kesehatan mental ibu hamil trimester 1 hingga 3 melalui program dukungan psikologis dan edukasi. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 8(4), 4562-4571. <https://doi.org/10.31764/jmm.v8i4>
- Andriani, M., & Sari, D. P. (2023). Faktor yang mempengaruhi kesehatan mental pada ibu hamil: Scoping review. *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 3(2), 145-155. <https://doi.org/10.47701/detector.v3i2>
- Aryani, D., & Kusuma, H. (2024). Pengaplikasian manajemen stres dan kecemasan sebagai upaya pencegahan masalah psikososial pada ibu hamil. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 6(1), 567-578. <https://doi.org/10.37287/jpm.v6i1>

- Darmayanti, S., & Julianto, V. (2022). Effectiveness of midwife-led counseling intervention on reducing pregnancy-related anxiety: A randomized controlled trial in rural Indonesia. *Midwifery*, 115, 103-112. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2022.103112>
- Fitria, N., & Handayani, S. (2024). Gambaran pengetahuan ibu hamil risiko tinggi tentang kesehatan mental. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(3), 1205-1214. <https://doi.org/10.37287/jpppp.v6i3>
- Hidayat, A., & Sari, M. (2020). Analisis kesantunan berbahasa dalam dialog komunikasi terapeutik antara bidan dengan ibu hamil. *Pujangga: Jurnal Bahasa dan Sastra*, 6(2), 156-168. <https://doi.org/10.47313/pujangga.v6i2>
- Kartini, S., & Rosyida, A. (2024). Upaya mempersiapkan kesehatan mental ibu hamil: Literature review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 7(3), 1245-1255. <https://doi.org/10.56338/mppki.v7i3>
- Lestari, D. A., & Wulandari, P. (2024). Hubungan usia, pengetahuan dan dukungan suami dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil di TPMB Sunter Agung. *Indonesian Journal of Nursing Scientific*, 4(2), 78-89. <https://doi.org/10.33659/ijns.v4i2>
- Maryam, S., & Kusumawati, E. (2023). Gambaran kondisi psikologis ibu hamil dengan komplikasi kehamilan dan peran bidan dalam penanganannya. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 19(2), 87-96. <https://doi.org/10.26699/jnk.v19i2>
- Muharomah, S., Fitria, A., & Dewi, R. K. (2024). Hubungan komunikasi terapeutik bidan dengan kecemasan ibu bersalin di RS Prasetya Bunda Tasikmalaya tahun 2023. *Malahayati Nursing Journal*, 6(1), 234-245. <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i1>
- Nuryanti, S., & Wulandari, P. (2022). Model konseling kehamilan berbasis mindfulness untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional*, 7(1), 45-56. <https://doi.org/10.37341/jkkt.v7i1>
- Permata, I., & Wijaya, D. (2019). Penerapan komunikasi terapeutik dalam pelayanan kesehatan. *Jurnal Kaganga: Jurnal Ilmiah Sosial dan Humaniora*, 2(1), 89-102. <https://doi.org/10.36418/kaganga.v2i1>
- Pratama, N. H., & Kuswanti, I. (2023). Midwives' experiences in providing psychological support for pregnant women with depression: A qualitative study in Indonesia. *International Journal of Nursing and Midwifery*, 15(3), 78-89. <https://doi.org/10.5897/IJNM2023.0456>
- Rahayu, S., & Sartika, D. (2023). Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan ibu hamil primigravida. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 14(2), 123-134. <https://doi.org/10.36419/jkebin.v14i2>
- Rahman, A., Surya, I., & Dewi, F. S. T. (2024). The role of Indonesian midwives in addressing mental health issues during pregnancy: A cross-sectional study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 24, 156. <https://doi.org/10.1186/s12884-024-06356-2>
- Sari, R. P., & Nurjanah, I. (2021). Kesehatan mental ibu hamil sebagai dampak pandemi COVID-19: Kajian literatur. *Healthy Tadulako Journal*, 7(2), 98-107. <https://doi.org/10.22487/htj.v7i2>
- Sartini, N. W., & Dewi, L. P. (2022). Faktor yang berhubungan dengan tingkat stres pada ibu hamil dalam menghadapi persalinan. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 10(4), 847-856. <https://doi.org/10.26714/jkj.10.4.2022.847-856>

- 
- Susanti, H., & Prasetyo, Y. B. (2023). Cultural competence and psychological care for pregnant women: Perspectives from Indonesian midwives. *Journal of Transcultural Nursing*, 34(4), 445-454. <https://doi.org/10.1177/10436596231178945>
- Susilawati, D., & Kasanah, U. (2023). Peran bidan dalam penanganan stres dan depresi pada ibu hamil: Systematic review. *Jurnal Bidan Cerdas*, 5(2), 67-78. <https://doi.org/10.33860/jbc.v5i2>
- Utami, F. D., & Pratiwi, A. (2023). Efektivitas konseling kelompok terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu hamil. *Jurnal Psikologi Klinis Indonesia*, 9(2), 78-89. <https://doi.org/10.21776/ub.jpki.2023.009.02>
- Wahyuni, S., & Hidayat, T. (2023). Psychological wellbeing among pregnant women during COVID-19 pandemic: The mediating role of midwifery support. *International Journal of Maternal and Child Health*, 11(2), 123-135. <https://doi.org/10.12816/0060789>
- Widiasari, H., & Novita, R. (2024). Peran dukungan sosial terhadap resiliensi psikologis ibu hamil selama pandemi. *Indonesian Journal of Health Psychology*, 2(1), 34-47. <https://doi.org/10.21776/ub.ijhp.2024.002.01>
- Wulandary, P., Sari, D. M., & Fitri, A. (2021). Pelatihan mindfulness untuk menurunkan kecemasan ibu dengan kehamilan pertama trimester III. *INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 6(1), 45-58. <https://doi.org/10.20473/jpkm.v6i1>
- Yusuf, M., & Andriani, F. (2023). Intervensi psikoedukatif berbasis keluarga untuk mengurangi depresi antenatal. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 15(1), 112-125. <https://doi.org/10.20884/1.jip.2023.15.1>
- Zainuddin, M., & Nuraini, S. (2023). Perceived stress and coping strategies among pregnant women with history of pregnancy loss: Implications for midwifery practice. *Women and Birth*, 36(4), e234-e242. <https://doi.org/10.1016/j.wombi.2023.02.015>