



---

## **PENGARUH STRES PADA IBU HAMIL TRIMESTER III TERHADAP AKTIVITAS JANIN YANG DIKANDUNG DI WILAYAH PUSKESMAS GRABAG 1 KABUPATEN MAGELANG**

**Wiwin Renny R<sup>1)</sup>, Yeni Yulianti<sup>2)</sup>**

<sup>1), 2)</sup> Prodi D IV Keperawatan Magelang Poltekkes Semarang

E-mail : [wiwin@yahoo.co.id](mailto:wiwin@yahoo.co.id)

---

### **ABSTRAK**

Latar Belakang. Stres yang dialami ibu hamil trimester III dapat berdampak buruk bagi ibu hamil dan janin yang dikandung. Menurut hasil penelitian, ibu hamil yang punya tingkat stres tinggi dapat meningkatkan resiko kelahiran bayi prematur, bahkan keguguran. Ketika ibu hamil merasakan kecemasan dan stres , tubuhnya akan memproduksi hormon stres yang bisa berdampak kepada janin yang berefek menghambat pembuluh darah dan mengurangi suplai oksigen ke janin, dan menyebabkan aktivitas atau gerakan tidak normal. Tujuan. Untuk mengetahui pengaruh stres pada ibu hamil trimester III terhadap aktivitas janin yang dikandung di wilayah Puskesmas Grabag 1 Magelang. Metode Penelitian. Desain penelitian ini menggunakan metode cross sectional. Sampel ditentukan dengan purposive sampling sesuai dengan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi yang telah ditetapkan. Jumlah keseluruhan sampel sejumlah 35 responden yang memenuhi kriteria. Uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk Test dan analisa data menggunakan Uji Spearman's. Hasil. Tidak ada hubungan antara stres pada ibu hamil trimester III terhadap aktivitas janin yang dikandung dengan  $p=0,000 (<0,05)$ . Dan hasil uji diperoleh nilai  $p=0,778 (>0,05)$  yang artinya  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak. Rekomendasi. dapat meningkatkan pengetahuan mengenai stres pada ibu hamil dan menjadi bahan pembelajaran bagi penelitian selanjutnya.

Kata kunci : stres, ibu hamil trimester III, aktivitas janin

---

### ***STRESS EFFECT OF PREGNANT WOMEN ON TRIMESTER III FETUS ACTIVITIES IN THE HEALTH DISTRICT GRABAG 1 MAGELANG***

#### **ABSTRACT**

*Background. Stress experienced third trimester pregnant women may adversely affect pregnant women and fetus. According to the study, pregnant women who have high stress levels can increase the risk of preterm birth, even miscarriage. When a pregnant woman to feel anxiety and stress, the body will produce stress hormones that can affect the fetus that affects inhibit blood vessel and reduces the supply of oxygen to the fetus, and cause abnormal activity or movement. Objective. To determine the effect of stress on the third trimester pregnant women to the fetus activity in the health district Grabag 1 Magelang. Methods. This research design using cross sectional method. The sample was determined by purposive sampling in accordance with predetermined inclusion and exclusion criteria. The total sample size is 35 respondents who meet the criteria. The normality test used the Shapiro-Wilk Test and data analysis used the Spearman's Test. Results. There was no association between stress in the third trimester pregnant women to the fetus activity with  $p = 0.000 (<0.05)$ . And test results obtained  $p$  value = 0.778 ( $> 0.05$ ), which means that  $H_0$  is accepted and  $H_a$  is rejected. Recommendation. To increase knowledge about stress in pregnant women and become learning materials for further research.*

*Keywords: stress, third trimester pregnant women, fetal activity*

---

## **PENDAHULUAN**

Kehamilan seharusnya menjadi saat yang paling membahagiakan bagi seorang ibu, namun terkadang sebagai calon ibu (apalagi baru pertama menghadapi kehamilan) ada rasa khawatir yang berlebihan sehubungan dengan semakin dekat dengan proses melahirkan. Gangguan mood atau stres terkadang muncul pada satu dari empat wanita hamil, namun seringkali ibu hamil tersebut tidak menyadari gangguan mood atau stres ibu karena mereka menganggap kejadian ini merupakan hal yang sering dialami ibu hamil. Padahal jika tidak ditangani dengan baik dapat mempengaruhi bayi yang dikandungnya (Priyoto, 2016:45).

Stres selama kehamilan merupakan gangguan mood yang sama seperti halnya yang terjadi pada orang umum, dimana pada kejadian stres akan terjadi perubahan kimiawi pada otak, stres juga dapat dikarenakan adanya perubahan hormon yang berdampak mempengaruhi mood ibu sehingga ibu merasa kesal, jenuh atau sedih. Selain itu, adanya kekhawatiran akan kandungan secara terus menerus akan membuat ibu merasa tertekan.

Selama kehamilan berlangsung, terdapat rangkain proses psikologis yang terkadang berkaitan erat dengan perubahan biologis yang sedang terjadi. Peristiwa dan proses psikologis ini dapat

diidentifikasi pada trimester ketiga, pada trimester ketiga merupakan waktu persiapan yang aktif terlihat dalam menanti kelahiran bayi dan menjadi orang tua sementara perhatian utama wanita terfokus pada bayi yang akan segera dilahirkan. Pergerakan janin dan pembesaran uterus, keduanya menjadi hal yang menjadi titik fokus pada ibu hamil sehingga kemungkinan dapat meningkatkan stresor.

Kondisi stres dapat disebabkan oleh berbagai sebab atau sumber, dalam istilah yang lebih umum disebut stresor. Stresor adalah keadaan atau situasi, obyek atau individu yang dapat menimbulkan stres. Secara umum, stresor dapat dibagi menjadi tiga, yaitu fisik, sosial, dan psikologis (Priyoto, 2016:2).

Berdasarkan latar belakang tersebut maka perlu adanya penelitian lebih lanjut tentang pengaruh stres pada ibu hamil terhadap aktivitas janin dalam kandungan.

## **METODE**

Metode penelitian yang dilakukan adalah cross sectional. Variabel independent pada penelitian ini adalah stres pada ibu hamil trimester III dan variabel dependent adalah aktivitas janin. Stres pada ibu hamil adalah reaksi ibu hamil baik secara fisik maupun emosional yang terjadi akibat

penyesuaian diri dari kondisi tidak hamil menjadi hamil, yang diukur dengan instrumen HARS dan hasilnya dinyatakan dengan tidak stres, stres ringan, stres sedang dan stres berat. Aktifitas janin adalah gerakan janin yang dapat dirasakan oleh ibu yang diukur pada waktu yang sama setiap harinya. Hasil diukur dengan cara menghitung gerakan janin dalam waktu 2 jam. Dikatakan normal bila gerakan janin tidak kurang dari 10 kali dalam 2 jam, tidak normal bila gerakan janin kurang dari 10 kali dalam 2 jam.

Tempat dan Waktu Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Grabag 1 Kabupaten Magelang mulai bulan Januari - Maret 2019.

Populasi dan Sampel Penelitian sebagai berikut : Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester III dengan usia kehamilan 7-9 bulan di wilayah kerja Puskesmas Grabag 1 Kabupaten Magelang. Teknik sampling yang digunakan adalah non probability sampling. Sampel ditentukan secara purposive sampling dengan kriteria inklusi: seluruh ibu hamil dengan usia kehamilan 7-9 bulan, kehamilan tunggal, merupakan pasien tetap di wilayah kerja Puskesmas Grabag 1 dan memiliki buku KIA. Kriteria eksklusi yaitu ibu hamil dengan penyakit penyulit

kehamilan. Jumlah keseluruhan sampel yang sesuai dengan kriteria sebanyak 35 orang.

Analisa Data dalam penelitian ini adalah menggunakan Aplikasi SPSS dan Sebelum dilakukan analisa data dilakukan uji normalitas menggunakan Saphiro-Wilk Test dengan hasil  $p=0.000$  ( $<0.05$ ) sehingga data dinyatakan terdistribusi tidak normal. Oleh karena itu, analisa data menggunakan Uji Spearman's dimana hasil yang diperoleh nilai  $p=0.778$  ( $>0.05$ ) sehingga  $H_0$  diterima.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Karakteristik Responden

#### 1. Usia kehamilan

Distribusi frekuensi dari karakteristik responden penelitian tersebut terangkum dalam tabel berikut tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Kehamilan

Usia Kehamilan	Jumlah Ibu Hamil	Persentase (%)
7 bulan	20	57,1%
8 bulan	11	31,5%
9 bulan	4	11,4%
Total	35	100%

Sumber: Data Primer Januari-Februari 2019

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa sebagian besar ibu hamil dengan usia kehamilan 7 bulan sebanyak 20 orang (57,1%) dan yang memiliki usia kehamilan 9 bulan atau mendekati kelahiran hanya 4 orang (11,4%).

## 2. Pekerjaan

Tabel 2. karakteristik responden berdasarkan pekerjaan

Pekerjaan	Jumlah	persentase (%)
IRT	31	88,6%
Wiraswasta	4	11,4%
Total	35	100%

Sumber : Data Primer Januari-Februari 2019

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa sebagian ibu hamil bekerja sebagai IRT atau ibu rumah tangga sebanyak 31 responden (88,6%), dan wiraswasta sebanyak 4 responden (11,4%).

## 3. Umur

Tabel 3. Karakteristik responden berdasarkan rentang umur

Umur	Jumlah Ibu Hamil	Persentase (%)
≤ 20 tahun	1	2,9%
21-35 tahun	30	85,7%
> 35 tahun	4	11,4%
Total	35	100%

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa sebagian besar ibu hamil trimester III berusia 21-35 tahun yaitu sebanyak 30 responden (85,7%), dan ≤20 tahun sebanyak 1 responden (2,9%).

## B. Tingkat stres pada ibu hamil trimester III

Tabel 4 Distribusi frekuensi tingkat stres pada ibu hamil trimester III

Tingkat stres	Jumlah	persentase (%)
Tidak	10	28,6%
Ringan	11	31,4%
Sedang	12	34,3%
Berat	2	5,7%
Total	35	100%

Sumber : Data Primer Januari-Februari 2019

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa jumlah ibu hamil terbanyak yang mengalami stres sedang berjumlah 12 responden (34,3%), dan stres berat 2 responden (5,7%).

## C. Aktivitas janin

Tabel 5. Distribusi frekuensi aktivitas janin pada ibu hamil trimester III

Aktivitas janin	Jumlah	Persentase (%)
Normal	35	100%
Total	35	100%

Sumber: Data Primer Januari-Februari 2019

Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui bahwa aktivitas atau gerakan janin secara keseluruhan normal dengan jumlah 35 responden (100%).

## D. Hasil Uji

Uji normalitas tingkat stres pada ibu hamil trimester III dan aktivitas janin yang dikandung. Uji normalitas yang dilakukan menggunakan *Saphiro-Wilk Test* karena jumlah sampel atau responden <50, berikut hasil uji normalitas :

Tabel 6. Hasil uji normalitas menggunakan *Saphiro-Wilk Test*

Variabel	<i>P</i>	Status
tingkat stres	0,000	data tidak normal
aktivitas janin	0,000	data tidak normal

Sumber : Data Primer Januari-Februari 2019

Hasil uji normalitas menggunakan *Saphiro-Wilk Test* pada tabel 4.6, diketahui bahwa nilai  $p=0,000$  ( $< 0,05$ ) sehingga data dinyatakan berdistribusi tidak normal, sehingga untuk menguji atau melakukan analisis menggunakan uji *Spearman's*, dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 7. Hasil uji *Spearman's*

Variabel	Mean	<i>P</i>
tingkat stres	2,17	0,778
aktivitas janin	5,83	0,778

Sumber: Data Primer Januari-Februari 2019

Berdasarkan hasil uji *Spearman's* pada tabel 4.7, diperoleh nilai  $p=0,778$  ( $>0,05$ ) dan  $H_0$  diterima, sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa stres pada ibu hamil trimester III tidak berpengaruh pada aktivitas janin yang dikandung.

## Pembahasan

### A. Karakteristik Responden

#### 1. Usia Kehamilan

Berdasarkan usia kehamilan menunjukkan bahwa usia kehamilan terbanyak yaitu 7 bulan

sebanyak 14 reponden. Menurut Tammy febriani (2019) disebutkan bahwa usia kehamilan seorang ibu dapat mempengaruhi aktivitas atau gerakan janin, dikarenakan semakin bertambah usia kandungan ibu makan akan semakin besar pula janin yang dikandung sehingga menyebabkan ruang gerak didalam kandungan semakin berkurang sehingga janin lebih sulit bergerak. Menurut pendapat Janiwarty & Pieter (2012) pada trimester III perubahan psikologi ibu terkesan lebih kompleks dan meningkat kembali dibanding trimester sebelumnya, dan ini tidak lain dikarenakan kondisi kehamilan yang semakin membesar, sehingga memungkinkan terjadinya stres pada ibu hamil yang baru memasuki trimester III.

#### 2. Pekerjaan

Dari pekerjaan menunjukkan bahwa pekerjaan ibu hamil terbanyak adalah IRT atau ibu rumah tangga yaitu sejumlah 31 ibu hamil. Ibu hamil yang tidak bekerja akan kurang mendapat informasi karena ibu hanya di rumah saja dan tidak dapat berkumpul dengan orang lain untuk berdiskusi masalah kesehatan tentang stres pada ibu

hamil. Ibu hamil yang bekerja akan bertemu dengan orang lain sehingga dapat berdiskusi tentang kesehatan dan dapat memperoleh informasi kesehatan. Ibu yang bekerja akan memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung, hal ini sesuai dengan pendapat Mubarak (2009) yang mengatakan lingkungan pekerjaan dapat menjadikan seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan, baik secara langsung maupun tidak langsung. Sehingga ibu hamil yang bekerja akan lebih tahu mengenai stres yang dialami saat masa kehamilan dan tahu cara mengatasinya dengan saling bertukar informasi dengan orang lain.

### **3. Rentang Umur**

Berdasarkan hasil dari analisis data yang dilakukan peneliti di wilayah Puskesmas Grabag 1 Magelang tentang karakteristik umum responden menunjukkan bahwa usia ibu hamil terbanyak adalah 21-35 tahun sejumlah 30 ibu hamil. Pada usia 21-35 tahun resiko gangguan kesehatan pada ibu hamil paling rendah yaitu sekitar 15%. Selain itu apabila dilihat dari perkembangan kematangan, wanita pada kelompok umur ini telah

memiliki kematangan reproduksi, emosional maupun aspek sosial. Selain itu seorang ahli mengatakan wanita pada usia 24 tahun mengalami puncak kesuburan dan pada usia selanjutnya mengalami penurunan kesuburan akan tetapi masih bisa hamil.

### **B. Tingkat stres pada ibu hamil trimester III**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap ibu hamil trimester III di wilayah puskesmas Grabag 1 Magelang, diketahui bahwa ibu hamil terbanyak yang mengalami stres sedang berjumlah 12 orang. Penelitian yang telah dilakukan oleh Supriadi (2011) juga menunjukkan, bahwa dari sejumlah 25 orang subjek, didapati presentase tingkat kecemasan yaitu cemas sedang sejumlah 80,0 % atau sekitar 20 orang, cemas ringan sejumlah 12,0 % atau sekitar 3 orang, dan cemas berat sejumlah 8,0 % atau sekitar 2 orang. Diambil kesimpulan dari hasil penelitian ini yaitu tingkat kecemasan yang dialami ibu hamil anak pertama pada trimester III yang paling mendominasi adalah kecemasan pada tingkatan sedang dengan jumlah 20 orang (80,0 %) .Stres dimulai pada bulan ke dua yaitu ketika mereka mengetahui kehamilannya, dan kemudian

meningkat lagi pada usia kehamilan memasuki lima bulan. Pada bulan keenam dan ketujuh, perubahan psikis pada ibu trimester pertama diperkirakan 80%, timbul sifat rasa kecewa, penolakan, cemas dan rasa sedih. Pada trimester ke dua psikologi ibu tampak lebih tenang dan mulai dapat beradaptasi, dan pada trimester tiga, perubahan psikologi ibu terkesan lebih kompleks dan meningkat kembali dibanding trimester sebelumnya, dan ini tidak lain dikarenakan kondisi kehamilan yang semakin membesar. Janiwarty dan Pieter, 2012 (dalam Zamriati, 2013).

### **C. Aktivitas janin**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap 35 ibu hamil di wilayah Puskesmas Grabag 1 Magelang diperoleh hasil dari perhitungan aktivitas janin yang dikandung yaitu 35 ibu hamil normal. Menurut Tammy febriani (2019) ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi gerakan janin, salah satunya yaitu kadar oksigen, tinggi atau rendahnya kadar oksigen yang diterima janin juga memengaruhi gerakan, bila oksigen yang diterima rendah, maka tubuh akan menjadi lemah dan gerakan janin pun jadi melemah. Yang kedua yaitu air ketuban, banyaknya air ketuban juga

turut memengaruhi pergerakan janin di dalam kandungan. Jika air ketuban dalam kandungan hanya sedikit maka janin pun akan sulit bergerak. Namun bila air ketuban di dalam rahim cukup banyak, maka janin akan bebas bergerak. Ketiga usia kehamilan, semakin besar usia kehamilan, maka gerakan janin juga akan semakin berkurang. Hal ini terjadi karena janin yang semakin membesar sehingga ruang gerakannya di rahim mama menjadi terbatas. Sedangkan pendapat lain mengatakan bahwa kadar adrenalin yang dilepaskan oleh hipotalamus pada ibu hamil trimester III dapat menyebabkan aliran darah yang menuju ke rahim akan terhambat, dan oksigen yang diantarkan darah melalui plasenta menuju janin akan berkurang. Akibat yang ditimbulkan ketika janin kekurangan oksigen adalah menurunnya sirkulasi yang ada didalam tubuh janin, sehingga memungkinkan aktivitas janin akan terganggu karena suplay oksigen yang tidak adekuat, dan akan terjadi ketidak normalan dalam pergerakan atau aktivitas janin didalam kandungan.

### **D. Pengaruh stres pada ibu hamil terhadap aktivitas janin**

Berdasarkan hal tersebut diatas menunjukkan bahwa stres yang

dialami ibu hamil trimester III memang tidak berpengaruh terhadap aktivitas janin yang dikandung meskipun stres merupakan salah satu faktor penyebab aktivitas janin namun tidak menjadi faktor utama. Menurut penelitian Dwi Rukma Santy (2019) juga menyebutkan bahwa ada beberapa faktor lagi yang bisa berpengaruh terhadap aktivitas janin yaitu yang pertama suplai oksigen dan nutrisi yang kurang, oksigen merupakan hal yang penting dalam tubuh manusia, termasuk ketika ibu dalam kondisi hamil. Ketika ibu mengalami kekurangan oksigen, maka secara otomatis dapat mempengaruhi kadar oksigen dalam tubuh bayi, sehingga tubuh menjadi lemas dan tidak bertenaga. Seperti halnya pada orang dewasa bila kekurangan oksigen akan malas untuk bergerak, begitupun dengan kondisi bayi dalam kandungan. Yang kedua usia kehamilan, semakin besar usia kehamilan maka ukuran bayi akan semakin bertambah sehingga ruang dalam perut ibu juga akan semakin penuh yang akhirnya menyebabkan berkurangnya ruang gerak bayi.

Hal ini pun biasa dirasakan pada usia kehamilan lebih dari 40 minggu atau kehamilan lewat waktu (*postdate*). Ibu biasanya merasakan penurunan gerakan pada bayi yang

tadinya aktif menjadi reaktif dari sebelumnya. Ketiga cairan ketuban, cairan ketuban (*amnion*) adalah cairan yang berada dalam kandungan yang berfungsi sebagai nutrisi dan pelindung trauma, air ketuban ini juga memengaruhi pergerakan bayi dalam kandungan. Jika air ketuban dalam kandungan hanya sedikit maka bayi akan sulit bergerak. Sebaliknya bila jumlahnya berlebihan maka bayi akan sering bergerak. Ke empat keadaan lingkungan, bayi dapat aktif bergerak ketika kondisi lingkungan di sekitarnya terlalu berisik/gaduh misalnya ketika si ibu makan. Hal ini terjadi karena janin tiba-tiba bangun akibat suara pergerakan usus (*peristaltik*) ketika ada makanan yang masuk ke dalam usus ibu.

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan komputer dengan uji *Spearman's* diperoleh nilai  $p=0,778$  ( $>0,05$ ) menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh antara stres yang dialami ibu hamil dengan aktivitas janin yang dikandung, atau tidak ada hubungan yang signifikan antara stres yang dialami ibu hamil dengan aktivitas atau gerakan janin didalam kandungan. hal ini menunjukkan bahwa stres bukan faktor utama ketidak normalan aktivitas janin atau gerakan janin. Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa stres pada ibu hamil

trimester III tidak berpengaruh pada aktivitas janin yang dikandung.

Dalam penelitian ini ada beberapa keterbatasan dan kelemahan peneliti, adapun keterbatasan dan kelemahannya antara lain, Peneliti hanya berfokus pada satu faktor dari beberapa faktor penyebab terjadinya aktivitas janin didalam kandungan. Kemudian peneliti tidak langsung memeriksa langsung saat ibu hamil merasakan adanya gerakan janin sehingga hasil belum tentu signifikan, serta peneliti harus mendatangi rumah ibu hamil satu persatu karena ibu hamil merasa malas untuk datang ke posyandu. Sehingga membutuhkan waktu yang cukup lama

## **PENUTUP**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan tentang pengaruh stres pada ibu hamil trimester III terhadap aktivitas janin yang dikandung di wilayah puskesmas Grabag 1 Magelang, Hasil uji normalitas menggunakan *Saphiro-Wilk Test* diketahui bahwa nilai  $p=0,000$  ( $< 0,05$ ) sehingga data dinyatakan berdistribusi tidak normal, maka digunakan uji *Spearman's* diperoleh nilai  $p=0,778$  ( $>0,05$ ) dan  $H_0$  diterima, sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa stres pada ibu hamil trimester III tidak berpengaruh pada aktivitas janin

yang dikandung, karena gerakan jani juga dapat dipengaruhi oleh kadar oksigen, jumlah air ketuban dan usia kandungan.

### **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh stres pada ibu hamil trimester III terhadap aktivitas janin yang dikandung di wilayah puskesmas Grabag 1 Magelang, bagi ibu hamil diharapkan responden dapat memenejemen stres dengan baik dan mengurangi adanya stresor berlebih selama kehamilan, karena stres yang berkepanjangan akan berdampak bagi kesehatan janin didalam kandungan, kemudian saran bagi peneliti lain mengingat adanya keterbatasan dalam penelitian ini, antara lain hanya menggunakan kuesioner untuk pengumpulan data tanpa diikuti observasi. Untuk itu kepada peneliti selanjutnya agar lebih menyempurnakan penelitian dengan metode yang lebih lengkap, diantaranya pengumpulan data tidak hanya menggunakan kuesioner saja, akan tetapi diikuti dengan observasi terhadap ibu hamil dan wawancara mendalam sehingga didapatkn hasil yag lebih baik. Dan bagi pendidikan diharapkan dengan penelitian ini dapat menjadi bahan pembelajaran mengenai stres ibu hamil dan aktivitas janin, serta sebagai bahan acuan penelitian selanjutnya untuk lebih baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ade 2011. Psikologis dan Kesehatan Wanita. Nuha Medika. Yogyakarta ;
- Angolla, Joshep E.&Henry Ongori. 2009 An Assessment of Academic Sress Among Undergraduatet students : The Class of University of Botswana. Education Research and Review. Vol. 4 (2) :
- Arwenia Jhaquin. 2010 Psikologi Untuk Kebidanan. Nuhamedika. Yogyakarta;
- Alodokter. 2016 Ibu Hamil Jangan Stres, Efeknya Bisa Buruk untuk Janin.. 06 Januari 2019. <http://www.alodokter.com/ibu-hamil-jangan-stres-efeknya-bisa-buruk-untuk-janin>.
- Ayah Bunda. 2015 Mengenal Gerakan Janin.. 20 Desember 2016. <http://www.ayahbunda.co.id/kehamilan-tips/mengenal-gerakan-janin>
- Bunda Mezy. 2016 Manajemen Emosi Ibu Hamil. Edisi 1. Yogyakarta. Saufa;. pp.79-174.
- Bidanku 2016. Mengetahui, Manfaat dan Mengukur Gerakan Janin.. 20 Desember 2016. <http://bidanku.com/mengetahui-manfaat-dan-mengukur-gerakan-janin>.
- Bidanku 2019. Usia Ideal Wanita untuk Hamil dan Melahirkan.. 21 Maret 2019. Usia Ideal Wanita untuk Hamil dan Melahirkan.htm
- Dewi, Vivian Nani Lia dan Tri Sunarsih. 2011 Asuhan Kehamilan untuk Kebidanan. Edisi 1. Jakarta. Salemba Medika;.
- Dwi Rukma Santy 2019. Kenali Sejak Dini Faktor Penyebab Gerakan Janin Dalam Kandungan.. 21 Maret 2019. Kenali Sejak Dini Faktor Penyebab Gerakan Janin Dalam Kandungan.htm
- Fifi Fruitasari. 2014 Cara Memantau Gerakan Janin Dan Faktor Yang Mempengaruhinya.. 20 Desember 2016. <https://id.scribd.com/doc/232770957/Cara-Memantau-Gerakan-Janin-Dan-Faktor-Yang-Mempengaruhinya>.
- Hidayat, A. Aziz Alimul 2003. Metode Penelitian Kebidanan dan Tehnik Analisis Data. Jakarta, Salemba Medika.
- Hilman Hilmansyah 2012. Faktor yang Memengaruhi Gerakan Janin.. 20 Desember 2016. <http://female.kompas.com/read/2012/12/26/16424126/faktor.yang.memengaruhi.gerakan.janin>
- Imatama, Zuhrina 2006. Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan di Lembaga Pendidikan Perkebunan (LPP) Kampus Medan.Medan :
- Janiwanti, B & Pieter, HZ. 2013 Pendidikan Psikologi Untuk Bidan.Yogyakarta. Rapha Publishing;
- Manuaba, IBG, dkk 2010. Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan Dan KB. Jakarta : EGC.
- Mubarak, Wahit Iqbal, dkk 2009. Ilmu Keperawatan Komunitas; Konsep dan Aplikasi. Jakarta : Salemba Medika.
- Notoatmodjo, S. 2010 Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta. Rineka Cipta;
- Nursalam2009. Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan, Pedoman Skripsi, Tesis, dan Instrumen Penelitian Keperawatan. Jakarta. Salemba Medika.
- Priyoto. 2014 Konsep Manajemen Stress. Edisi 1. Yogyakarta. Nuha Medika;. pp.1-49.

- Saifuddin, A.B. (Ed). 2008 Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal Dan Neonatal . Jakarta : YBP-SP. 2008.
- Sopiah. Perilaku Organisasi. Andi. Yogyakarta :
- Sugiono. Statistika 2010 Untuk Penelitian. Bandung. Alfabeta.
- Tammy Febriani2019. Faktor Yang Memengaruhi Aktif Pasifnya Gerakan Janin.. 21 Maret 2019. Faktor Yang Memengaruhi Aktif – Pasifnya Gerakan Janin \_ Smartmama.htm
- V. Wiratna Sujarweni. . 2014 Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Gava Media.
- Wasis. 2008Pedoman Riset Praktik Untuk Profesi Perawat. Jakarta : EGC.