

Optimalisasi Kelas Ibu Hamil Melalui Metode Edukasi Partisipatif

Luluk Khusnul Dwihestie¹, Gunarmi², Eka Vicky Yulivantina³

^{1,2}Prodi Magister Kebidanan, STIKes Guna Bangsa Yogyakarta

³Prodi Profesi Bidan, STIKes Guna Bangsa Yogyakarta

Email korespondensi: lulukhusnul3@gmail.com

ABSTRAK

Kehamilan merupakan fase krusial dalam kehidupan seorang perempuan yang memerlukan perhatian khusus untuk memastikan kesehatan ibu dan bayi. Di Desa Randusari sejumlah 51,9% ibu hamil mengalami risiko tinggi meliputi kasus anemia, kekurangan energi kronis (KEK), dan pre-eklampsia. Kurangnya akses terhadap informasi dan layanan kesehatan yang optimal menjadi tantangan utama dalam meningkatkan kualitas kesehatan ibu hamil di Desa Randusari. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu hamil melalui pelaksanaan kelas ibu hamil berbasis Pembelajaran Orang Dewasa (POD) yaitu metode edukasi partisipatif. Kegiatan PKM ini dilaksanakan pada hari Sabtu, 22 Februari 2025 pukul 09.00 wib - selesai yang dihadiri oleh 15 ibu hamil. Bahan dan metode yang digunakan meliputi buku KIA, poster kehamilan sehat, materi disampaikan dengan metode ceramah interaktif, diskusi, dan demonstrasi. Hasil kegiatan PKM yaitu meningkatnya pengetahuan ibu hamil mengenai kehamilan sehat baik secara fisik maupun psikologis, peningkatan kepatuhan pemeriksaan kehamilan rutin, serta terbentuknya komunitas ibu hamil yang mendukung satu sama lain. Hasil skrining jiwa, didapatkan 2 ibu hamil mengalami gejala kecemasan, sehingga dilaporkan ke Puskesmas Teras agar dilakukan upaya tindak lanjut. Kesimpulan: kelas ibu hamil berbasis POD efektif meningkatkan pemahaman dan kepedulian ibu hamil terhadap kesehatan diri dan janin. Saran: perlu dilakukan edukasi kesehatan secara berkelanjutan dan diperluas jangkauan wilayahnya agar lebih banyak ibu hamil yang mendapatkan manfaat edukatif dan dukungan psikososial.

Kata Kunci: Kehamilan sehat, Kelas ibu hamil, Pengetahuan ibu

ABSTRACT

Pregnancy is a crucial phase in a woman's life that requires special attention to ensure the health of both mother and baby. In Randusari Village, 51.9% of pregnant women experience high risks including cases of anemia, chronic energy deficiency (CED), and pre-eclampsia. Lack of access to optimal health information and services is a major challenge in improving the quality of health of pregnant women in Randusari Village. This Community Service (PKM) aims to improve the knowledge and skills of pregnant women through the implementation of a class for pregnant women based on Adult Learning (POD), a participatory education method. This PKM was carried out on Saturday, February 22, 2025 at 09.00 am - finished which was attended

Luluk Khusnul Dwihestie¹, Gunarmi², Eka Vicky Yulivantina³

by 15 pregnant women. The materials and methods used include KIA books, healthy pregnancy poster, material delivered by interactive lecture, discussion, and demonstration methods. The results of PKM are increased knowledge of pregnant women about healthy pregnancy both physically and psychologically, increased compliance with routine pregnancy checks, and the formation of a community of pregnant women who support each other. The results of mental screening found that 2 pregnant women experienced anxiety symptoms, so they were reported to the Puskesmas Teras for follow-up efforts. Conclusion: POD-based pregnant women's classes are effective in increasing pregnant women's understanding and concern for their own health and that of their fetus. Suggestion: it is necessary to conduct health education on a regular basis.

Keywords: Healthy pregnancy, Pregnant mother class, Maternal knowledge

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan fase penting penyesuaian terhadap perubahan fisik, emosional, dan psikologis seorang ibu (Prawiroharjo, 2018). Proses adaptasi terhadap perubahan ini sering kali menimbulkan kecemasan yang dapat memengaruhi kesehatan ibu dan janin. Kesehatan mental ibu telah menjadi perhatian masyarakat secara global. Tingginya angka ibu hamil yang mengalami gangguan kesehatan mental selama kehamilan dan pasca persalinan, seringkali tidak diperhatikan ataupun tidak dilakukan asuhan. Kesehatan digambarkan sebagai 'keadaan lengkap secara fisik, psikologis dan sosial, kesejahteraan, sehingga kesehatan tidak hanya sebatas ketiadaan penyakit atau kelemahan. Pembangunan berkelanjutan yang diperbarui yaitu pada tujuan ke-3 *Sustainable Development Goals* (SDGs) bertujuan untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan untuk semua usia pada tahun 2030, dan Global Strategi untuk kesehatan wanita, anak-anak dan remaja menekankan bahwa semua wanita memiliki hak untuk, dan harus memperoleh, standar kesehatan tertinggi yang dapat dicapai, termasuk perawatan fisik dan psikologis (Azhar, *et.al.*, 2020).

Ibu hamil yang mengalami kecemasan selama kehamilan dapat berdampak negatif pada proses kehamilan dan persalinan (Sunarmi, 2023). Kecemasan pada ibu hamil sering disebabkan oleh berbagai faktor, seperti ketidakpastian tentang proses persalinan, kurangnya pengetahuan tentang kehamilan, dan dukungan sosial yang terbatas. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk memberikan edukasi dan dukungan psikologis kepada ibu hamil. Salah satu pendekatan yang telah terbukti efektif adalah melalui program kelas ibu hamil. Program ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan ibu tentang kehamilan dan persalinan tetapi juga memberikan kesempatan untuk berbagi pengalaman dan mendapatkan dukungan dari sesama ibu hamil dan tenaga kesehatan (Putri, *et.al.*, 2022).

Kelas ibu hamil menjadi sarana untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam menghadapi kecemasan, melalui teknik relaksasi,

pengelolaan stres, dan komunikasi yang efektif dengan pasangan dan keluarga. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2019), edukasi yang komprehensif melalui kelas ibu hamil dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan, meningkatkan kesiapan mental, dan memperbaiki pola hidup ibu hamil, sehingga berpengaruh terhadap kesehatan fisik ibu hamil. Penelitian oleh Hesti, *et.al.*, (2022) menunjukkan bahwa partisipasi dan kehadiran di kelas ibu hamil mendapatkan informasi yang komprehensif, perawatan masa kehamilan, serta persiapan persalinan, nifas, dan bayi baru lahir.

Kabupaten Boyolali menjadi peringkat ke-3 angka kematian ibu tertinggi di Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2024 (Dinkes Kab. Boyolali, 2024). Desa Randusari merupakan desa di wilayah kerja Puskesmas Teras yang memiliki angka risiko dan komplikasi kehamilan yang tinggi. Dari 52 ibu hamil, terdapat 27 (51,9%) ibu hamil dengan risiko, meliputi anemia, kekurangan energi kronis, pre-eklampsia, risiko usia ibu hamil muda dan tua. Selain itu, ibu hamil belum pernah dilakukan skrining kesehatan jiwa. Tingginya angka risiko kehamilan ini menunjukkan perlunya upaya intervensi yang lebih intensif untuk meningkatkan pemahaman ibu hamil terkait kesehatan kehamilan, pemenuhan gizi yang optimal, serta peningkatan akses terhadap layanan kesehatan yang tersedia.

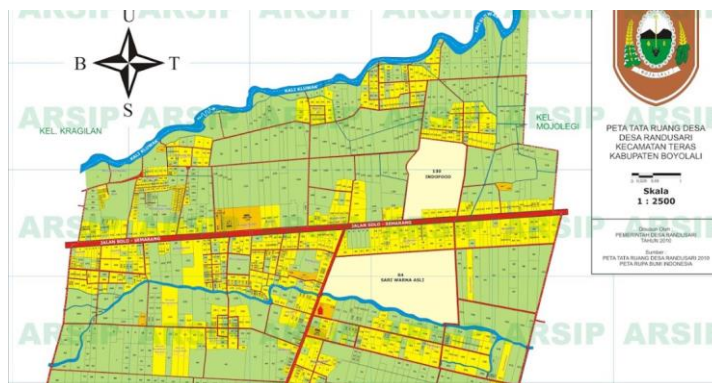
Kelas ibu hamil merupakan strategi efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman ibu mengenai kehamilan sehat, persiapan persalinan, serta perawatan bayi baru lahir. Dengan adanya kelas ibu hamil, diharapkan ibu hamil dapat memperoleh edukasi kesehatan yang komprehensif, mendukung perubahan perilaku positif, serta meningkatkan pemanfaatan layanan kesehatan yang tersedia (Kementerian Kesehatan RI, 2025).

Namun demikian, meskipun manfaat mengikuti kelas ibu hamil telah banyak diketahui, ditemukan tingkat kehadiran ibu hamil pada program kelas ibu hamil di desa Randusari masih tergolong rendah. Berdasarkan hasil wawancara kepada Bidan Desa Randusari, terdapat 52 ibu hamil pada bulan Januari 2025 di wilayah desa Randusari, namun rata-rata kehadiran pada kelas ibu hamil sekitar 3-5 ibu hamil di setiap bulannya. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain kurangnya kesadaran ibu hamil akan pentingnya kelas ibu hamil, keterbatasan waktu karena pekerjaan atau aktivitas lain, serta dukungan yang minim dari keluarga, terutama suami.

Rendahnya partisipasi ini berdampak pada minimnya pengetahuan ibu hamil tentang tanda bahaya kehamilan, pentingnya pemeriksaan antenatal, serta teknik relaksasi untuk mengurangi kecemasan. Ketidakhadiran dalam kelas ibu hamil juga mengurangi kesempatan ibu untuk berinteraksi dengan tenaga kesehatan dan sesama ibu hamil, yang seharusnya dapat memberikan dukungan sosial yang berharga selama kehamilan. Untuk mengatasi permasalahan ini, maka kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai kehamilan sehat secara fisik dan psikologis melalui pelaksanaan kelas ibu hamil di desa Randusari.

MASALAH

Terdapat permasalahan mengenai kesehatan ibu hamil di desa Randusari yaitu sebanyak 51,9% ibu hamil tergolong dalam kategori risiko tinggi yaitu mengalami anemia, kekurangan energi kronis (KEK), dan pre-eklampsia. Selain itu, belum pernah dilakukan skrining kesehatan jiwa pada ibu hamil. Kurangnya akses informasi yang tepat serta belum optimalnya pelaksanaan kelas ibu hamil berkontribusi pada terbatasnya pemahaman ibu hamil terhadap kondisi kesehatan diri baik fisik maupun aspek psikologis selama kehamilan. Hal ini dapat berdampak pada kesiapan ibu hamil dalam menjalani kehamilan serta meningkatkan risiko komplikasi fisik dan mental, baik selama kehamilan, persalinan, maupun masa nifas.



Gambar 1. Peta Desa Randusari

METODE

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) kelas ibu hamil di Desa Randusari dilaksanakan dengan pendekatan Pembelajaran Orang Dewasa (POD). Kegiatan ini mencakup empat tahapan utama:

a. Sosialisasi

Pada tanggal 21 Januari 2025 mengajukan perijinan ke bidan desa dan menentukan jadwal pelaksanaan kegiatan PKM. Sosialisasi dilakukan sebagai langkah awal untuk meningkatkan partisipasi ibu hamil dalam kelas ibu hamil. Informasi mengenai waktu, tempat, dan manfaat kegiatan disampaikan melalui grup kelas ibu hamil yang telah dibentuk oleh bidan desa. Selanjutnya, koordinasi langsung dengan kader kesehatan untuk menjangkau ibu hamil yang belum tergabung dalam grup. Tujuan dari sosialisasi ini adalah memastikan seluruh ibu hamil mengetahui jadwal pelaksanaan serta pentingnya keikutsertaan dalam kelas ibu hamil.

b. Penyuluhan Kehamilan Sehat

Penyuluhan kehamilan sehat dilaksanakan dalam bentuk kelas ibu hamil bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu

hamil mengenai kehamilan sehat, baik secara fisik maupun psikologis. Kegiatan pelatihan ini dilaksanakan pada hari Sabtu, 22 Februari 2025 pukul 09.00 WIB sampai selesai, bertempat di Polindes Randusari dan dihadiri oleh 15 ibu hamil. Penyuluhan didampingi oleh bidan desa dan kader kesehatan. Penyampaian materi menggunakan prinsip Pembelajaran Orang Dewasa (POD), yang menekankan pada keterlibatan aktif peserta serta relevansi materi dengan pengalaman sehari-hari.

Metode penyuluhan yang digunakan meliputi ceramah interaktif, diskusi, *problem solving*, dan demonstrasi. Materi kehamilan sehat disampaikan melalui media buku KIA dan poster. Sebelum materi disampaikan, peserta diminta menjawab *pretest* untuk mengukur pengetahuan awal, dan setelah sesi penyuluhan selesai, dilakukan *posttest* sebagai bentuk evaluasi pemahaman ibu hamil. Materi penyuluhan meliputi tanda bahaya kehamilan, kebutuhan nutrisi ibu hamil, dan kesehatan psikologis selama kehamilan.

c. Senam Hamil

Senam hamil dilaksanakan sebagai bagian integral dari kelas ibu hamil untuk mendukung kesehatan fisik sekaligus membantu menjaga kestabilan psikologis ibu hamil. Kegiatan ini bertujuan untuk mengurangi ketegangan, meningkatkan kebugaran tubuh, serta mengatasi kecemasan yang sering dialami selama masa kehamilan, terutama menjelang persalinan.

Senam dilakukan setelah sesi penyuluhan kehamilan sehat dan berlangsung selama kurang lebih 30 menit. Kegiatan ini juga diiringi dengan musik relaksasi guna menciptakan suasana yang tenang dan nyaman. Melalui senam hamil, ibu hamil dilatih untuk mengatur pernapasan, menjaga kelenturan otot, dan meningkatkan kesiapan menghadapi persalinan secara lebih tenang dan percaya diri. Selain manfaat fisik, kegiatan ini juga menjadi sarana interaksi sosial antar ibu hamil sehingga memperkuat dukungan emosional dalam kelompok.

d. Monitoring dan Evaluasi

Monitoring dan evaluasi dilakukan untuk mengukur efektivitas kegiatan kelas ibu hamil serta memastikan terjadinya perubahan positif dalam pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu hamil. Evaluasi dilakukan dengan membandingkan hasil *pretest* dan *posttest* guna melihat peningkatan pemahaman ibu hamil mengenai kesehatan fisik dan psikologis selama kehamilan. Selain itu, dilakukan pemantauan terhadap kepatuhan ibu hamil dalam melakukan pemeriksaan kehamilan rutin setelah mengikuti kelas ibu hamil.

Selain itu, dilakukan pendampingan untuk identifikasi ibu hamil yang mengalami keluhan kecemasan atau gejala psikologis. Hasil dari skrining jiwa pada 15 ibu hamil, terdapat 2 ibu hamil yang terdeteksi mengalami

gejala kecemasan dan telah dilaporkan ke Puskesmas setempat untuk mendapatkan tindak lanjut penanganan.

Seluruh kegiatan didokumentasikan dalam bentuk laporan tertulis dan foto kegiatan, yang menjadi bahan untuk penyusunan artikel ilmiah dan pelaporan. Diharapkan hasil dari kegiatan ini tidak hanya bersifat jangka pendek, tetapi juga mampu membentuk komunitas ibu hamil yang saling mendukung dan berkelanjutan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) kelas ibu hamil di Desa Randusari telah dilaksanakan pada Sabtu, 22 Februari 2025 dan diikuti oleh 15 ibu hamil. Seluruh rangkaian kegiatan berjalan baik dan sesuai dengan rencana yang meliputi tahapan sosialisasi, pelatihan edukatif, senam hamil, serta pendampingan dan evaluasi.

Berdasarkan hasil evaluasi *pretest* dan *posttest* menunjukkan ada peningkatan skor pengetahuan ibu hamil tentang kehamilan sehat setelah mengikuti penyuluhan. Sebelum kegiatan, sebagian besar ibu hamil belum memahami secara menyeluruh mengenai tanda bahaya kehamilan, kebutuhan gizi, serta pentingnya menjaga kesehatan psikologis selama kehamilan. Setelah penyuluhan, sebagian besar ibu hamil mampu menjelaskan kembali materi yang telah disampaikan dan menyatakan ingin menerapkan pengetahuan tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Hasil evaluasi pengetahuan ibu hamil tersaji dalam tabel berikut:

Tabel 1. Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Kehamilan Sehat

Pengetahuan Ibu Hamil	Rata-Rata Skor
Pre-test	56,0
Post-test	95,3
Simpulan	Ada peningkatan skor

Pelaksanaan kelas ibu hamil menggunakan prinsip Pembelajaran Orang Dewasa (POD) terbukti efektif dalam meningkatkan partisipasi aktif peserta. Metode ceramah interaktif, diskusi, dan demonstrasi memberikan kesempatan kepada ibu hamil untuk terlibat secara langsung dan menyampaikan pengalaman serta pertanyaan. Ada 5 ibu hamil yang bertanya mengenai keluhan yang dialami selama hamil dan ada yang *sharing* pengalaman. Penggunaan media edukasi berupa buku KIA dan poster kehamilan sehat juga mendukung pemahaman ibu hamil dalam menerima materi yang disampaikan. Sejalan dengan penelitian Simanjuntak (2021) bahwa pengetahuan ibu hamil berhubungan dengan kejadian kehamilan risiko tinggi. Jika ibu hamil berpengetahuan baik, maka cenderung

memiliki kesadaran untuk patuh kunjungan antenatal dengan tujuan dapat memantau kesehatan diri dan janinnya. Kepatuhan pemeriksaan kehamilan dapat memudahkan tenaga kesehatan dalam mendeteksi secara dini apabila ditemukan komplikasi dan dapat segera diberikan penanganan yang tepat.



Gambar 2. Penyampaian Materi Kehamilan Sehat

Ibu hamil mengisi kuesioner skrining kesehatan jiwa, ditemukan 2 ibu hamil mengalami gejala kecemasan sehingga perlu dilakukan pendampingan lebih lanjut. Untuk mendukung kesehatan fisik dan psikologis ibu hamil, kegiatan dilanjutkan dengan senam hamil. Ibu hamil tampak antusias mengikuti gerakan senam hamil. Ibu hamil menyampaikan merasa lebih rileks, bugar, dan lebih siap secara psikologis dalam menghadapi persalinan. Selain itu, senam hamil juga memberikan manfaat sebagai sarana interaksi sosial yang menyenangkan, mempererat kedekatan antar ibu hamil, dan membangun rasa saling mendukung dalam kelompok. Menurut Bihalia *et al.*, (2024), senam hamil berpengaruh terhadap penurunan nyeri punggung yang menjadi keluhan ketidaknyamanan ibu hamil terutama trimester III. Senam hamil dilakukan dengan gerakan sederhana agar ibu hamil mudah untuk mengingat dan mempraktikkan sendiri di rumah.



Gambar 3. Senam Hamil

Kegiatan PKM ini juga menghasilkan terbentuknya komunitas ibu hamil dalam bentuk grup “Kelas Bumil Sehat” yang aktif digunakan untuk berbagi informasi, saling memberikan dukungan, serta sebagai pengingat jadwal pemeriksaan kehamilan. Komunitas ini diharapkan menjadi bentuk pendampingan berkelanjutan yang dapat membantu ibu hamil tetap terhubung dengan layanan kesehatan baik di desa maupun Puskesmas. Secara keseluruhan, kegiatan kelas ibu hamil berbasis metode edukasi partisipatif ini mampu memberikan dampak positif dalam peningkatan kualitas kesehatan ibu hamil di Desa Randusari, dan sejalan dengan upaya promotif-preventif yang dianjurkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Hal ini sejalan dengan Stianto *et al.*, (2024) bahwa perlu dilakukan monitoring dan evaluasi secara rutin pasca program penyuluhan ibu hamil sehingga menurunkan angka risiko tinggi kehamilan. Tingkat pengetahuan ibu hamil akan berdampak positif pada kemampuan menjaga kesehatan selama kehamilan hingga persalinan.



Gambar 4. Dokumentasi Ibu Hamil, Bidan Desa, Kader, dan Tim PKM

Hambatan yang ditemukan dalam pelaksanaan kegiatan PKM ini adalah perbedaan tingkat pemahaman ibu hamil dalam menerima informasi, sehingga tim PKM melakukan penyesuaian pendekatan dan penjelasan secara lebih individual. Selain itu, ibu hamil diberikan kesempatan bertanya tentang hal yang belum dipahami. Meskipun demikian, hambatan tersebut tidak mengurangi antusiasme para ibu hamil secara keseluruhan, dan kegiatan tetap berjalan dengan lancar serta mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

SIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) melalui kelas ibu hamil berbasis Pembelajaran Orang Dewasa (POD) di Desa Randusari terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai kehamilan sehat baik secara fisik maupun psikologis. Berdasarkan hasil *posttest*, sebanyak 86% ibu hamil berada dalam kategori pengetahuan baik, menunjukkan bahwa materi dan metode yang digunakan mampu dipahami dengan baik oleh sebagian besar ibu hamil. Kegiatan PKM ini juga meningkatkan kepatuhan ibu hamil terhadap pemeriksaan kehamilan rutin serta mendorong terbentuknya komunitas yang saling mendukung. Penerapan metode edukasi partisipatif dan integrasi senam hamil tidak hanya berdampak positif terhadap kesiapan fisik ibu hamil, tetapi juga berperan dalam menjaga stabilitas emosional selama masa kehamilan. Dengan demikian, kelas ibu hamil berbasis POD dapat menjadi strategi yang efektif dalam upaya promotif dan preventif di bidang kesehatan ibu dan anak.

REFERENSI

- Azhar, K., Dharmayanti, I., Tjandrarini, D. H., & Hidayangsih, P. S. (2020). The influence of pregnancy classes on the use of maternal health services in Indonesia. *BMC Public Health*, 20(1), 1-9. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-08492-0>
- Dinas Kesehatan Kabupaten Boyolali. (2024). Angka Kematian Ibu dan Bayi di Boyolali Naik Lebih 2 Kali Lipat.
- Hesti, N., Wildayani, D., & Zulfita, Z. (2022). Edukasi Persiapan Fisik dan Mental Serta Pendamping Persalinan pada Kelompok Ibu Hamil. *Jurnal Pustaka Mitra (Pusat Akses Kajian Mengabdikan Terhadap Masyarakat)*, 2(2), 154-159. <https://doi.org/10.55382/jurnalpustakamitra.v2i2.178>
- Kementerian Kesehatan RI. (2025). *Buku Kesehatan Ibu dan Anak*. Kementerian Kesehatan RI.
- Miharja Bihalia, S., Zulala, N. N., & Dwihestie, L. K. (2024). Pengaruh Senam Hamil Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Kehamilan Trimester II dan III di Puskesmas Kasihan I Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 15(1), 142-152.
- Prawiroharjo, S. (2018). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

- Putri, N. R., Amalia, R., & Kusmawati, I. I. (2022). Kelas Ibu Hamil Terhadap Kesehatan Psikologis Ibu Hamil dan Persiapan Persalinan: Systematic Review. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 5(1), 29. <https://doi.org/10.35473/ijm.v5i1.1427>
- Simanjuntak, H. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Kehamilan Resiko Tinggi Di Klinik Pratama Eviyanti Rokan Medan Marelan Tahun 2020. *Journal Of Midwifery Senior*, 4(2), 90-98.
- Stianto, M., Fitriana, A., & Fatimah, S. (2024). PENYULUHAN IBU HAMIL TERHADAP PENURUNAN ANGKA RISIKO TINGGI DALAM KEHAMILAN. *Jurnal Perak Malahayati: Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 88-96. <https://doi.org/10.33024/jpm.v6i1.15102>
- Sunarmi, A. (2023). Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Pada Ibu Hamil: Scoping Review. *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(3), 32-38. <https://ejurnal.politeknikpratama.ac.id/index.php/Detector/article/view/2065>