

tingkat stres ringan (50%), sedangkan untuk kehamilan trisemester III mengalami stres berat (61,9%). Hasil penelitian ini akan menjadi basis data untuk merancang program promosi, dan preventif yang kaitannya dengan stres pada ibu hamil.

SARAN

Saran untuk peneliti selanjutnya, agar lebih memperhatikan kondisi eksternal ibu hamil dalam pemilihan subjek penelitian, seperti demografis subjek. Bagi pihak puskesmas, disarankan untuk memberdayakan posyandu menjadi lebih aktif kembali. Selain itu, adanya konseling individu maupun konseling kelompok yang dilakukan dapat membantu ibu hamil untuk dapat meminimalisir tingkat stres yang dihadapi. Sedangkan, bagi ibu hamil sendiri, agar senantiasa berpikir positif selama masa kehamilan. Selain itu, ibu hamil juga harus melakukan perawatan *antenatal*, di mana ibu hamil harus memeriksakan kehamilannya secara teratur, agar dapat mengantisipasi kemungkinan-kemungkinan yang terjadi pada bayi yang dikandungnya dan ibu hamil.

DAFTAR ACUAN

- Clement, S. (1997). *Psychological Perspectives Pregnancy and Childbirth* Ed 1. Churchill Livingstone.
- Husain, N. Chaudary, I. (2007). *Life stress and depression in a tribal area of Pakistan*. The British Journal of Psychiatry (2007) 190: 36-41.
- Lilungulu, Athanase., Matovelo, Dismas., Gesase, A. (2016). *Reported Knowledge, Attitude, and Practice of Antenatal Care Services Among Women in Dodoma Muncipal*, Tanzania : University of Dodoma-College of Health and Allied Science, Tanzania.
- Lestari, Wa Ode., Bahar, Hartati. (2016). *Peran Bidan dan Dukun dalam Perawatan Kehamilan Ibu Hamil di Wilayah Pesisir Kecamatan Abeli (Studi Kasus) Kota Kendari Tahun 2016*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo.
- Lobel M, DeVincent CJ, Kaminer A, Meyer BA. (2000). *The impact of prenatal maternal stress and optimistic disposition on birth outcomes in medically high-risk women*. Health Psycholgy.;19(6):544-53.