

PERIODE KRISIS PADA FASE PRENATAL DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI ISLAM:
LITERATUR REVIEWRahma Suryani¹, Yuliana Intan Lestari²,^{1, 2}Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Islam Sultan Syarif Kasim Riaurahmasuryani216@gmail.com**Abstract**

The prenatal phase is an important period in human development because it influences the formation of biological, psychological, neurological, and spiritual aspects of individuals. However, this phase is also considered a crisis period due to biological, psychological, social, and emotional changes during pregnancy that may affect maternal well-being and fetal development. This study aims to examine the crisis period during the prenatal phase from the perspective of Islamic psychology using a *literature review* method by analyzing relevant journals, books, and scientific sources. The findings indicate that prenatal stress can affect maternal health as well as children's neurological and psychological development. From the perspective of Islamic psychology, the prenatal phase is understood not only as a biological process but also as a stage of spiritual development beginning in the womb. Religious coping, prenatal education, and the integration of modern psychology and Islamic psychology are important approaches in supporting maternal well-being and optimizing fetal development.

Keyword: *Islamic psychology, Prenatal Phase, Prenatal Crisis, Religious Coping*

Abstrak

Fase prenatal merupakan periode penting dalam perkembangan manusia karena berpengaruh terhadap pembentukan aspek biologis, psikologis, neurologis, dan spiritual individu. Namun, fase ini juga menjadi periode krisis karena adanya perubahan biologis, psikologis, sosial, dan emosional selama kehamilan yang dapat memengaruhi kesejahteraan ibu dan perkembangan janin. Penelitian ini bertujuan mengkaji periode krisis pada fase prenatal dalam perspektif psikologi Islam menggunakan metode *literature review* melalui analisis berbagai jurnal, buku, dan sumber ilmiah yang relevan. Hasil kajian menunjukkan bahwa stres prenatal dapat berdampak pada kesehatan ibu serta perkembangan neurologis dan psikologis anak. Dalam perspektif psikologi Islam, fase prenatal dipahami sebagai proses biologis sekaligus pembentukan spiritual sejak dalam kandungan. Coping religius, pendidikan prenatal, serta integrasi psikologi modern dan psikologi Islam menjadi pendekatan penting dalam mendukung kesejahteraan ibu hamil dan optimalisasi perkembangan janin.

Kata kunci: *Fase Prenatal, Krisis Prenatal, Psikologi Islam, Coping Religius*

Article History

Received: Mei 2026

Reviewed: Mei 2026

Published: Mei 2026

Plagirism Checker No 77

Copyright : Author

Publish by : Liberosis



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

1. Pendahuluan

Fase prenatal menjadi tahap awal perkembangan manusia yang dimulai sejak proses pembuahan hingga kelahiran. Pada fase ini terjadi pembentukan organ tubuh, sistem saraf, serta fondasi biologis dan psikologis individu. Oleh karena itu, masa prenatal dipandang sebagai periode yang sangat menentukan kualitas perkembangan manusia pada tahap selanjutnya. Menurut Thomason & Hendrix (2024) pengalaman yang terjadi selama masa prenatal dapat memberikan dampak jangka panjang terhadap kesehatan fisik, perkembangan kognitif, serta kondisi emosional anak di masa depan. Dengan demikian, fase prenatal sering disebut sebagai masa kritis dalam rentang kehidupan manusia.

Meskipun identik dengan proses pertumbuhan dan perkembangan, fase prenatal juga merupakan periode krisis karena ibu hamil mengalami berbagai perubahan biologis, psikologis, sosial, dan emosional secara bersamaan. Perubahan hormon selama kehamilan dapat memengaruhi kestabilan emosi ibu, sementara munculnya kekhawatiran mengenai kondisi janin, proses persalinan, kesiapan menjadi orang tua, perubahan relasi keluarga, hingga tekanan ekonomi dapat meningkatkan kerentanan psikologis selama masa kehamilan. Sun dkk (2025) menjelaskan bahwa kehamilan merupakan masa transisi kehidupan yang menuntut kemampuan adaptasi yang tinggi dari seorang ibu.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kondisi psikologis ibu selama kehamilan memiliki pengaruh besar terhadap kesehatan ibu dan janin. Gomez dkk (2024) menyatakan bahwa stres prenatal berkaitan dengan meningkatnya risiko morbiditas maternal-fetal, termasuk komplikasi kehamilan dan gangguan kesehatan ibu. Selain itu, Collins dkk (2024) menjelaskan bahwa paparan stres pada masa gestasi tertentu dapat memengaruhi perkembangan neurologis janin, fungsi kognitif dan motorik, serta meningkatkan kerentanan terhadap gangguan psikologis pada masa anak dan remaja. Bahkan, waktu terjadinya stres pada trimester tertentu dapat memberikan pengaruh yang berbeda terhadap hasil perkembangan anak.

Temuan tersebut diperkuat oleh Clayborne dkk (2025) yang menunjukkan bahwa stres prenatal berkaitan dengan meningkatnya inflamasi serta munculnya gejala depresi dan kecemasan pada keturunan di masa remaja. Hal ini menunjukkan bahwa pengalaman psikologis ibu selama kehamilan dapat meninggalkan dampak biologis dan psikososial jangka panjang bagi anak. Dalam perspektif psikologi modern, kondisi tersebut dijelaskan melalui interaksi hormonal, neurobiologis, dan lingkungan intrauterin. Ketika ibu mengalami stres kronis, kadar hormon kortisol meningkat dan dapat memengaruhi perkembangan janin. Sebaliknya, dukungan sosial, kesejahteraan psikologis, serta kemampuan regulasi emosi yang baik berkontribusi terhadap kondisi kehamilan yang lebih sehat (Lobel & Preis, 2025).

Dalam perspektif psikologi Islam, fase prenatal tidak hanya dipahami sebagai proses perkembangan biologis, tetapi juga sebagai fase pembentukan ruhani manusia. Islam memandang bahwa kehidupan manusia telah dimulai sejak berada di dalam kandungan dan berada dalam penjagaan Allah SWT. Hal tersebut dijelaskan dalam Al-Qur'an Surah Al-Mu'minun [23]: 12-14 yang menerangkan tahapan penciptaan manusia mulai dari nutfah, 'alaqah, mudghah, hingga menjadi makhluk yang sempurna.

وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ سُلَالَةٍ مِنْ طِينٍ^{١٢} ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نُطْفَةً فِي قَرَارٍ مَكِينٍ^{١٣} ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظَامًا^{١٤} فَكَسَوْنَا الْعِظَامَ لَحْمًا ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ ۚ فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ

Artinya: *"Dan sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dari saripati (yang berasal) dari tanah. Kemudian, Kami menjadikannya air mani di dalam tempat yang kokoh (rahim). Kemudian, air mani itu Kami jadikan segumpal darah, lalu segumpal darah itu Kami jadikan segumpal daging, dan segumpal daging itu Kami jadikan tulang belulang, lalu tulang belulang*

itu Kami bungkus dengan daging. Kemudian Kami jadikan dia makhluk yang (berbentuk) lain. Maha suci Allah sebaik-baik Pencipta". (QS. Al-Mu'minun [23]: 12-14).

Ayat tersebut menunjukkan bahwa masa prenatal merupakan fase penting yang harus dijaga secara fisik maupun spiritual. Dalam psikologi Islam, krisis pada fase prenatal tidak hanya dipandang berasal dari faktor biologis dan psikologis, tetapi juga berkaitan dengan kondisi spiritual individu. Kecemasan, ketakutan berlebihan, konflik rumah tangga, dan lemahnya ketenangan spiritual dapat memperburuk kondisi psikologis ibu hamil. Sebaliknya, nilai-nilai Islam seperti tawakal, sabar, dzikir, doa, membaca Al-Qur'an, serta dukungan suami dipandang sebagai bentuk coping religius yang dapat membantu menurunkan tekanan psikologis selama kehamilan (Meng dkk, 2025).

Selain itu, Islam juga mengenalkan konsep pendidikan prenatal, yaitu proses pembinaan anak sejak dalam kandungan melalui konsumsi makanan halal dan *thayyib*, perilaku saleh orang tua, komunikasi positif dengan janin, serta penciptaan lingkungan keluarga yang harmonis. Dengan demikian, fase prenatal dalam perspektif Islam tidak hanya dipahami sebagai masa rentan terhadap krisis, tetapi juga sebagai momentum penting dalam membentuk generasi yang sehat secara fisik, psikologis, dan spiritual. Meskipun berbagai penelitian mengenai stres prenatal telah banyak dilakukan, kajian yang mengintegrasikan konsep periode krisis prenatal dengan perspektif psikologi Islam masih relatif terbatas. Sebagian besar penelitian lebih menitikberatkan pada aspek medis dan psikologi Barat, sedangkan pembahasan mengenai dimensi spiritual dan pendekatan psikologi Islam belum dikaji secara komprehensif. Padahal, masyarakat Muslim memerlukan pendekatan yang holistik agar permasalahan prenatal tidak hanya diselesaikan melalui intervensi medis dan psikologis, tetapi juga melalui penguatan spiritual dan nilai-nilai keislaman.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini penting dilakukan untuk mengkaji periode krisis pada fase prenatal dalam perspektif psikologi Islam melalui metode *literatur review*. Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khazanah keilmuan psikologi Islam serta menjadi sumber informasi bagi keluarga, konselor, tenaga kesehatan, dan masyarakat dalam mendampingi ibu hamil agar mampu menjalani masa prenatal secara sehat, tenang, dan bermakna.

2. Metodologi

Penelitian ini menggunakan metode *literature review* (studi literatur), yaitu metode penelitian yang dilakukan dengan mengumpulkan, menelaah, dan menganalisis berbagai sumber ilmiah yang relevan untuk memperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai suatu topik penelitian. *Literature review* bertujuan untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mensintesis hasil penelitian terdahulu sehingga dapat membangun dasar teoritis yang kuat terhadap permasalahan yang dikaji. Menurut Snyder (2019), *literature review* merupakan pendekatan penelitian yang membantu peneliti memetakan perkembangan ilmu pengetahuan serta mengidentifikasi kesenjangan penelitian yang masih perlu dikembangkan. Dalam penelitian ini, data diperoleh dari berbagai sumber ilmiah seperti jurnal nasional dan internasional, buku, serta artikel akademik yang berkaitan dengan integrasi psikologi modern dan psikologi Islam dalam pendampingan prenatal.

3. Hasil dan Pembahasan

Fase Prenatal sebagai Periode Krisis dalam Perkembangan Manusia

Fase prenatal merupakan tahap awal perkembangan manusia yang berlangsung sejak terjadinya pembuahan hingga kelahiran. Dalam psikologi perkembangan, fase ini dipandang sebagai periode yang sangat penting karena pada masa tersebut terjadi proses pembentukan organ

tubuh, perkembangan sistem saraf pusat, serta pematangan fungsi biologis yang berlangsung sangat cepat. Santrock (2019) menjelaskan bahwa masa prenatal merupakan fondasi utama perkembangan manusia karena berbagai proses biologis yang terjadi pada periode ini akan memengaruhi perkembangan individu pada tahap kehidupan selanjutnya. Oleh sebab itu, fase prenatal sering disebut sebagai *critical period* atau periode kritis dalam perkembangan manusia.

Konsep periode kritis menunjukkan bahwa pengalaman dan kondisi selama masa prenatal memiliki pengaruh besar terhadap perkembangan fisik, kognitif, emosional, dan perilaku individu di masa mendatang. Mandl dkk (2024) bahwa tekanan psikologis ibu selama kehamilan berkaitan dengan perubahan perkembangan otak anak sejak masih berada di dalam kandungan. Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa stres dan tekanan emosional yang dialami ibu selama kehamilan dapat memengaruhi struktur dan fungsi perkembangan otak janin.

Selain itu, Collins dkk (2024) menjelaskan bahwa paparan stres selama masa prenatal memiliki pengaruh signifikan terhadap perkembangan neurologis janin. Artinya, paparan stres selama masa prenatal memiliki implikasi besar terhadap perkembangan otak janin dan kesehatan mental anak di masa mendatang. Penelitian tersebut juga menemukan bahwa waktu terjadinya stres selama masa gestasi memberikan dampak perkembangan yang berbeda. Stres pada trimester awal kehamilan lebih berkaitan dengan gangguan fungsi kognitif dan perkembangan neurologis, sedangkan stres pada trimester akhir lebih berpengaruh terhadap perkembangan motorik dan regulasi perilaku anak. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa fase prenatal merupakan masa perkembangan yang sangat sensitif terhadap berbagai pengaruh lingkungan biologis maupun psikologis.

Krisis pada fase prenatal tidak hanya berkaitan dengan perkembangan neurologis janin, tetapi juga berhubungan dengan kondisi biologis ibu selama masa kehamilan. Lubrano dkk (2024) menjelaskan bahwa kondisi lingkungan maternal seperti inflamasi, stres oksidatif, malnutrisi, serta tekanan psikologis dapat memengaruhi perkembangan janin melalui perubahan lingkungan intrauterin. Hal tersebut menunjukkan bahwa kecemasan dan stres maternal selama kehamilan dapat memberikan pengaruh signifikan terhadap perkembangan janin, khususnya perkembangan sistem saraf dan fungsi biologis anak setelah lahir.

Selain berdampak pada perkembangan biologis, stres prenatal juga memiliki konsekuensi jangka panjang terhadap kesehatan mental individu melalui mekanisme epigenetik. Dieckmann & Czamara (2024) menjelaskan bahwa paparan stres selama masa prenatal dapat memengaruhi ekspresi gen melalui perubahan *DNA methylation*. Hal tersebut menunjukkan bahwa pengalaman psikologis ibu selama kehamilan dapat meninggalkan jejak biologis yang berpengaruh terhadap kesehatan fisik dan psikologis anak dalam jangka panjang. Dengan demikian, fase prenatal tidak hanya dipahami sebagai proses pertumbuhan biologis semata, tetapi juga sebagai dasar pembentukan kesehatan mental dan emosional individu.

Di sisi lain, kehamilan juga merupakan periode krisis bagi ibu karena adanya perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang berlangsung secara bersamaan. Perubahan hormon selama kehamilan dapat memengaruhi kestabilan emosi ibu, seperti meningkatnya kecemasan, sensitivitas emosional, ketakutan menghadapi persalinan, hingga kekhawatiran terhadap kondisi janin (Leff-gelman dkk, 2024). Kondisi tersebut menyebabkan masa kehamilan menjadi fase transisi kehidupan yang rentan terhadap tekanan psikologis dan gangguan emosional. Perkembangan ilmu neuropsikologi modern juga menunjukkan bahwa kondisi emosional ibu selama kehamilan memiliki hubungan erat dengan perkembangan otak janin. Lautarescu dkk (2024) menjelaskan bahwa perkembangan otak prenatal sangat sensitif terhadap pengaruh lingkungan dan paparan stres selama masa kehamilan. Mereka menyatakan bahwa "*prenatal brain development may be adversely affected by stress and environmental exposures.*" Hal ini menunjukkan bahwa

paparan stres dan lingkungan yang tidak mendukung selama kehamilan dapat mengganggu proses perkembangan neurologis janin dan meningkatkan kerentanan terhadap gangguan perkembangan di masa mendatang.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa fase prenatal merupakan periode krisis dalam perkembangan manusia karena pada masa ini terjadi interaksi kompleks antara faktor biologis, psikologis, dan lingkungan yang sangat menentukan kualitas perkembangan individu di masa depan. Kerentanan yang terjadi selama fase prenatal menjadikan periode ini memerlukan perhatian serius terhadap kesehatan fisik dan kesejahteraan psikologis ibu hamil agar proses perkembangan janin dapat berlangsung secara optimal.

Dampak Stres Prenatal terhadap Ibu dan Janin

Stres prenatal merupakan kondisi tekanan psikologis yang dialami ibu selama masa kehamilan dan menjadi salah satu faktor utama yang memperberat krisis prenatal. Kondisi ini dapat muncul akibat berbagai tekanan kehidupan, seperti masalah ekonomi, konflik rumah tangga, kurangnya dukungan sosial, kecemasan menghadapi persalinan, serta kekhawatiran terhadap kondisi janin. Dalam kajian psikologi perkembangan, stres prenatal dipandang sebagai kondisi yang memiliki dampak luas karena tidak hanya memengaruhi kesehatan mental ibu, tetapi juga perkembangan biologis dan neurologis janin. Masa prenatal menjadi periode yang sangat sensitif karena perkembangan janin berlangsung dalam lingkungan intrauterin yang dipengaruhi langsung oleh kondisi fisiologis dan emosional ibu. Monk dkk (2019) menjelaskan bahwa pengalaman stres selama kehamilan dapat memengaruhi perkembangan otak janin, sistem neuroendokrin, serta meningkatkan risiko gangguan psikologis pada masa perkembangan anak selanjutnya.

Selain itu, Thomason (2021) menjelaskan bahwa tekanan psikologis ibu selama masa kehamilan dapat mengubah ekspresi gen yang berkaitan dengan respons stres dan perkembangan sistem saraf anak. Mereka menegaskan bahwa pengalaman stres prenatal dapat meningkatkan kerentanan anak terhadap gangguan kesehatan mental pada tahap perkembangan berikutnya. Stres prenatal juga berdampak pada kondisi fisik ibu hamil. Ibu yang mengalami stres berkepanjangan cenderung mengalami peningkatan hormon kortisol yang dapat mengganggu keseimbangan fisiologis tubuh selama kehamilan. Kondisi tersebut dapat menyebabkan gangguan tidur, kecemasan berlebihan, kelelahan emosional, hipertensi kehamilan, hingga meningkatkan risiko persalinan prematur. McCarthy (2019) menemukan bahwa stres prenatal berkaitan dengan perubahan perkembangan neurobehavioral janin serta berdampak pada hasil kelahiran bayi.

Di sisi lain, perkembangan otak janin sangat sensitif terhadap kondisi emosional ibu. Paparan hormon stres yang berlebihan selama masa kehamilan dapat memengaruhi pembentukan neuron, konektivitas saraf, dan regulasi emosi anak setelah lahir (Lautarescu dkk, 2019). Lebih lanjut, Bleker & Rooij (2019) menegaskan bahwa stres prenatal memiliki efek pemrograman (*programming effects*) terhadap perkembangan neuropsikologis anak. Paparan stres selama kehamilan dapat meningkatkan risiko munculnya gangguan perilaku, kecemasan, depresi, serta masalah regulasi emosi pada anak dan remaja.

Dengan demikian, stres prenatal tidak hanya berdampak pada kesehatan psikologis ibu, tetapi juga memberikan konsekuensi jangka panjang terhadap perkembangan fisik, neurologis, dan emosional janin. Oleh karena itu, dukungan sosial, stabilitas emosional, serta pelayanan kesehatan mental bagi ibu hamil menjadi aspek penting dalam upaya menjaga kesejahteraan ibu dan optimalisasi perkembangan janin.

Perspektif Al-Qur'an tentang Fase Prenatal

Fase prenatal merupakan masa perkembangan manusia sejak terjadinya pembuahan hingga kelahiran. Dalam perspektif Islam, fase ini memiliki kedudukan yang sangat penting karena Al-Qur'an menjelaskan proses penciptaan manusia secara bertahap dan sistematis. Penjelasan tersebut menunjukkan bahwa kehidupan manusia telah dimulai sejak dalam kandungan dan setiap tahap perkembangan janin berada dalam kekuasaan Allah SWT. Kajian tentang fase prenatal dalam Al-Qur'an tidak hanya menekankan aspek biologis, tetapi juga aspek spiritual, psikologis, dan pendidikan yang berpengaruh terhadap perkembangan manusia sejak dini. Al-Qur'an menjelaskan tahapan penciptaan manusia dalam Surah Al-Mu'minun [23]: 12-14.

وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ سُلَالَةٍ مِنْ طِينٍ^{١٢} ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نُطْفَةً فِي قَرَارٍ مَكِينٍ^{١٣} ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظَامًا فَكَسَوْنَا الْعِظَامَ لَحْمًا ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ ۚ فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ^{١٤}

Artinya: “Dan sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dari saripati (yang berasal) dari tanah. Kemudian, Kami menjadikannya air mani di dalam tempat yang kokoh (rahim). Kemudian, air mani itu Kami jadikan segumpal darah, lalu segumpal darah itu Kami jadikan segumpal daging, dan segumpal daging itu Kami jadikan tulang belulang, lalu tulang belulang itu Kami bungkus dengan daging. Kemudian Kami jadikan dia makhluk yang (berbentuk) lain. Maha suci Allah sebaik-baik Pencipta”. (QS. Al-Mu'minun [23]: 12-14).

Ayat tersebut menjelaskan bahwa perkembangan manusia berlangsung melalui beberapa tahap, yaitu *nutfah* (air mani), *'alaqah* (sesuatu yang melekat), *mudghah* (segumpal daging), pembentukan tulang, hingga penyempurnaan tubuh manusia. Jufri (2026) tahapan penciptaan manusia dalam Al-Qur'an menunjukkan adanya keteraturan perkembangan prenatal yang selaras dengan kajian embriologi modern. Penelitian tersebut menyatakan bahwa Islam memandang perkembangan janin tidak hanya sebagai proses biologis, tetapi juga sebagai proses pembentukan spiritual dan moral manusia sejak awal kehidupan. Selain menjelaskan proses biologis, Al-Qur'an juga menerangkan bahwa janin berkembang dalam perlindungan yang sempurna. Hal ini dijelaskan dalam Surah Az-Zumar [39]: 6.

...يَخْلُقُكُمْ فِي بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ خَلْقًا مِّنْ بَعْدِ خَلْقٍ فِي ظِلْمٍ تَلْتِ ذَٰلِكُمُ اللَّهُ رَبُّكُمْ لَهُ الْمُلْكُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ فَاتَىٰ تُصْرَفُونَ ۝٦

Artinya: “..Dia menjadikan kamu dalam perut ibumu kejadian demi kejadian dalam tiga kegelapan...” (QS. Az-Zumar [39]: 6).

Menurut Quraish Shihab, istilah “tiga kegelapan” merujuk pada lapisan-lapisan yang melindungi janin, yaitu dinding perut ibu, dinding rahim, dan selaput ketuban. Penjelasan tersebut menunjukkan bahwa Allah SWT. memberikan perlindungan khusus kepada janin selama proses perkembangan prenatal. Dalam kajian psikologi Islam, kondisi lingkungan dalam kandungan diyakini memiliki pengaruh terhadap perkembangan fisik maupun psikologis anak setelah lahir. Pandangan tersebut diperkuat oleh Selian & Jannah (2025) menjelaskan bahwa perkembangan manusia dalam Islam dimulai sejak fase *nutfah* dan terus berkembang hingga menjadi janin yang sempurna. Penelitian tersebut menegaskan bahwa pendidikan dan penanaman nilai spiritual dapat dimulai sejak masa kandungan karena kondisi ibu selama kehamilan berpengaruh terhadap perkembangan emosional dan spiritual anak.

Dalam perspektif Islam, fase prenatal juga berkaitan dengan pendidikan anak sejak dini. Islam mengajarkan bahwa orang tua, khususnya ibu, memiliki tanggung jawab menjaga kondisi fisik, emosional, dan spiritual selama kehamilan. Robikhah (2022) menjelaskan bahwa pendidikan pranatal dapat dilakukan melalui doa, membaca Al-Qur'an, menjaga konsumsi makanan halal dan baik, serta memperbanyak ibadah selama masa kehamilan. Pandangan tersebut juga diperkuat oleh Adhy dkk (2023) yang menjelaskan bahwa Islam memberikan perhatian besar terhadap perkembangan anak sebelum kelahiran. Selain itu, kajian integrasi antara sains dan Al-Qur'an menunjukkan adanya kesesuaian antara tahapan perkembangan embrio dalam ilmu embriologi modern dengan penjelasan Al-Qur'an. Sam & Tanjung (2021) menyatakan bahwa Al-

Qur'an tidak hanya berfungsi sebagai petunjuk spiritual, tetapi juga mengandung penjelasan ilmiah mengenai perkembangan manusia dalam kandungan.

Dalam perspektif psikologi perkembangan, fase prenatal merupakan periode yang sangat menentukan kehidupan individu pada tahap selanjutnya. Kondisi psikologis ibu, seperti stres dan kecemasan selama kehamilan, dapat memengaruhi perkembangan neurologis janin. Oleh karena itu, Islam mengajarkan pentingnya menjaga ketenangan emosional, memperbanyak ibadah, dan menciptakan lingkungan yang positif selama masa kehamilan agar perkembangan janin berlangsung dengan baik.

Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat dipahami bahwa Al-Qur'an memberikan perhatian besar terhadap fase prenatal sebagai awal kehidupan manusia. Tahapan perkembangan janin yang dijelaskan dalam Al-Qur'an menunjukkan kesempurnaan ciptaan Allah SWT. Selain itu, Islam juga menekankan pentingnya menjaga kondisi fisik, psikologis, dan spiritual ibu selama kehamilan karena hal tersebut berpengaruh terhadap perkembangan anak. Dengan demikian, fase prenatal dalam perspektif Al-Qur'an tidak hanya dipahami sebagai proses biologis, tetapi juga sebagai proses pembentukan manusia secara menyeluruh sejak dalam kandungan.

Coping Religius dalam Menghadapi Krisis Prenatal

Krisis prenatal merupakan kondisi tekanan psikologis yang muncul selama masa kehamilan akibat perubahan biologis, emosional, sosial, maupun lingkungan. Masa prenatal sering kali diiringi kecemasan mengenai kesehatan janin, proses persalinan, perubahan peran menjadi orang tua, serta tekanan sosial dan ekonomi. Kondisi stres prenatal yang berlangsung terus-menerus dapat memengaruhi kesehatan fisik dan psikologis ibu maupun perkembangan janin. Penelitian menunjukkan bahwa stres maternal selama kehamilan berkaitan dengan berbagai konsekuensi kesehatan ibu dan bayi, sehingga kemampuan individu dalam melakukan coping menjadi faktor penting selama masa prenatal (Guardino & Schetter, 2014).

Salah satu strategi yang dapat membantu individu menghadapi tekanan selama kehamilan adalah coping religius. Menurut Pargament (1997) coping religius merupakan penggunaan keyakinan, praktik keagamaan, dan spiritualitas sebagai cara memahami serta menghadapi situasi yang menekan. Coping religius membantu individu membangun makna terhadap pengalaman sulit, meningkatkan harapan, serta memperkuat kemampuan adaptasi psikologis. Dalam konteks prenatal, coping religius dapat muncul dalam bentuk doa, dzikir, membaca Al-Qur'an, ibadah, tawakal, serta keyakinan bahwa kehamilan merupakan bagian dari ketetapan dan amanah dari Allah SWT. Pendekatan religius tersebut dapat membantu ibu hamil mengurangi kecemasan dan meningkatkan ketenangan emosional. Penelitian mengenai kehamilan pertama menunjukkan bahwa coping religius dan spiritual memiliki hubungan dengan kemampuan penyesuaian psikologis calon orang tua selama masa prenatal (Lucero dkk, 2013). Secara psikologis, coping religius bekerja melalui mekanisme *meaning-making* atau pembentukan makna. Individu yang memiliki keyakinan religius cenderung memandang tekanan kehidupan sebagai bagian dari proses yang memiliki hikmah sehingga dapat menurunkan persepsi ancaman terhadap stresor. Proses tersebut membantu meningkatkan ketahanan psikologis (*psychological resilience*) dan kemampuan regulasi emosi selama menghadapi situasi sulit.

Dalam perspektif Islam, coping religius tercermin melalui konsep sabar (*ṣabr*), tawakal, dan mendekatkan diri kepada Allah SWT. Ketika individu menghadapi tekanan selama masa prenatal, nilai spiritual dapat menjadi sumber kekuatan psikologis. Allah SWT berfirman QS. Al-Insyirah [94]:5-6.

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۚ

Artinya: *"Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan."*(QS. Al-Insyirah [94]: 5-6).

Ayat tersebut menunjukkan bahwa individu didorong untuk membangun optimisme dan ketahanan ketika menghadapi kesulitan hidup. Selain itu Allah SWT juga berfirman QS. Ar-Ra'd [13]:28.

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ ۖ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya: *"Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram."* (QS. Ar-Ra'd [13]: 28).

Ayat tersebut menjelaskan bahwa aktivitas spiritual dapat memberikan ketenangan psikologis. Dalam konteks prenatal, praktik religius dapat menjadi strategi adaptif dalam mengurangi kecemasan, meningkatkan kontrol emosi, dan memperkuat kesiapan mental menghadapi perubahan selama kehamilan. Jannah dkk (2026) bahwa spiritual coping dan pembentukan makna (*meaning-oriented resilience*) berkontribusi dalam menurunkan kecemasan kehamilan serta meningkatkan kesejahteraan psikologis ibu selama masa prenatal. Spiritualitas membantu individu membangun daya tahan psikologis melalui regulasi emosi, harapan, dan pemaknaan positif terhadap pengalaman kehamilan.

Dengan demikian, coping religius menjadi salah satu faktor protektif penting dalam menghadapi krisis prenatal. Pendekatan religius tidak hanya membantu individu mengurangi tekanan psikologis, tetapi juga memperkuat makna hidup, meningkatkan ketahanan psikologis, serta mendukung kesejahteraan ibu selama masa kehamilan.

Pendidikan Prenatal dalam Perspektif Psikologi Islam

Pendidikan prenatal merupakan proses pemberian stimulasi, pembinaan, dan pembentukan nilai-nilai positif kepada anak sejak masih berada dalam kandungan. Dalam perspektif psikologi Islam, pendidikan prenatal dipandang sebagai fase awal pembentukan manusia yang tidak hanya berorientasi pada perkembangan biologis, tetapi juga mencakup aspek spiritual, emosional, kognitif, dan moral. Islam memandang bahwa pendidikan anak dimulai jauh sebelum kelahiran, bahkan sejak pemilihan pasangan hidup hingga masa kehamilan, karena lingkungan prenatal memiliki pengaruh terhadap perkembangan kepribadian dan kesiapan psikologis anak pada tahap kehidupan berikutnya (Adhy dkk, 2023).

Psikologi Islam memandang manusia sebagai makhluk yang memiliki dimensi jasmani, akal, ruhani, dan *qalb* (hati). Oleh sebab itu, pendidikan prenatal tidak hanya berfokus pada pemenuhan kebutuhan fisik ibu hamil, tetapi juga pemeliharaan kondisi psikologis dan spiritual selama masa kehamilan. Keadaan emosional ibu seperti kecemasan, stres, ketenangan, serta kualitas ibadah diyakini dapat memberikan pengaruh terhadap kondisi perkembangan janin. Dalam pendekatan psikologi perkembangan modern juga dijelaskan bahwa masa prenatal merupakan periode penting yang memengaruhi pembentukan sistem saraf dan perkembangan awal individu. Perspektif Islam kemudian memperluas konsep tersebut dengan menekankan pentingnya pembentukan nilai spiritual sejak masa kandungan (Rosadah dkk, 2025).

Islam memberikan perhatian besar terhadap pendidikan prenatal melalui berbagai bentuk pembiasaan religius. Aktivitas seperti membaca Al-Qur'an, berdoa, berdzikir, menjaga pola makan halal dan baik (*halalan thayyiban*), serta menciptakan lingkungan emosional yang kondusif menjadi bagian dari pendidikan prenatal dalam Islam. Penelitian menunjukkan bahwa pendidikan prenatal dalam perspektif Islam bertujuan membangun dasar spiritual, moral, dan intelektual anak sejak masa kehamilan sehingga diharapkan mampu membentuk generasi yang beriman, berakhlak, dan memiliki perkembangan psikologis yang optimal (Fatimah & Nurillah, 2025). Dalam perspektif Al-Qur'an, perhatian terhadap fase prenatal dapat ditemukan pada QS. *Ali Imran* ayat 35 ketika istri Imran bernazar untuk mendidik dan menyerahkan anak yang masih berada dalam kandungan kepada Allah. Ayat tersebut menunjukkan bahwa perhatian terhadap

pendidikan dan pembentukan karakter anak dapat dimulai sejak sebelum kelahiran. Selain itu, QS. *Luqman* ayat 14 juga menegaskan pentingnya penghormatan terhadap ibu yang mengandung dalam keadaan lemah yang bertambah-tambah, menunjukkan bahwa masa kehamilan merupakan periode penting yang memerlukan perhatian fisik maupun psikologis (Rosadah dkk, 2025).

Dari sudut pandang psikologi Islam, pendidikan prenatal juga berkaitan dengan konsep *fitrah*. Setiap anak lahir membawa potensi dasar yang baik, namun perkembangan potensi tersebut dipengaruhi oleh lingkungan, termasuk lingkungan prenatal. Orang tua, khususnya ibu, memiliki peran penting dalam memberikan stimulus positif melalui perilaku, komunikasi emosional, serta kualitas spiritual selama masa kehamilan. Pendidikan prenatal yang dilakukan secara optimal dapat membantu membangun kesiapan emosi anak, memperkuat ikatan ibu dan janin (*maternal-fetal attachment*), serta menjadi fondasi awal perkembangan psikologis yang sehat (Nopianda dkk, 2022).

Dengan demikian, pendidikan prenatal dalam perspektif psikologi Islam merupakan proses pembinaan yang menyeluruh sejak masa kandungan dengan mengintegrasikan aspek biologis, psikologis, sosial, dan spiritual. Pendidikan prenatal tidak hanya dipahami sebagai usaha meningkatkan perkembangan kognitif anak, tetapi juga sebagai upaya membentuk karakter, keimanan, dan kesehatan psikologis anak sejak fase kehidupan paling awal.

Integrasi Psikologi Modern dan Psikologi Islam dalam Pendampingan Prenatal

Pendampingan prenatal merupakan proses pemberian dukungan psikologis, emosional, sosial, dan spiritual kepada ibu selama masa kehamilan guna membantu kesiapan menghadapi perubahan fisik maupun psikologis yang terjadi. Masa prenatal bukan hanya fase perkembangan biologis janin, tetapi juga periode penting pembentukan kesehatan mental ibu yang berpengaruh terhadap perkembangan anak di masa mendatang. Oleh karena itu, pendekatan pendampingan prenatal membutuhkan paradigma yang komprehensif dengan mengintegrasikan psikologi modern dan psikologi Islam agar kebutuhan ibu hamil dapat dipenuhi secara menyeluruh, baik aspek psikologis maupun spiritual (Jufri dkk, 2026).

Psikologi modern memandang kehamilan sebagai fase perkembangan yang rentan terhadap perubahan emosional, seperti kecemasan, stres prenatal, ketakutan menghadapi persalinan, hingga perubahan identitas diri menjadi seorang ibu. Pendekatan psikologi modern menawarkan berbagai intervensi berbasis ilmiah seperti *cognitive behavioral therapy* (CBT), *mindfulness*, konseling psikologis, manajemen stres, serta penguatan dukungan sosial sebagai upaya meningkatkan kesejahteraan psikologis ibu hamil. Pendekatan ini menekankan pentingnya kemampuan individu dalam mengelola pikiran, emosi, dan perilaku untuk mencapai kondisi mental yang sehat. Namun, psikologi modern sering dinilai memiliki keterbatasan karena belum sepenuhnya mengakomodasi dimensi spiritual dalam proses pendampingan psikologis (Mawaddah dkk, 2024).

Di sisi lain, psikologi Islam memandang manusia sebagai makhluk yang memiliki kesatuan dimensi jasmani (*jasad*), akal (*'aql*), jiwa (*nafs*), hati (*qalb*), dan ruh (*ruh*). Kesehatan psikologis dalam perspektif Islam tidak hanya ditentukan oleh keseimbangan emosi dan kognisi, tetapi juga hubungan spiritual individu dengan Allah SWT. Konsep *fitrah*, *tazkiyatun nafs* (penyucian jiwa), dzikir, doa, kesabaran (*ṣabr*), tawakal, serta penguatan nilai tauhid menjadi bagian penting dalam menjaga kesejahteraan psikologis seseorang. Psikologi Islam menempatkan spiritualitas bukan sebagai pelengkap, melainkan fondasi utama dalam membentuk ketahanan mental individu (Baehaqi & Fahmi, 2025).

Integrasi psikologi modern dan psikologi Islam dalam pendampingan prenatal menjadi penting karena kehamilan merupakan pengalaman multidimensional yang melibatkan perubahan

biologis, psikologis, sosial, dan spiritual secara bersamaan. Pendekatan integratif memungkinkan ibu hamil memperoleh dukungan psikologis berbasis ilmiah sekaligus penguatan spiritual yang sesuai dengan nilai-nilai Islam. Misalnya, teknik relaksasi dan *mindfulness* dalam psikologi modern dapat dipadukan dengan dzikir, tilawah Al-Qur'an, doa, serta peningkatan kualitas ibadah untuk membantu mengurangi kecemasan selama kehamilan. Kombinasi tersebut dapat membantu ibu mencapai kondisi emosi yang lebih stabil dan ketenangan batin yang lebih mendalam (Machmudah dkk, 2024).

Model integratif juga dapat diterapkan melalui pendampingan prenatal berbasis konseling Islam. Dalam praktiknya, tenaga profesional dapat menggabungkan asesmen psikologis modern dengan intervensi spiritual Islam. Ketika ibu mengalami kecemasan berlebih terkait persalinan, misalnya, konselor dapat menggunakan teknik *cognitive restructuring* untuk membantu mengubah pola pikir negatif sekaligus menguatkan aspek religius melalui pendekatan sabar, tawakal, doa, dan penghayatan makna spiritual kehamilan. Pendekatan seperti ini menghasilkan layanan yang lebih holistik karena memperhatikan keseimbangan aspek emosi, perilaku, kognitif, sosial, dan spiritual ibu hamil (Hairina & Mubarak, 2020).

Dengan demikian, integrasi psikologi modern dan psikologi Islam dalam pendampingan prenatal menjadi pendekatan yang relevan dalam mendukung kesejahteraan ibu hamil secara menyeluruh. Psikologi modern memberikan dasar empiris dan intervensi ilmiah untuk membantu pengelolaan kondisi psikologis, sedangkan psikologi Islam memperkuat dimensi spiritual dan makna kehidupan. Sinergi kedua pendekatan tersebut mampu menghasilkan model pendampingan prenatal yang holistik, preventif, serta sesuai dengan kebutuhan ibu Muslim dalam menghadapi masa kehamilan secara sehat, tenang, dan bermakna.

4. Simpulan

Fase prenatal merupakan periode krusial dalam perkembangan manusia karena menjadi dasar pembentukan aspek biologis, neurologis, psikologis, emosional, dan spiritual individu. Kondisi fisik serta psikologis ibu selama kehamilan, khususnya stres prenatal, memiliki pengaruh besar terhadap perkembangan janin, kesehatan mental, dan kualitas perkembangan anak di masa mendatang. Dalam perspektif Islam, fase prenatal tidak hanya dipahami sebagai proses biologis, tetapi juga sebagai tahap pembentukan spiritual dan pendidikan sejak dalam kandungan melalui penjagaan kondisi fisik, emosional, dan spiritual ibu.

Coping religius melalui doa, dzikir, sabar, dan tawakal dapat menjadi strategi adaptif dalam menghadapi krisis prenatal karena membantu meningkatkan ketenangan emosional dan ketahanan psikologis ibu hamil. Oleh karena itu, integrasi psikologi modern dan psikologi Islam dalam pendampingan prenatal menjadi pendekatan yang penting karena mampu menggabungkan intervensi psikologis berbasis ilmiah dengan penguatan nilai spiritual Islam guna mendukung kesejahteraan ibu dan optimalisasi perkembangan janin secara menyeluruh. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan kajian ini melalui penelitian lapangan maupun pendekatan kuantitatif dan kualitatif untuk memperoleh bukti empiris mengenai efektivitas integrasi psikologi modern dan psikologi Islam dalam pendampingan prenatal serta pengaruh faktor spiritual terhadap kesehatan psikologis ibu selama masa kehamilan.

Daftar Referensi

- Adhy, A. W., Taman, A. M., & Rahman, I. K. (2023). Amanah Orang Tua Terhadap Perkembangan dan Pendidikan Anak Prenatal dalam Perspektif Islam. *TARBAWI Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 08(02), 146-165.
- Baehaqi, R., & Fahmi, Y. (2025). Integrasi Al- Qur ' an Dan Psikologi: Sebuah Pendekatan Holistik Dalam Ilmu Jiwa. *Tamadduna Jurnal Peradaban*, 2(2), 134-149.

- Bleker, L. S., & Rooij, S. R. De. (2019). Programming Effects of Prenatal Stress on Neurodevelopment – The Pitfall of Introducing a Self-Fulfilling Prophecy. *Internasional Journal of Environmental Resarch and Public Health*, 16(2301), 1-8.
- Clayborne, Z. M., Gilman, S. E., Khandaker, G. M., & Colman, I. (2025). Associations between prenatal stress with offspring inflammation, depression and anxiety. *HH*, 1-17. <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2024.107162>.Associations
- Collins, J. M., Keane, J. M., Deady, C., Khashan, A. S., & McCarthy, F. P. (2024). Prenatal stress impacts foetal neurodevelopment: Temporal windows of gestational vulnerability. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 9(164), 1-22.
- Dieckmann, L., & Czamara, D. (2024). Epigenetics of prenatal stress in humans : the current research landscape. *Clinical Epigenetics*, 16(20), 1-16. <https://doi.org/10.1186/s13148-024-01635-9>
- Fatimah, S., & Nurillah, A. (2025). The Role of Family in The Formation of LGBT Identity. *Indonesian Journal of Adult and Community Education*, 7(1), 14-23.
- Gomez, R. P., Navarrete, A. R., Calvente, I. A., & Lara, J. (2024). Prenatal Stress as a Risk Factor for Maternal - Foetal Morbidity : *Healthcare*, 12(312), 1-16.
- Guardino, C. M., & Schetter, C. D. (2014). Coping during pregnancy : a systematic review and recommendations. *Health Psychology Review*, 8(1), 70-94. <https://doi.org/10.1080/17437199.2012.752659>
- Hairina, Y., & Mubarak. (2020). Penerapan Psikologi Islam dalam Praktik Profesi Psikolog Muslim. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 3(1), 47-60.
- Jannah, N., Rachmah, N., Anganthi, N., Lestari, S., & Ruhaena, L. (2026). A systematic literature review of meaning-oriented resilience as a coping process for pregnancy anxiety and maternal well- being. *Science Midwifery*, 13(6), 1739-1750.
- Jufri, M. H., Mutmainnah, B., & Santalia, I. (2026). Perkembangan Prakeselahiran dan Makna Kelahiran dalam Perspektif Al-Qur'an, Hadis, Medis Modern, dan Psikologi Perkembangan. *KARTIKA: Jurnal Studi Keislaman*, 6(1), 379-393.
- Lautarescu, A., Bon throne, A. F., Bos, B., Barratt, B., & Counsell, S. J. (2024). Advances in fetal and neonatal neuroimaging and everyday exposures. *Pediatric Research*, 96, 1404-1461. <https://doi.org/10.1038/s41390-024-03294-1>
- Lautarescu, A., Craig, M. C., & Glover, V. (2019). Prenatal stress : Effects on fetal and child brain development. In *International Review of Neurobiology* (1st ed.). Elsevier Inc. <https://doi.org/10.1016/bs.irn.2019.11.002>
- Leff-gelman, P., Camacho-arroyo, I., Tonalli, R., Pacheco, C., Moisés, F., Cruz, C., Valerie, A., Cervantes, G., Elena, L., Aquino, J., Solares-bravo, M., & Flores-ramos, M. (2024). Circulating sex hormones in women with severe anxiety during pregnancy. *Original Article*, 47(1), 3-12. <https://doi.org/10.17711/SM.0185-3325.2024.002>
- Lobel, M., & Preis, H. (2025). Reduce Prenatal Maternal Stress to Improve Pregnancy and Birth Outcomes : Recommendations for U . S . Policy. *Policy Insights from the Behavioral and Brain Science*, 12(1), 77-84. <https://doi.org/10.1177/23727322241302417>
- Lubrano, C., Parisi, F., & Cetin, I. (2024). Impact of Maternal Environment and Inflammation on Fetal Neurodevelopment. *Antioxidants*, 13(453), 1-21.
- Lucero, S. M., Pargament, K. I., Mahoney, A., & Demaris, A. (2013). Journal of Reproductive and Infant Links between religious and spiritual coping and adjustment among fathers and mothers during first pregnancy. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 31(3), 309-322. <https://doi.org/10.1080/02646838.2013.798864>
- Machmudah, A., Rahmat, M., Kosasih, A., Azka, I., & Haranain, F. B. (2024). Spiritual

Enhancement Through Prenatal Gentle Yoga Within Islamic Cultural Contexts. *Al-Qalam Jurnal Penelitian Agama Dan Sosial Budaya Volume*, 30(2), 370-382.

Mandl, S., Alexopoulos, J., Doering, S., Wildner, B., Seidl, R., & Bartha-doering, L. (2024). Early Human Development The effect of prenatal maternal distress on offspring brain development : A systematic review. *Early Human Development*, 192(March), 106009. <https://doi.org/10.1016/j.earlhumdev.2024.106009>

Mawaddah, A. W., Shofiah, V., Rajab, K., Islam, U., Sultan, N., & Kasim, S. (2024). Kajian Psikologi Islam: Integrasi Pendekatan Falsafi Dan Psikologi Modern. *NATHIQIYYAH: Jurnal Psikologi Islam*, 7(2), 171-182.

Mccarthy, M. M. (2019). Stress during pregnancy : Fetal males pay the price. *PNAS*, 116(48), 23877-23879. <https://doi.org/10.1073/pnas.1916909116>

Meng, W., Shalayiding, S., Wang, X., Sailike, B., & Jiang, T. (2025). Relationship between prenatal anxiety , depression , pregnancy stress and their social determinants. *BMC Psychology*, 13(905), 1-14.

Monk, C., Lugo-candelas, C., & Trumpff, C. (2019). Prenatal Developmental Origins of Future Psychopathology : Mechanisms and Pathways. *Annual Reviews*, 15, 317-344.

Nopianda, I., Hjiyriyah, U., & Wulandari, H. (2022). Implementasi Pendidikan Anak Prenatal dalam Perspekti Islam. *Shautut Tarbiyah*, 28(2), 257-271.

Pargament. (1997). *The psychology of religion and coping. Theory, research, practice*. New. Guilford Press.

Robikhah, A. S. (2022). Pendidikan Pranatal dalam Perspektif Al - Qur ' an. *Al-Mada: Jurnal Agama Sosisal Dan Budaya*, 5(4), 555-562.

Rosadah, L. L., Islamiarso, C., Wahyuni, Y., Harto, K., & Pratama, P. I. (2025). Perkembangan Janin Dalam Kandungan Dan Implikasinya Dalam Perspektif Pendidikan Islam. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(4), 281-295.

Sam, R. A., & Tanjung, I. F. (2021). Fase Perkembangan Embrio dalam Sistem Reproduksi Manusia Menurut Pandangan Sains Terintegrasi Al- Qur ' an d an Hadits. *Jurnal Pendidikan Tembusai*, 5(3), 11182-11189.

Santrock, J. W. (2019). *Life-span development (17th ed.)*. McGraw-Hill Education.

Selian, B. N., & Jannah, M. (2025). Islamic Education from the Earliest Stage : A Study on Fetal Religious Development in the Perspective of Islam and Acehnese Culture. *At-Turast*, 19(2), 147-158.

Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology : An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 104(August), 333-339. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.07.039>

Sun, J., Gao, Y., Nan, Y., Jiang, Y., Wang, D., Rahman, A., Li, X., & Yang, L. (2025). The prenatal anxiety trajectory and its correlation with stress and psychological flexibility : a longitudinal study. *BMC Psychiatry*, 13(1152), 1-12.

Thomason, M. E. (2021). Interactive relations between maternal prenatal stress , fetal brain connectivity , and gestational age at delivery. *Neuropsychopharmacology*, 1839-1847. <https://doi.org/10.1038/s41386-021-01066-7>

Thomason, M. E., & Hendrix, C. L. (2024). Prenatal Stress and Maternal Role in Neurodevelopment. *Annual Reviews*, 6, 87-107.