



UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA
FAKULTAS
KESEHATANPRODI
SARJANA KEBIDANAN
2023

Hubungan Kesiapan Psikologis Ibu Hamil Primigravida Trimester III dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Proses Persalinan di PMB Noris Hadi, Ngemplak Boyolali

Kristin Nainggolan

ABSTRAK

Kesiapan psikologis merupakan salah satu strategi komprehensif untuk menurunkan kecemasan selama persalinan dengan meningkatkan \an kewaspadaan saat proses persalinan dan kunci intervensi untuk menurunkan kematian ibu dan kematian bayi. Studi pendahuluan yang dilakukan PMB Noris Hadi yang telah diberikan kuesioner dan dilakukan wawancara yaitu dari 6 ibu hamil primigravida trimester III sebanyak 2 orang mengalami kecemasan berat, 1 orang mengalami kecemasan sedang, 2 orang mengalami kecemasan ringan, dan 1 orang tidak merasakan cemas. Dan, 5 orang merasa belum siap dan 1 orang merasa sudah siap dalam menghadapi proses persalinan nanti. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan cross sectional di mana seluruh data diperoleh dari hasil kuesioner. Analisis yang digunakan adalah analisis univariat dan analisis bivariat menggunakan uji *kendaltau*. Hasil penelitian yang diperoleh pada penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara variabel kesiapan dengan kecemasan.

Kata Kunci : Kecemasan, Kesiapan, Psikologi

ABSTRACT

Psychological readiness is one of the comprehensive strategies to reduce anxiety during labor by increasing awareness during the birth process and the key to interventions to reduce maternal and infant mortality. Preliminary studies conducted by PMB Noris Hadi who gave questionnaires and conducted interviews, namely of 6 primigravida pregnant women in the third trimester, 2 experienced severe anxiety, 1 person experienced moderate anxiety, 2 experienced mild anxiety, and 1 person did not feel anxious. And, 5 people felt they were not ready and 1 person felt they were ready to face the labor process later. The research method used was a cross sectional approach in which all data were obtained from the results of the questionnaire. The analysis used was univariate analysis and bivariate analysis using the Kendall Tau test. The research results obtained in this study were that there was a significant relationship between readiness and anxiety variables.

***Keywords:** Anxiety, Preparedness, Psychology*

A Pendahuluan

Data WHO (*World Health Organization*) pada tahun 2019 menyebutkan pada tahun 2017 setiap hari, 830 ibu di dunia meninggal akibat penyakit/komplikasi terkait kehamilan dan selama persalinan. Berdasarkan hasil SUPAS pada tahun 2015 AKI di Indonesia 305 per 100.000 kelahiran hidup. Penyebab utama kematian ibu tersebut adalah pendarahan, infeksi, tekanan darah tinggi serta partus lama (WHO,2018).

Komplikasi pada saat persalinan sangat berhubungan dengan faktor ibu. Dimana faktor ibu tersebut berupa kecemasan saat menjelang persalinannya yang dapat memicu perubahan pembuluh darah dan peningkatan resistensi arteri uterine yang dapat menaikkan tekanan darah yang jika berlanjut mengakibatkan hipertensi dan tekanan darah tinggi (ASEAN Secretariat, 2017).

Di Indoneisa sekitar 28,7% dari 107.000.000 mengalami kecemasan dan di Pulau jawa, sebesar 52,3% atau 355.873 dari 679.765 ibu hamil trimester III yang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan.

Kesiapan psikologis merupakan salah satu strategi komprehensif untuk menurunkan kecemasan selama persalinan dengan meningkatkan kewaspadaan saat proses persalinan dan kunci intervensi untuk menurunkan kematian ibu dan kematian bayi. Mempersiapkan kelahiran sama halnya dengan kesiapan komplikasi, artinya membuat antisipasi terjadinya komplikasi selama persalinan dan mempersiapkan bagi ibu yang baru pertama kali hamil. Seorang wanita akan merasa tenang dan nyaman dengan adanya dukungan dan perhatian dari orang-orang terdekat. Sehingga, rasa cemas dapat ditangani

tindakan yang diperlukan dalam keadaan darurat.

Kesiapan psikologis ini berupa dukungan dari suami, keluarga, dan bidan atau tenaga kesehatan lainnya. yang baru (Andriana,2011).

Kesiapan psikologis adalah emosi yang matang pada seseorang dalam mempersiapkan untuk menghadapi sesuatu, dalam konteks ini adalah persiapan mental bagi ibu dalam menghadapi kehamilan trimester akhir hingga persalinan. Kesiapan Psikologis yang dimaksud yaitu, persiapan mental, sugesti dan kepercayaan persiapan menjadi orang tua, dan fisik.

Dukungan selama kehamilan sangat dibutuhkan bagi seorang wanita yang sedang hamil, terutama dari orang terdekat apalagi

B. Metode

Jenis dari penelitian adalah analisis korelasional dimana Studi kolerasi mempelajari hubungan dua variabel atau lebih, tanpa adanya upaya untuk mempengaruhi. Peneliti menggunakan pendekatan *cross sectional* di mana seluruh data diperoleh dari hasil kuesioner (Notoatmodjo, 2014).

Kehamilan dimulai dengan proses bertemunya sel telur dan sel sperma sehingga terjadi fertilisasi, dilanjutkan dengan implantasi sampai lahirnya janin (Syaiful et al., 2019).

Selama kehamilan hormon-hormon dalam tubuh ibu akan mengalami perubahan. Perubahan – perubahan hormone selama kehamilan terutama pada esterogen dan progesteron akan menyebabkan perubahan fisik maupun psikologis pada ibu hamil.

Primigravida adalah merupakan ibu yang baru hamil untuk pertama kalinya (Chapman, 2016). Ibu hamil mengalami banyak perubahan psikologi yang bisa mengakibatkan kecemasan kehamilan. Perubahan psikologis ini meliputi rasa takut yang ditimbulkan karena kehamilan menyebabkan perubahan besar pada badan ibu yang dianggap sebagai sesuatu baik sebanyak 16 orang (53,3%).

dengan adanya dukungan dari suami, orangtua, keluarga, kerabat, dan bidan atau tenaga kesehatan lainnya.

Kecemasan adalah perasaan tidak santai atau samar-samar yang disebabkan oleh ketidaknyamanan atau rasa takut disertai respons (Nihayati, 2019).

Seseorang yang mengalami stress tubuh secara otomatis mengeluarkan "Hormon Stress" yaitu katekolamin dan adrenalin. Ibu hamil yang tidak bisa melepaskan rasa cemas dan takut sebelum melahirkan akan melepaskan hormon katekolamin dalam konsentrasi tinggi sehingga menyebabkan kontraksi rahim semakin nyeri dan sakit. Hormon katekolamin juga dapat mengganggu pelepasan oksitoksin selama persalinan.

C. Hasil

Mayoritas karakteristik responden tertinggi adalah pada kategori usia 23-26 tahun yaitu 15 tahun (50%). Sedangkan responden terendah adalah pada kategori usia 27-29 tahun yaitu 4 orang (19,4%).

Karakteristik responden tertinggi adalah pada kategori pendidikan SMA yaitu sebanyak 20 orang 66,7%. Sedangkan responden terendah adalah pada kategori pendidikan SMP yaitu 1 orang (3,3%).

Karakteristik responden tertinggi adalah pada kategori pekerjaan IRT yaitu sebanyak 20 orang 66,6%. Sedangkan responden terendah adalah pada kategori pekerjaan wirausaha dan lain-lain yaitu 2 orang (6,7%).

Karakteristik responden tertinggi adalah pada kategori status lingkungan rumah tangga keluarga yaitu sebanyak 19 orang (63,3%). Sedangkan responden terendah adalah pada kategori status lingkungan rumah tangga suami yaitu 11 orang (36,7%).

Karakteristik responden tertinggi adalah pada kategori kesiapan responden

Sedangkan responden terendah adalah pada kategori kesiapan responden cukup yaitu 6 orang (20,0%).

Karakteristik responden tertinggi adalah pada kategori kecemasan responden ringan sebanyak 16 orang (53,3%). Sedangkan responden terendah adalah pada kategori kecemasan responden sedang yaitu sebanyak 6 orang (20,0%).

Analisis menggunakan uji *kendalltau*. Uji *kendalltau* adalah untuk menguji hubungan dengan menguji hipotesis antara dua variabel yang datanya berbentuk ordinal.

nilai signifikansi antara variabel kesiapan dengan kecemasan yaitu sebesar $0,010 < 0,05$, maka dapat disimpulkan jika terdapat hubungan yang signifikan antara variabel kesiapan dengan kecemasan. Diketahui nilai koefisien korelasi antara variabel kesiapan dengan kecemasan adalah sebesar 0,843. Hubungan antara variabel kesiapan dengan kecemasan adalah kuat.

Dapat diartikan bahwa H1 diterima dan H0 ditolak. Dapat diketahui bahwa terdapat hubungan kesiapan psikologis ibu hamil primigravida trimester III dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi proses persalinan di PMB Noris Hadi.

Pembahasan

D. Dari hasil data yang didapatkan bahwa Responden yang berusia 19-23 tahun 11 responden (36,6%), usia 23-26 tahun 15 responden (50%), usia 27-29 tahun 4 responden (19,4%). Dapat dilihat dari hasil penelitian usia mayoritas adalah 23-26 tahun. Menurut penelitian Henik Istikhomah (2016), menyatakan bahwa umur 20 – 35 tahun merupakan umur reproduksi sehat dan paling baik untuk mengandung dan melahirkan.

Dari hasil data yang didapatkan bahwa responden yang berpendidikan SMP berjumlah 1 orang (3,3%), responden yang berpendidikan SMA 20 orang (66,7%), dan yang berpendidikan S1 berjumlah 9 orang (30%), Mayoritas responden berpendidikan SMA. Menurut penelitian Yeanurita Gutanurani (2017), tingkat pendidikan sangat pernyataan Ratnasari (2018) bahwa kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas

mempengaruhi bagaimana seseorang untuk bertindak dan mencari penyebab solusi dalam hidupnya. Semakin tinggi pendidikan seseorang, maka akan semakin berkualitas pengetahuannya dan semakin matang intelektualnya.

Dari hasil data yang didapatkan bahwa responden yang tidak bekerja berjumlah 20 orang (66,7%), wiraswasta 6 orang (20,0%), wirausaha 2 orang (6,7%), lain-lain 6 orang (6,7%). Mayoritas responden dalam penelitian ini adalah ibu tidak bekerja. Menurut Penelitian Sumiati (2015), pekerjaan adalah suatu yang berhubungan langsung dengan pendapatan atau kondisi ekonomi ibu. Ada hubungan kesiapan ekonomi keluarga dengan kesiapan ibu hamil dalam menghadapi kehamilan hingga persalinan.

Berdasarkan hasil penelitian responden yang tinggal bersama keluarga berjumlah 19 orang (63,3%) dan yang tinggal bersama suami berjumlah 11 orang (20,0%), mayoritas responden tinggal bersama keluarga. Status tempat tinggal sangat berpengaruh bagi ibu hamil, karena ibu bisa mendapat dukungan dari keluarga maupun suami. Menurut penelitian G.A Andayani (2017), Dukungan merupakan sumber kekuatan yang besar dan baik untuk psikologi ibu hamil.

Dalam melewati proses persalinan nantinya tentunya perlu dipersiapkan persiapan persalinan. Persiapan persalinan adalah hal yang penting dari proses persalinan yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan yang optimal menjelang persalinan dan segera siap untuk proses laktasi.

Selama periode kehamilan hampir sebagian besar ibu hamil sering mengalami kecemasan. Rasa cemas berlebihan dengan sendirinya menyebabkan ibu sakit. Hal ini bisa menimbulkan bentuk penyakit lain bermunculan yang sebelumnya telah dideritanya. Kemudian, perasaan cemas berkepanjangan dapat membuat ibu hamil tak bisa berkonsentrasi baik dan hilangnya rasa kepercayaan diri.

Keyakinan ibu dan kepercayaan diri untuk dapat memberikan perawatan atau mengasuh bayinya saat melahirkan nantinya dengan baik. Hal ini didukung dengan

kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenali kelebihan dan kekurangan diri sendiri.

Seiring dengan bertambahnya usia kehamilan, baik kondisi fisik maupun emosional ibu akan berubah, dan hal ini akan terus berlanjut sampai ke masa persalinan. Untuk umur yang dianggap paling aman menjalani kehamilan dan persalinan adalah 20-35 tahun

Menurut teori Nurheni (2008) menyatakan bahwa dukungan suami sangat diperlukan ibu hamil untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis dan penyesuaian diri serta mengurangi stress dan kecemasan selama kehamilan dan meningkatkan serta memelihara kesehatan fisik selama kehamilan.

Menurut Purwoastuti & Walyani (2015) dukungan keluarga merupakan bantuan atau dukungan yang diterima individu dari seseorang dalam kehidupannya dan berada dalam lingkungan keluarga seperti suami, orangtua, mertua, yang membuat penerima merasa diperhatikan, dihargai dan dicintai.

Bidan memiliki peran penting dalam pelaksanaan Program Perencanaan Persalinan dan Pencegahan Komplikasi (P4K) yaitu melakukan pendataan ibu hamil untuk mengetahui jumlah ibu hamil dan untuk merencanakan persalinan yang aman, persiapan menghadapi komplikasi dan tanda bahaya ke bidan bagi ibu sehingga melahirkan bayi yang sehat dan ibu selamat dengan mengikutsertakan suami dan keluarga

Berdasarkan hasil penelitian nilai p-value $0,010 < 0,005$ artinya H_1 diterima dan H_0 ditolak. Berdasarkan koefisien korelasi nilai variabel kesiapan dengan kecemasan adalah sebesar 0,843. Hubungan antara variabel kesiapan dengan kecemasan dikategorikan sebagai hubungan yang kuat. Dapat diketahui bahwa terdapat hubungan kesiapan psikologis ibu hamil primigravida trimester III dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi proses persalinan di PMB Noris Hadi.

pernyataan Ratnasari (2018) bahwa kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenali kelebihan dan kekurangan diri sendiri.

E. Kesimpulan

1. Berdasarkan kesiapan psikologi ibu hamil primigravida trimester III kecemasan dalam menghadapi proses persalinan di PMP Noris Hadi dapat diketahui bahwa karakteristik responden tertinggi terdapat pada kategori kesiapan baik sebanyak 16 orang dengan persentase 53,3% dan responden terendah terdapat pada kategori kesiapan responden cukup sebanyak 6 orang dengan persentase 20,0%.
2. Berdasarkan kecemasan ibu hamil primigravida trimester III dalam menghadapi proses persalinan di PMB Noris Hadi dapat diketahui bahwa karakteristik responden tertinggi terdapat pada kategori kecemasan responden ringan sebanyak 16 orang dengan persentase 53,3% dan responden terendah terdapat pada kategori kecemasan responden sedang

3. yaitu sebanyak 6 orang dengan persentase 20,0%.
4. Berdasarkan hasil penelitian terdapat hubungan yang signifikan antara variabel kesiapan psikologis ibu hamil primigravida trimester III dengan tingkat kecemasan. Nilai signifikansi antara variabel kesiapan dengan kecemasan yaitu sebesar $0,010 < 0,05$, Berdasarkan koefisien korelasi nilai variabel kesiapan dengan kecemasan adalah sebesar 0,843. Hubungan antara variabel kesiapan dengan kecemasan dikategorikan sebagai hubungan yang kuat.

F. Saran

1. Bagi Masyarakat
Masyarakat diharapkan lebih memperhatikan ibu hamil khususnya yang mempengaruhi tingkat kecemasan karena tingkat kecemasan Ibu mempengaruhi kesehatan persalinan yang akan berdampak panjang bagi Ibu dan bayinya.
2. Bagi Institusi Pendidikan
Kepada institusi Pendidikan diharapkan dapat membekali mahasiswa tentang tingkat kecemasan pada ibu hamil dan kesiapan psikologis
3. Bagi PMB Noris Hadi
Diharapkan petugas kesehatan lebih memperhatikan tingkat kecemasan ibu dan

memperhatikan tingkat kecemasan ibu dan rutin melakukan pemeriksaan dan melakukan konseling kepada ibu hamil untuk mengetahui kondisi fisik dan psikis ibu hamil tersebut.

4. Bagi Peneliti Lain

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang jauh lebih banyak dan waktu yang lebih lama agar dapat mengetahui hasil penelitian apabila dilaksanakan dengan kurun waktu yang lama.

5. Bagi Peneliti

Diharap peneliti dapat menambah wawasan dan *skill* tentang bagaimana menghadapi ibu hamil dengan kecemasan dan membantu ibu dalam kesiapan psikologisnya.

Daftar Pustaka

- Andanawarih, P., & Baroroh, I. (2018). Peran bidan sebagai fasilitator pelaksanaan program perencanaan persalinan dan pencegahan komplikasi (P4K) di wilayah Puskesmas Kabupaten Pekalongan. *Siklus: Journal Research Midwifery Politeknik Tegal*, 7(1).
- Andina VS, Yuni F (2021). *Asuhan pada Kehamilan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Dartiwen, Yati N. (2019). *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Ekasari, Ezi YS.(2021). Faktor- Faktor yang Berhubungan dengan Kesiapan Psikologis Ibu Primigravida pada Kelas Ibu Hamil di Puskesmas Ratu Agung Kota Bengkulu. Vol 3(2): 1-12.
- Elizabeth SW (2022). *Asuhan Kebidanan pada Kehamilan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Elvina, Lisa, Raudhatun N, Eva R.(2018). *Jurnal Kesehatan. "Faktor yang Berhubungan dengan Kesiapan Psikologis Ibu Hamil Trimester III dalam Menghadapi Persalinan"*. Vol (4).2:176-184.
- Enggar. (2018). *Biologi Dasar Manusia & Pengantar Asuhan Kebidanan*. Yogyakarta: Pustaka Panasea.
- E. Rianti, M. Masita, A. Karma, and W. Wasnidar, "Primigravida Readiness in Facing Childbirth," *Heal. Notions*, vol. 2, no. 3, pp. 306–310, 2018.
- Evareny, Lisma, Khadijah RL, Laila R. (2022). Dukungan Keluarga dan Kesiapan Ibu dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menjelang Persalinan. *Menara Medika*. Vol (4).2.
- Fauzia, Rouqmaya. (2022). Studi Kualitatif Peran Suami dalam Kecemasan pada Ibu Hamil Trimester III Primigravida Trimester III Primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu. Skripsi S.Keb. Politeknik Kesehatan Kemenkes, Bengkulu.
- Gusmadewi, G., Dielsa, M. F., & Reflianto, R. E. F. L. I. A. N. T. O. (2022). Pengaruh Antenatal Care, Tingkat Kecemasan, Kehamilan Beresiko Dan Jenis Persalinan Terhadap Kesiapan Fisiologis Persalinan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 34.