

ANALISIS TINGKAT KECEMASAN IBU KEHAMILAN PERTAMA DALAM MENGHADAPI PERSALINAN

Marniati

Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Teuku Umar Meulaboh

E-mail: marniati_skm@yahoo.co.id

Abstrak

Kecemasan merupakan reaksi normal terhadap perubahan lingkungan yang membawa perasaan yang tidak senang atau tidak nyaman yang disebabkan oleh dugaan akan bahaya atau frustrasi yang mengancam, membahayakan rasa aman, keseimbangan atau kehidupan seorang individu atau kelompok biososialnya. Data Puskesmas Meureubo 2015 jumlah ibu hamil 710 orang dengan jumlah ibu kehamilan pertama dari Juni sampai November 2015 sebanyak 125 ibu. Penelitian bersifat survey analitik dengan desain cross-sectional, penelitian untuk mengetahui hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu kehamilan pertama. Total populasi 125 ibu pada kehamilan pertama dengan jumlah sampel 56, analisis data menggunakan univariat dan bivariat (Chi Kuadrat). Terdapat hubungan pengetahuan dan sikap ($P. Value < \alpha$) dengan tingkat kecemasan pada ibu kehamilan pertama. Sikap memiliki hubungan yang sangat signifikan dengan tingkat kecemasan pada ibu kehamilan pertama dalam menghadapi persalinan. Kepada instansi terkait diharapkan dapat memberikan informasi terhadap ibu dengan kehamilan pertama, sehingga ibu dapat menjalani proses persalinan dengan baik.

Kata Kunci: Pengetahuan, Sikap, Kecemasan, Kehamilan Pertama

1. PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu proses yang dialami oleh seluruh wanita yang ada di Dunia. Dalam melewati proses kehamilan seorang wanita harus mendapatkan penatalaksanaan yang benar, karena hal ini bias mempengaruhi *morbiditas* dan *mortalitas* ibu, hal tersebut terbukti dari angka kematian ibu masih tinggi yaitu 307 per 100.000 kelahiran hidup dengan keadaan tersebut memacu kita untuk memberikan penatalaksanaan yang benar pada saat kehamilan. Kehamilan pertama merupakan kehamilan yang pertama kalinya dirasakan oleh seorang ibu mulai dari ovulasi sampai partus (280 hari/40 minggu) [1] [2].

Masa kehamilan dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin, lamanya hamil normal adalah 280 hari 40 minggu atau 9 bulan 7 hari dihitung dari hari pertama haid terakhir. Kehamilan dibagi dalam 3 triwulan yaitu triwulan pertama dimulai dari konsepsi sampai 3 bulan, triwulan kedua dimulai dari 4 bulan sampai 6 bulan, triwulan ketiga dari bulan 7 sampai 9 bulan.^{2,3} Penjelasan pada ibu kehamilan pertama, mengenai perubahan alat kandungan sangatlah penting dan perlu karena masih banyak ibu Kehamilan pertama belum mengetahui tentang perubahan pada diri mereka, baik alat kandungan yang berada di dalam ataupun yang ada di luar. Maka dari itu peran dari bidan sangatlah penting untuk menjelaskan tentang perubahan yang terjadi pada tubuh ibu yang sedang hamil dan juga memberikan pelayanan kesehatan *Biopsikologis*, sosial dan *spiritual* pada ibu hamil [3] [4] [5].

Perubahan kondisi fisik dan emosional yang kompleks pada wanita hamil memerlukan adaptasi terhadap penyesuaian pola hidup dengan proses kehamilan yang terjadi. Pada trimester pertama sering terjadi *fluktuasi* lebar aspek emosional sehingga periode ini mempunyai resiko tinggi untuk terjadi gangguan kesehatan ibu dan janin yang dikandungnya. Salah satu gangguan *psikologis* adalah reaksi

cemas yang ditandai dengan munculnya rasa cemas dan ketakutan yang berlebihan, terutama sekali terhadap hal-hal yang masih tergolong wajar [4] [5].

Kebijakan Departemen Kesehatan tahun 2002 dalam upaya penurunan Angka Kematian Ibu (AKI) pada dasarnya mengacu kepada *intervensi* strategis yang disebut dengan Empat Pilar *Motherhood* yaitu KB, ANC, persalinan bersih dan aman, pelayanan pelayanan *obstetri*, dimana pilar kedua adalah asuhan *antenatal* yang bertujuan untuk memantau perkembangan kehamilan dan mendeteksi kelainan atau komplikasi yang menyertai kehamilan secara dini dan ditangani secara benar [5] [6]. Kecemasan merupakan reaksi normal terhadap perubahan lingkungan yang membawa perasaan yang tidak senang atau tidak nyaman yang disebabkan oleh dugaan akan bahaya atau frustrasi yang mengancam, membahayakan rasa aman, keseimbangan atau kehidupan seorang individu atau kelompok biososialnya [7] [8].

Pengetahuan merupakan faktor yang sangat penting untuk terbentuknya suatu perilaku seseorang. Pengetahuan ibu tentang kehamilan akan mendasari kecemasan dalam menghadapi kehamilan trimester pertama. Kecemasan pada ibu Kehamilan pertama didasari pada ketidaktahuan dalam mengatasi kece- masan dalam menghadapi kehamilan trimester pertama. Paritas, usia, kunjungan ANC serta tingkat ekonomi yang rendah menyebabkan kurangnya pengetahuan KehamilanPertamadalam menghadapi kecemasan pada kehamilan trimester pertama [8] [9].

Asuhan kebidanan yang diberikan pada ibu hamil hendaknya tidak hanya melibatkan ibu hamil saja melainkan juga keluarganya, dan itu sangat penting bagi ibu hamil sebab keluarga menjadi bagian *integral* atau tak terpisahkan dari ibu hamil. Sikap, perilaku, dan kebiasaan ibu hamil sangat dipengaruhi oleh keluarga. Ibu mempunyai hak untuk memilih dan memutuskan kepada siapa dan dimana ia akan memperoleh pelayanan kebidanan [9]. Data kematian ibu di Provinsi Aceh jumlah yang dilaporkan adalah 163 orang dari perhitungan AKI tahun 2011 sebesar 158/100.000 LH. Sementara AKI di Aceh, bila dibandingkan pada tahun 2010 terjadi penurunan dari 193/100000 LH menjadi 158/100.000 LH di tahun 2011 [9] [10].

Fenomena *psikologis* yang menyertai persalinan bermacam-macam, se- tiap wanita memiliki disposisi kepribadian yang *definitif* dan mewarnai proses kelahiran bayinya. Wanita yang bersikap *pasif* secara total sejak semula sudah mempunyai anggapan bahwa mereka tidak perlu takut dan cemas, sebab mereka tidak akan banyak menderita sesuai dengan nasihat atau sugesti pada bidan dan dokter. Namun setelah merasakan sendiri kesakitan yang bertubi-tubi dan semakin hebat mereka menjadi sangat marah dan tidak sabar. Sebaliknya, tipe yang aktif menjadi semakin gelisah dan meningkatkan berbagai aktifitas sehari-hari [9] [10].

Tahun 2012-2013 di Kabupaten Aceh Barat cakupan K1 sebesar 87,42% dari jumlah ibu hamil sebesar 22,403 dan cakupan K4 sebesar 12,53% dengan target cakupan adalah 95% [10]. Berdasarkan data awal dari Puskesmas Meureubo Tahun 2015 Jumlah ibu hamil sebanyak 710 orang dan Jumlah ibu Kehamilan pertama dari bulan Juni sampai dengan November 2015 sebanyak 125 [10] [11].

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa ibu Kehamilan pertama mengatakan cemas dengan kehamilan yang dialami. Kecemasan itu meliputi kecemasan terhadap keadaan diri sendiri dan keadaan janinnya.

2. METODE

Penelitian ini bersifat survey *analitik* dengan desain *cross-sectional*. Penelitian dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Meureubo Kabupaten Aceh Barat, waktu penelitian ini dilakukan Januari 2016. Populasi adalah ibu *Kehamilan pertama* sebanyak 125 orang, dengan Sampel sebanyak 56 orang ibu *Kehamilan pertama*.

3. HASIL

Karakteristik responden dalam penelitian ini dapat tersaji dalam tabel 1 berikut:

Tabel 1. Tingkat Kecemasan, Sikap dan Pengetahuan ibu

Kriteria	Jumlah	%
Kecemasan Ibu		
Ringan	36	64,3
Berat	20	35,7
Sikap Ibu		
Positif	40	71,4,3
Negatif	16	28,6
Pengetahuan Ibu		
Baik	42	75
Kurang Baik	14	25

Berdasarkan data pada Tabel 1 dapat dilihat bahwa kecemasan ibu pada tingkat ringan (64,3%), sedangkan kecemasan ibu pada tingkat berat (35,7%). Tabel 1 juga dapat dilihat bahwa sikap ibu yang positif (71,43%), sedangkan ibu dengan sikap yang negatif (28,6%). Pada Pengetahuan ibu yang baik (75%), sedangkan yang berpengetahuan kurang baik (25%)

Tabel 4. Hubungan sikap dan pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan Ibu Kehamilan Pertama

Variabel	Tingkat Kecemasan				Total		P-Value	OR
	Ringan		Berat		n	%		
	N	%	n	%				
Sikap								
Positif	30	75	10	25	40	100	0,019	5,0
Negatif	6	37,5	10	62,5	16	100		
Pengetahuan								
Baik	31	73,8	11	26,2	42	100	0.024	5,07
Tidak Baik	5	35,7	9	64,3	14	100		

Tabel 4 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara sikap dengan tingkat kecemasan pada ibu kehamilan pertama, dengan nilai (p -value = 0,019), dan terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan tingkat kecemasan ibu Kehamilan pertama dalam menghadapi persalinan, dengan nilai (p -value = 0.024).

4. PEMBAHASAN

Kecemasan merupakan reaksi normal terhadap perubahan lingkungan yang membawa perasaan yang tidak senang atau tidak nyaman yang disebabkan oleh dugaan akan bahaya atau frustrasi yang mengancam, membahayakan rasa

aman, keseimbangan atau kehidupan seorang individu atau kelompok biososialnya [12] [13]. Kehamilan pertama merupakan kehamilan yang pertamakalinya dirasakan oleh seorang ibu mulai dari ovulasi sampai partus (280 hari/40 minggu) [14] [15].

Ibu kehamilan pertama yang memiliki sikap positif dan mengalami kecemasan ringan karena ibu selalu memeriksakan kehamilan secara teratur dan makan makanan yang bergizi sehingga ibu merasa kehamilannya akan terhindar dari komplikasi [16] [17]. Sedangkan ibu kehamilan pertama yang memiliki sikap positif dan mengalami kecemasan berat karena sebenarnya walaupun ibu selalu memeriksakan kehamilan secara teratur dan makan makanan bergizi, akan tetapi ibu tetap merasa khawatir karena pernah melihat keluarga atau temannya yang mengalami masalah pada saat kehamilan atau melahirkan [18] [19].

Selanjutnya ibu kehamilan pertama yang memiliki sikap negatif dan mengalami kecemasan ringan karena ibu jarang memeriksakan kehamilan dan ibu juga tidak suka makan buah-buahan serta minum susu kehamilan, akan tetapi ibu tidak merasa apapun sehingga ibu menghadapinya dengan santai [19] [20]. Sedangkan ibu kehamilan pertama yang memiliki sikap negatif dan mengalami kecemasan berat karena ibu jarang memeriksakan kehamilan dan ibu juga tidak suka makan buah-buahan serta minum susu kehamilan, sehingga ibu sering mual dan mulai mengalami kecemasan yang berlebihan [20] [21].

Sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu obyek. Sikap secara nyata menunjukkan *konotasi* adanya kesesuaian antara reaksi terhadap *stimulus* tertentu dalam kehidupan sehari-hari merupakan reaksi yang bersifat emosional terhadap derajat sosial. Dengan demikian hal ini sikap yang positif dapat memberikan hasil yang positif juga [22] [23].

Sikap dapat berubah-ubah, dalam situasi yang memenuhi syarat sehingga dapat dipelajari, sebagaimana telah diketahui bahwa sikap tidak dibawa sejak lahir, tetapi dipelajari dan dibentuk berdasarkan pengalaman individu sepanjang perkembangan selama hidupnya. Pada manusia sebagai makhluk sosial, pembentukan sikap tidak terlepas dari pengaruh *interaksi* manusia satu dengan yang lain (*eksternal*). Disamping itu manusia juga sebagai makhluk individual sehingga apa yang datang dari dalam dirinya (*internal*) juga mempengaruhi pembentukan sikap [24] [25].

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa sikap merupakan suatu tindakan atau aktifitas, akan tetapi merupakan predisposisi tindakan suatu perilaku. Pengalaman yang kurang baik dapat menimbulkan sikap seseorang menjauhi objek, demikian pula sebaliknya. Jadi sikap menentukan tingkat kecemasan yang dialami oleh para ibu kehamilan pertama yang ada di Wilayah Kerja Puskesmas Meureubo Kabupaten Aceh Barat.

Ibu kehamilan pertama yang memiliki pengetahuan baik dan mengalami kecemasan ringan karena ibu mengetahui bahwa kehamilan itu adalah sebuah anugerah dan ibu tahu bahwa jika ibu melakukan pemeriksaan secara teratur selama kehamilan maka kehamilan ibu akan selalu sehat dan terhindar dari komplikasi. Sedangkan ibu kehamilan pertama yang memiliki pengetahuan baik dan mengalami kecemasan berat karena sebenarnya ibu mengetahui bahwa dengan melakukan pemeriksaan rutin maka akan baik bagi kehamilan ibu, akan tetapi ibu tetap merasa khawatir karena pernah melihat keluarga atau temannya yang mengalami masalah pada saat kehamilan atau melahirkan [26].

Selanjutnya ibu kehamilan pertama yang memiliki pengetahuan kurang baik dan mengalami kecemasan ringan karena walaupun ibu tidak mengetahui

bahwa memeriksa kehamilan sangat di perlukan akan tetapi ibu tetap melakukannya dan tidak membawa pikiran apapun yang terjadi dan yang dilihat selama kehamilan. Sedangkan ibu kehamilan pertama yang memiliki pengetahuan kurang baik dan mengalami kecemasan berat karena ibu merasa sangat khawatir selama kehamilan dan ibu tidak mengetahui apapun tentang kehamilan dikarenakan beberapa ibu kehamilan pertama tidak memiliki orang tua lagi, sedangkan beberapa diantaranya berada jauh dari orang tuanya [26].

Pengetahuan mempunyai peranan penting akan terjadinya tingkat keceemasan, dalam hal ini pengetahuan adalah informasi yang telah dikombinasikan dengan pemahaman dan potensi untuk menindak yang lantas melekat dibenak seseorang. Pada umumnya, pengetahuan memiliki kemampuan *prediktif* terhadap sesuatu sebagai hasil pengenalan atas suatu pola. Manakala informasi dan data sekedar berkemampuan untuk menginformasikan atau bahkan menimbulkan kebingungan maka pengetahuan berkemampuan untuk mengarahkan tindakan. Dalam pengertian lain, pengetahuan adalah berbagai gejala yang ditemui dan diperoleh manusia melalui pengamatan akal [26].

Pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui mengenai sesuatu hal. Hasil tahu ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap sesuatu objek. Pengetahuan diperoleh dari pengalaman sendiri atau pengalaman orang lain, bisa juga dari perasaan, akal fikiran dan institusinya [26] [27]. Hubungan Pengetahuan Kehamilan pertama Tentang Kehamilan dengan Kecemasan dalam Menghadapi Kehamilan Trimester 1 terdapat hubungan pengetahuan kehamilan pertama tentang kehamilan dengan kecemasan dalam menghadapi kehamilan trimester 1 [27] [28].

5. SIMPULAN

Terdapat hubungan antara sikap dan pengetahuan dengan tingkat keceemasan pada ibu kehamilan pertama dalam menghadapi persalinan.

DAFTAR PUSTAKA

- [1]. Saifudin, *Buku Acuan Pelayanan Kesehatan Maternal & Neonatal*, Yayasan Bina Pustaka. 2009. Jakarta.
- [2]. Syafrudin dan Hamidah. *Kebidanan Komunitas*, EGC, 2009. Jakarta.
- [3]. Sarwono, *Ilmu Kebidanan*, Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, 2007 Jakarta.
- [4]. Saifudin, *Buku Acuan Pelayanan Kesehatan Maternal & Neonatal*, Yayasan Bina Pustaka, 2009. Jakarta.
- [5]. Depkes. *Materi Ajar Upaya Penurunan Kematian Ibu Dan Bayi Baru Lahir*, Kerjasama Depkes. 2005. FKMU
- [6]. Notoatmojo. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*, Rineka Cipta, Edisi 4, 2006 Jakarta.
- [7]. Sunarsih. *Asuhan kehamilan untuk kebidanan*, Salemba Medika. 2010. Jakarta.
- [8]. Dinas Kesehatan Provinsi, 2011 *Profil Kesehatan Aceh*, Banda Aceh.
- [9]. Daradjat, *Kesehatan Mental*, Cetakan Kelima. Gunung Agung: 2001. Jakarta.
- [10]. Dinkes Aceh Barat, 2013 *Profil Dinkes Aceh Barat*.
- [11]. Puskesmas Meureubo, 2015 *Profil Puskesmas Meurebo*.
- [12]. Notoatmojo. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*, Rineka Cipta, Edisi 4, 2007. Jakarta.
- [13]. Notoatmodjo. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*, Rineka Cipta. 2003. Jakarta.
- [14]. Ulfah. *Kecemasan Kehamilan pertama Menghadapi Proses Persalinan*. 2009. Jakarta : PT Kompas Media Nusantara.
- [15]. Wawan dan Dewi. *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia*, Mutia Medika, 2010. Yogyakarta.
- [16]. Kusumawati. *Hubungan Pengetahuan Kehamilan pertama Tentang Kehamilan Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Kehamilan Trimester 1 Di Bps Fathonah Wn* 2010, Universitas Sebelas Maret Surakarta.

- [17]. Abdullah. *Factors Related To The Incidence Of Hypertension On Elderly* Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik Edisi Revisi VI*, Rineka Cipta, 2005 Jakarta.
- [18]. Asrinah. *Asuhan Kebidanan Masa Persalinan*, Graha Ilmu. 2010. Yogyakarta.
- [19]. Budiarto. *Metodologi Penelitian Kedokteran*, EGC. 2004. Jakarta.
- [20]. Bustaman. *Integrasi Psikologi dengan Islam: menuju Psikologi Islami*, Pustaka Pelajar: Yogyakarta. Daradjat *Kesehatan Mental*, Cetakan Kelima. Gunung Agung: 2001. Jakarta.
- [21]. Depkes, 2005 *Materi Ajar Upaya Penurunan Kematian Ibu Dan Bayi Baru Lahir*, Kerjasama Depkes-FKMU.
- [22]. Depkes, 2008 *Standar Pelayanan Kebidanan*, Depkes: Jakarta.
- [23]. Dinas Kesehatan Provinsi, 2011 *Profil Kesehatan Aceh*, Banda Aceh.
- [24]. Dinkes Aceh Barat, 2013 *Profil Dinkes Aceh Barat*.
- [25]. Kusumawati/ *Hubungan Pengetahuan Kehamilan pertama Tentang Kehamilan Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Kehamilan Trimester 1 Di Bps Fathonah Wn .* 2010, Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- [26]. Fauziah. *Psikologi Abnormal Klinis Dewasa*, UI Press: 2005. Jakarta.
- [27]. Hawari. *Manajemen Stress, Cemas dan Depresi*, FK UI: 2001 Jakarta.
- [28]. Musbikin. *Persiapan Menghadapi Persalinan Dari Perencanaan Kehamilan Sampai Mendidik Anak*, Mitra Pustaka, 2006. Yogyakarta