

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang Masalah

Gangguan kecemasan dalam pengasuhan merupakan suatu perasaan khawatir, takut dan gelisah yang dirasakan terkait dengan kondisi anak atau proses tumbuh kembang anak. Gangguan kecemasan dalam pengasuhan dapat terjadi kepada orang tua khususnya pada ibu. Selama proses kehamilan, persalinan maupun masa nifas ibu dapat mengalami kecemasan terutama ibu primipara (Yunita dkk., 2013). Ibu primipara akan cenderung lebih mudah mengalami kecemasan dalam pengasuhan dibandingkan dengan ibu multipara, dikarenakan merawat bayi merupakan hal baru yang dialami oleh ibu primipara.

Ibu primipara merupakan ibu yang baru mempunyai pengalaman melahirkan untuk pertama kalinya (Rustam, 2010). Hal ini serupa dengan hasil penelitian Aisah dkk. (2015) yang menyatakan bahwa sebanyak 78% ibu primipara mengalami gangguan kecemasan pada saat merawat bayi yang baru lahir. Bentelu dkk. (2015) menyatakan banyak dari ibu primipara merasa khawatir memikirkan kehidupannya saat mengasuh dan merawat bayinya setelah keluar dari rumah sakit, kebanyakan dari mereka merasa lebih gugup jika dibandingkan dengan ibu multipara.

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu ibu primipara di Gunung Kidul yang dilakukan pada tanggal 2 Februari 2023 terkait dengan

aspek kecemasan dalam pengasuhan yang pertama yaitu aspek kognitif didapatkan bahwa setelah proses melahirkan, sebagai ibu muda yang telah berhasil menjalani proses persalinan, responden merasa senang dan bersyukur telah mendapat tanggung jawab dari Tuhan saat dikaruniai anak. Responden juga merasa khawatir saat pertama kali menjalani perannya menjadi ibu karena merasa masih kurang pengetahuan terkait dengan tata cara merawat bayi, gelisah saat air susu ibu (ASI) tidak keluar dan perasaan terganggu karena perubahan ritme kegiatan sehari-hari sehingga responden terkadang merasa sedih. Selain itu, responden juga merasa sulit berkonsentrasi saat responden mulai merasa cemas dan takut anaknya terbangun.

Terkait dengan aspek kecemasan dalam pengasuhan yang kedua yaitu aspek *behavior* didapatkan bahwa responden merasa sedih, panik dan bingung karena takut terjadi sesuatu yang tidak diinginkan ketika bayi sedang sakit dikarenakan rendahnya pengetahuan tentang cara merawat bayi. Cara responden untuk menghadapi situasi tersebut yaitu dengan bertanya kepada orang yang lebih berpengalaman dan juga *searching* di Youtube dan Tik Tok Terkait dengan tata cara merawat bayi baru lahir.

Terkait dengan aspek kecemasan dalam pengasuhan yang ketiga yaitu aspek fisik didapatkan bahwa responden merasa mudah lelah ketika mengerjakan pekerjaan rumah tangga disebabkan intensitas tidur yang kurang setelah memiliki bayi karena harus menunggu bayi tidur lebih dahulu sebelum melakukan kegiatan lain. Responden juga merasa

pekerjaannya terganggu karena rasa mual dan jantung berdebar yang timbul saat responden merasa cemas secara berlebihan saat meninggalkan bayi dalam posisi tidur.

Kecemasan yang dialami oleh ibu dapat menimbulkan efek seperti membuat tubuh menjadi semakin rentan. Dampak negatif pada ibu yang terkena kecemasan yaitu ketertarikan dan minat ibu terhadap bayi dapat berkurang serta ibu tidak menunjukkan respon yang positif terhadap kehadiran bayi yang baru lahir. Sehingga ibu merasa tidak mampu merawat bayinya secara optimal karena ibu kurang percaya diri dan tidak berdaya menjadikan ibu lari dari tanggung jawabnya. Tugas, peran, dan tanggung jawab orang tua di mulai sejak masa kehamilan dan semakin bertambah setelah bayi dilahirkan yaitu merawat dan mengasuh bayi. Informasi ibu primipara terkait cara merawat bayi sangat penting karena informasi yang cukup, mampu membantu ibu dalam merawat anak dengan benar tanpa adanya rasa takut (Aisah dkk., 2015).

Ketidaksiapan secara mental untuk menerima kehadiran bayi seringkali menyebabkan ibu primipara mengalami gangguan kecemasan. Namun kecemasan ini bersifat fluktuasi artinya orang-orang yang mengalami kecemasan dapat tenang kembali setelah mendapat dukungan dari berbagai aspek (Syahrianti dkk., 2020). Ketidakberdayaan memberikan perawatan kepada anak yang merupakan hal baru bagi ibu, menimbulkan perasaan cemas pada ibu primipara, menyadari peran baru sebagai ibu mengartikan kesibukan yang akan bertambah (Syahrianti

dkk., 2020). Oleh sebab itu, variabel tergantung dalam penelitian ini yaitu kecemasan dalam pengasuhan, karena ibu primipara lebih mudah mengalami kecemasan yang disebabkan oleh bertambahnya tanggung jawab serta perannya sebagai ibu.

Literasi Kesehatan menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan dalam pengasuhan pada ibu primipara. Bentelu dkk. (2015) menyatakan bahwa keterbatasan pengetahuan menjadi salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kecemasan dalam pengasuhan pada ibu primipara. Anjani (2016) mengemukakan bahwa pemberian informasi terkait dengan merawat anak yang kurang terhadap ibu primipara dapat memunculkan kecemasan, sehingga ibu yang belum mendapatkan literasi kesehatan menunjukkan tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan dengan ibu yang sudah diberikan literasi kesehatan tentang perawatan bayi baru lahir. Pengetahuan yang cukup pada ibu primipara dapat meningkatkan kemampuan dan keberanian ibu untuk memberikan perawatan kepada bayinya dengan baik, sehingga pengetahuan ibu terkait cara merawat bayi sangatlah penting (Aisah dkk., 2015).

Rendahnya perilaku masyarakat seperti menjamin kehamilan, kelahiran dan perawatan bayi menjadi salah satu penyebab tingginya kematian pada bayi (Aisah dkk., 2015). Pengetahuan, sosial budaya pendidikan, peran petugas kesehatan, pekerjaan, status sosial ekonomi, dan peran motivasi mempengaruhi ketidakmampuan ibu dalam merawat bayi baru lahir (Aisah dkk., 2015). Berdasarkan pada hasil wawancara

yang dilakukan peneliti pada tanggal 2 Februari 2023 didapatkan bahwa responden yang merupakan ibu primipara merasa bingung terkait dengan peran barunya sebagai seorang ibu dan juga tata cara merawat bayi baru lahir dengan benar, dikarenakan kurangnya pengetahuan yang didapat oleh ibu. Oleh karena itu literasi kesehatan penting bagi semua orang terutama bagi ibu primipara.

Kecemasan dalam Islam merupakan rasa takut dan sedih. Allah SWT memerintahkan manusia agar meneguhkan pendirian supaya terhindar dari rasa cemas yang berlebihan. Hal ini terkandung dalam QS. Al-Fussilat (41) ayat 30, yang berbunyi :

الْمَلَائِكَةُ عَلَيْهِمْ تَنَزَّلُ اسْتَقَامُوا ثُمَّ اللَّهُ رَبُّنَا قَالُوا الَّذِينَ إِنَّ
دُونَ تَوْعَدَ كُنْتُمْ الَّتِي بِالْجَنَّةِ وَأَبْشِرُوا تَحْزَنُوا وَلَا تَخَافُوا أَلَّا

Artinya : Sesungguhnya orang-orang yang mengatakan "Tuhan kami ialah Allah" kemudian mereka meneguhkan pendirian mereka, maka malaikat akan turun kepada mereka dengan mengatakan: "Janganlah kamu takut dan janganlah merasa sedih; dan gembirakanlah mereka dengan jannah yang telah dijanjikan Allah kepadamu".

Literasi kesehatan adalah keterampilan seseorang untuk memiliki kecakapan dalam mengakses, memahami, menilai, serta menggunakan informasi terkait dengan kesehatan untuk membuat keputusan yang tepat dalam rangka pencegahan, perawatan dan promosi kesehatan sebagai upaya menjaga serta meningkatkan kualitas hidup seseorang (Sorensen

dkk., 2012). WHO (2013) menyatakan bahwa literasi kesehatan merupakan aset bagi individu maupun komunitas. Literasi kesehatan sangat bermanfaat dalam pengambilan keputusan berdasarkan lingkungan sosial serta tindakan sosial, sehingga seseorang dapat menjadi lebih mudah dalam beradaptasi, memulihkan kesehatan dan bangkit setelah mengalami kesulitan atau suatu perubahan dengan menggabungkan sumber daya yang dimiliki dengan literasi kesehatan

Perintah untuk membaca dan menelaah yang termasuk ke dalam literasi terdapat pada Q.S Al-Alaq ayat 1, yang berbunyi :

عَلَّمَ خَلْقَ الَّذِي رَّبَّكَ بِاسْمِ إِقْرَأْ

Artinya: *Bacalah dengan menyebut nama Tuhanmu yang menciptakan*

Toar (2020) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara literasi kesehatan dan kecemasan yaitu semakin banyak ibu primipara dengan pengetahuan literasi kesehatan, maka semakin sedikit juga potensi untuk terkena dampak kecemasan, begitu juga sebaliknya semakin sedikit ibu primipara berpengetahuan tentang literasi kesehatan maka semakin banyak juga potensi orang tersebut terkena dampak kecemasan. Berdasarkan pada penelitian yang dilakukan oleh Wulandari dkk., (2022) mendapatkan hasil yaitu jenis kelamin perempuan memiliki literasi kesehatan lebih banyak dibandingkan laki-laki, jenis kelamin perempuan juga lebih sensitif karena banyak hal yang difikirkan, akibatnya perempuan akan lebih mudah cemas. Literasi kesehatan merupakan sebuah tujuan

kesehatan global, promosi dalam meningkatkan pemahaman dan strategi yang digunakan untuk meningkatkan kesehatan (Batubara dkk., 2020). Alasan peneliti menjadikan literasi kesehatan sebagai prediktor kecemasan dalam pengasuhan dikarenakan salah satu penyebab kecemasan dalam pengasuhan pada ibu primipara yaitu kurangnya pengetahuan terkait pengasuhan bagi bayi baru lahir, hal tersebut dapat diketahui dari bagaimana orang tua menyelesaikan permasalahan dalam mengasuh.

Oktarina, (2020) menyatakan bahwa literasi kesehatan penting untuk masyarakat. Literasi kesehatan mendorong individu untuk memilah dan menentukan informasi kesehatan yang seharusnya diterima dan dijadikan pedoman dalam berperilaku di kehidupan sehari-hari. Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti ingin mengetahui apakah terdapat hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan literasi kesehatan terhadap kecemasan dalam pengasuhan pada ibu primipara yang berada di daerah Gunung Kidul ?

B. Keaslian Penelitian

Penelitian terdahulu mengenai hubungan literasi kesehatan dengan kecemasan sebelumnya pernah diteliti oleh peneliti terdahulu. Terdapat pula persamaan dan perbedaan pada penelitian tersebut. Berikut merupakan penelitian yang terkait dengan literasi kesehatan, dan kecemasan, diantaranya :

1. Penelitian dari Arianti dan Restipa (2019) dengan judul “Pengaruh Endorphine Massage terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida”. Perbedaan penelitian terdapat pada metode penelitian. Pada penelitian terdahulu menggunakan metode kuantitatif dengan quasi eksperimen, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode kuantitatif. Persamaan pada penelitian terdapat pada subjek penelitian yang sama-sama memiliki subjek ibu primipara atau ibu primigravida, selain itu variabel yang diteliti juga sama-sama menggunakan variabel kecemasan.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Anjani (2016) dengan judul “Efektifitas Pemberian Pendidikan Kesehatan Terhadap Kecemasan Pada Ibu Primipara Dalam Melakukan Perawatan Bayi Baru Lahir Usia 0 - 7 Hari”. Perbedaan penelitian terdapat pada teknik pengambilan sampel, dalam penelitian terdahulu yaitu teknik yang digunakan yaitu teknik *purposive sampling*, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan teknik *accidental sampling*. Perbedaan lainnya terdapat variabel yang digunakan yaitu penggunaan pendidikan kesehatan dan kecemasan, sedangkan pada penelitian ini menggunakan variabel literasi kesehatan, sebagai variabel tergantung sedangkan kecemasan dalam pengasuhan sebagai variabel bebas. Adapun persamaan yaitu terdapat pada metode penelitian yang digunakan yaitu metode penelitian kuantitatif.

3. Penelitian Yunita dkk., (2013) dengan judul “Hubungan Umur dengan Tingkat Kecemasan Ibu Primipara pada Masa Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kertak Hanyar”. Perbedaan penelitian terdapat pada variabel yang digunakan, pada penelitian terdahulu variabel yang digunakan yaitu umur dan kecemasan, namun penelitian ini variabel yang digunakan yaitu literasi kesehatan dan kecemasan dalam pengasuhan. Adapun persamaan penelitian terdapat pada subjek penelitian yang merupakan ibu primipara.

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk menguji secara empirik hubungan antara literasi kesehatan dengan kecemasan dalam pengasuhan ibu primipara di daerah Gunungkidul.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis
 - a. Penelitian ini diharapkan dapat berguna serta dapat memberikan sumbangan ilmiah dalam perkembangan di bidang psikologi terkait dengan psikologi kesehatan dan psikologi klinis khususnya yang berhubungan dengan literasi kesehatan dan kecemasan dalam pengasuhan ibu primipara.

2. Manfaat praktis

a. Bagi ibu primipara

Penelitian ini dapat menjadi rujukan untuk melakukan strategi dalam meningkatkan pengetahuan terkait dengan program preventif, guna menurunkan potensi kecemasan dalam pengasuhan pada ibu primipara.

b. Bagi tenaga kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan dalam penyusunan program yang ditujukan pada ibu primipara untuk mengurangi kecemasan dalam pengasuhan.

c. Bagi fasilitas kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat membantu fasilitas kesehatan untuk dapat meningkatkan kualitas pelayanan yang diberikan kepada pasien, terutama ibu primipara dengan memperhatikan tingkat literasi kesehatan pasien, sehingga informasi yang diberikan dapat dipahami oleh pasien serta dapat digunakan sebagai acuan dalam perancangan strategi pencegahan dan pengelolaan kecemasan dalam pengasuhan pada ibu primipara.