

GAMBARAN DERAJAT KECEMASAN DALAM KEHAMILAN DITINJAU DARI KARAKTERISTIK IBU HAMIL

Nur Fadjri Nilakesuma¹, Novria Hesti², Dewi Susilawati³

¹STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang, Jalan Jamal Jamil Pondok Kopi Siteba Padang

²STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang, Jalan Jamal Jamil Pondok Kopi Siteba Padang

³STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang, Jalan Jamal Jamil Pondok Kopi Siteba Padang

e-mail : nurfadjrink@gmail.com

Artikel Diterima : 10 Desember 2023, Direvisi : 18 Desember 2023, Diterbitkan : 31 Desember 2023

ABSTRAK

Pendahuluan Kecemasan antenatal adalah keadaan dimana ibu hamil mengalami rasa khawatir, gelisah atau perasaan yang tidak menentu yang terjadi selama menjalani masa kehamilan. Kejadian ini adalah satu dari banyak faktor penyumbang terjadinya komplikasi selama masa kehamilan, persalinan, dan bayi baru lahir. Tujuan penelitian adalah Untuk mengetahui hubungan karakteristik ibu hamil dengan derajat kecemasan dalam kehamilan di klinik Tyara Bunda kota Padang.

Metodologi Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Sampel pada penelitian adalah semua ibu hamil yang datang berkunjung ke lokasi penelitian. Jenis data yang digunakan adalah data primer. Data di kumpulkan melalui pengisian kuisioner yang dirancang oleh peneliti. Kuisioner yang digunakan adalah Pregnancy-Related Anxiety Questionnaire-Revised 2 (PRAQ-R2). Data diperiksa setelah diisi dengan benar dan semua item sudah dijawab oleh responden, kemudian dilakukan pengolahan data dengan cara editing (pemeriksaan data), coding (mengkode data), entry (memasukkan data), tabulating (tabulasi data) dan cleaning (pembersihan data). Analissi data menggunakan analisa data univariat.

Hasil penelitian didapatkan sebagian besar ibu hamil memiliki usia tidak beresiko (81%), lebih dari separoh (60%) ibu hamil memiliki tingkat pendidikan menengah, lebih dari separoh (68%) ibu hamil dengan paritas multipara dan kurang dari separoh (49%) ibu hamil dengan derajat kecemasan sedang.

Diskusi Tingkat kecemasan sangat berpengaruh terhadap kesejahteraan ibu hamil maupun janin yang ada di dalam kandungan. Tingkat kecemasan yang rendah pada ibu hamil dapat mengurangi komplikasi yang ditimbulkan sehingga secara tidak langsung dapat mengurangi angka kematian ibu dan bayi, sedangkan tingkat kecemasan yang tinggi dapat memperberat komplikasi angka kematian ibu dan bayi

Kata Kunci : Pregnancy-Related Anxiety Questionnaire-Revised 2 (PRAQ-R2), Ibu Hamil

ABSTRACT

Introduction Antenatal anxiety is a condition where pregnant women experience worry, anxiety or feelings of uncertainty that occur during pregnancy. This incident is one of many factors contributing to complications during pregnancy, childbirth and newborns. The aim of the research was to determine the relationship between the characteristics of pregnant women and the degree of anxiety during pregnancy at Clinic Tyara Bunda Padang city.

Method This type of research is descriptive with a quantitative approach. The sample in the study was all pregnant women who came to visit the research location. The type of data used is primary data. Data will be collected through filling out a questionnaire designed by researchers. The questionnaire used was the Pregnancy-Related Anxiety Questionnaire-Revised 2 (PRAQ-R2). The data is checked after it has been filled in correctly and all items have been answered by the respondent, then data processing is carried out by editing (checking data), coding (coding data), entry (entering data), tabulating (tabulating data) and cleaning (cleaning data). Data analysis uses univariate data analysis.

Results The research showed that the majority of pregnant women were of no risk age (81%), more than half (60%) of pregnant women had secondary education, more than half (68%) of pregnant women were multiparous and less than half (49%) pregnant women with moderate levels of anxiety.

Discussion The level of anxiety greatly influences the well-being of pregnant women and the fetus in the womb. A low level of anxiety in pregnant women can reduce the complications that arise so that it can indirectly reduce maternal and infant mortality, while a high level of anxiety can aggravate complications in maternal and infant mortality.

Keyword : Pregnancy-Related Anxiety Questionnaire-Revised 2 (PRAQ-R2), Pregnancy women

PENDAHULUAN

Kecemasan antenatal adalah keadaan dimana ibu hamil mengalami rasa khawatir, gelisah atau perasaan yang tidak menentu yang terjadi selama menjalani masa kehamilan. Kejadian ini adalah satu dari banyak faktor penyumbang terjadinya komplikasi selama masa kehamilan, persalinan, dan bayi baru lahir. Beberapa penelitian memberikan bukti adanya dampak negatif kecemasan ibu prenatal terhadap kehamilan dan hasil kelahiran atau masalah perkembangan bayi (Mudra *et al.*, 2019).

Semakin bertambahnya trimester kehamilan seorang wanita hamil akan berbanding lurus dengan peningkatan rasa keemasannya dalam menghadapi persalinan dan penyambutan bayi yang akan lahir. Terjadinya kecemasan antenatal pada ibu hamil diyakini sebagai suatu proses psiko-biologis yang terjadi pada ibu hamil yang telah dipengaruhi oleh sistem biologi yang kompleks, khususnya yang terjadi di sistem endokrin. Keadaan ini didukung oleh terjadinya fluktuasi atau ketidakstabilan yang terjadi pada dua hormon yang sangat berpengaruh dalam proses kehamilan yaitu hormon estrogen dan progesteron yang juga dapat membuat dan menyebabkan kecemasan antenatal yang terjadi pada ibu hamil (Kang *et al.*, 2016).

Prevalensi kecemasan antenatal yang terjadi di berbagai belahan dunia sangatlah bervariasi. Kecemasan antenatal yang terjadi di negara maju atau berpenghasilan tinggi terjadi antara 7%-20% dan untuk negara yang berpenghasilan rendah dan menengah terjadi antara 20% atau lebih (Hanifah dan Utami, 2019). Didapatkan hasil prevalensi kecemasan antenatal yang dilakukan di Negara China yang merupakan salah satu negara yang terletak di wilayah Benua Asia yang memperoleh hasil angka 9,1% menjadi 59,5% yang dinilai dengan skala yang berbeda menunjukkan bahwa jika kasus kesehatan psikologi ibu hamil tidak segera dijadikan perhatian khusus dan tidak ditindaklanjuti maka akan menjadi suatu bahaya yang patut di perhatikan kerana menyangkut kesehatan dan keselamatan ibu hamil dan janinnya (Kang *et al.*, 2016). Gejala kecemasan pada kehamilan dikaitkan dengan rasa takut saat melahirkan yang berhubungan dengan peningkatan rasa nyeri saat kontraksi (Riutta *et al.*, 2022).

Klinik Tyara Bunda merupakan salah satu klinik yang berada di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Begalung. Berdasarkan studi pendahuluan didapatkan 4 dari 10 orang ibu hamil mersa cemas terhadap proses persalinan yang akan dihadapi, 3 orang mengalami kekhawatiran tentang kondisi

bayi setelah lahir karena taksiran berat badan bayi kurang, dan 5 orang ibu hamil cemas terhadap bentuk badan setelah lahir karena selama kehamilan terjadi peningkatan berat badan hingga 20 Kg. Tujuan penelitian adalah Untuk mengetahui gambaran derajat kecemasan dalam kehamilan ditinjau dari karakteristik ibu hamil di Klinik Tyara Bunda kota Padang.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Rancangan penelitian ini ialah cross sectional study. Penelitian ini dilakukan di Klinik Tyara Bunda pada tanggal 6 – 28 Februari 2023. Besar sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 37 orang ibu hamil yang ditentukan sesuai dengan kriteria inklusi. Instrument yang digunakan untuk pengumpulan data pada penelitian ini adalah kuesioner Kecemasan Terkait Kehamilan (PRAQ-R2). Kuisiomer ini terdiri dari 10 item pertanyaan dengan 3 sub skala yaitu perasaan takut melahirkan, khawatir tentang kondisi bayi dan khawatir tentang penampilan setelah melahirkan. Data diperiksa setelah diisi dengan benar dan semua item sudah dijawab oleh responden, keudian dilakukan pengolahan data dengan cara editing (pemeriksaan data), coding (mengkode data), entry (memasukkan data),

tabulating (tabulasi data) dan cleaning (pembersihan data). Analisis data menggunakan analisa data univariat.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden

No	Usia	f	%
1	< 20 Tahun atau > 35 Tahun	7	19
2	20 – 35 tahun	30	81

No	Tingkat pendidikan Ibu Hamil	f	%
1	Rendah	4	10
2	Menengah	22	60
3	Tinggi	11	30

No	Paritas Ibu Hamil	f	%
1	Primipara	12	32
2	Multipara	25	68

Berdasarkan table 1 didapatkan dari 37 orang responden, 30 orang memiliki usia tidak beresiko dan 7 orang memiliki usia beresiko, 4 orang ibu hamil dengan tingkat pendidikan rendah, 22 orang ibu hamil dengan tingkat pendidikan menengah dan 11 orang ibu hamil dengan tingkat pendidikan tinggi 12 orang

ibu hamil dengan paritas primipara, 25 orang
 ibu hamil dengan paritas multipara

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Derajat

Kecemasan pada saat hamil			
No	Derajat kecemasan	f	%
1	Ringan	14	38
2	Sedang	18	49
3	Berat	5	13
	Jumlah	37	100

Berdasarkan table 2 didapatkan dari 37 orang responden, 14 orang ibu hamil dengan derajat kecemasan saat hamil ringan, 18 orang ibu hamil dengan derajat kecemasan saat hamil sedang dan 5 orang ibu hamil dengan derajat kecemasan saat hamil berat.

PEMBAHASAN

Usia 20 – 35 tahun merupakan usia terbaik untuk merencanakan kehamilan karena resiko kehamilan yang rendah. Di rentang usia ini kondisi fisik wanita dalam keadaan prima. Rahim sudah mampu memberi perlindungan, mental pun siap untuk merawat dan menjaga kehamilannya secara hati-hati. Kehamilan di umur kurang dari 20 tahun bisa menimbulkan masalah, karena kondisi fisik belum 100 % siap. Beberapa resiko yang bisa terjadi pada kehamilan di umur ini adalah kecenderungan naiknya

tekanan darah dan pertumbuhan janin terhambat. Sedangkan setelah umur 35 tahun, sebagian wanita digolongkan pada kehamilan beresiko tinggi terhadap kelainan bawaan dan adanya penyulit pada waktu persalinan (Situmorang, Rossita dan Rahmawati, 2020) (Rinata dan Sidoarjo, 2021).

Hasil penelitian didapatkan lebih dari separoh (60%) responden memiliki tingkat pendidikan menengah. Tingkat pendidikan merupakan salah satu aspek sosial yang dapat mempengaruhi tingkah laku manusia. Pendidikan akan mempengaruhi seseorang dalam melakukan respon terhadap sesuatu yang datang dari luar. Orang yang mempunyai pendidikan lebih tinggi akan memberikan respon yang lebih rasional dibandingkan mereka yang tidak berpendidikan tidak mampu menghadapi suatu tantangan dengan rasional (Rinata dan Sidoarjo, 2021). Pendidikan tinggi dapat cenderung lebih memperhatikan kesehatan diri serta kesehatan keluarganya semakin rendahnya pendidikan seseorang akan menyebabkan seseorang mengalami stres, dimana stres dan kecemasan yang terjadi disebabkan kurangnya informasi yang didapat orang tersebut (Heriani, 2016).

Primipara merupakan keadaan telah memiliki 1 anak sebelum kehamilan sekarang. kehamilan primigravida yang merupakan

kehamilan pertama. saat memasuki Trimester III kecemasan meningkat karena semakin dekat dengan persalinan. kecemasan yang dialami ibu diikuti dengan perasaan gelisah, dan takut menghadapi persalinan dikarenakan ketidaktahuan akan apa yang akan terjadi yang menjadi faktor penunjang kecemasan terjadi. Salah satu kecemasan para ibu menghadapi persalinan adalah ketakutan terhadap rasa nyeri, apalagi bagi calon ibu yang belum pernah melahirkan sebelumnya. untuk persalinan pertama, timbulnya kecemasan ini sangat wajar karena segala sesuatunya adalah pengalaman baru (Heriani, 2016). Untuk kehamilan multigravida yang dimana ibu sudah pernah hamil dan melahirkan sebelumnya, kecemasan yang dialami berhubungan dengan pengalaman yang terjadi di masa lalu yang telah dialami (K, Bidjuni dan Kallo, 2019)

Hasil penelitian didapatkan kurang dari separuh (49%) ibu hamil memiliki derajat kecemasan sedang. Hasil analisa kuisioner didapatkan ibu memiliki tingkat kecemasan tinggi terhadap proses melahirkan yaitu rasa ketakutan dan kecemasan terhadap kontraksi dan rasa nyeri saat melahirkan. Kecemasan tersebut akan mengakibatkan keterbatasan ibu untuk mengontrol dirinya untuk tetap

tenang dan tidak berteriak saat proses persalinan.

Bagi wanita, kecemasan dapat terjadi sewaktu proses kehamilan, karena saat hamil wanita akan mengalami perubahan fungsi fisik dan psikis dimana proses penyesuaian terhadap kondisi tersebut kemudian menimbulkan kecemasan. Selain itu, persalinan juga dapat menjadi pengalaman yang menyenangkan bahkan menegangkan bagi seorang wanita (Isnaini, Hayati dan Bashori, 2020)

Kecemasan merupakan respon dan persepsi terancam yang diterima oleh system saraf pusat akibat rangsangan dari ingatan pengalaman masa lalu dan factor genetic. Lalu, rangsang tersebut dipersepsi oleh panca indera, diteruskan dan direspon oleh system saraf pusat yaitu cortex cerebri dan diteruskan ke system limbik lalu ke system aktif reticular kemudia ke hypothalamus memberikan impuls ke kelenjar adrenal, yang akan memacu system saraf otonom melalui mediator lain. Stresor yang berulang atau kronik akan mengakibatkan peningkatan kortisol dan penurunan DHEA. Lama kelamaan, aksis HPA akan mengalami adaptasi sehingga hiperkortisolisme akan berubah menjadi penurunan produksi kortisol atau hipokortisol (Cunningham *et al.*, 2018) (Dixon, Skinner dan Foureur, 2013).

Tingkat kecemasan sangat berpengaruh terhadap kesejahteraan ibu hamil maupun janin yang ada di dalam kandungan. Tingkat kecemasan yang rendah pada ibu hamil dapat mengurangi komplikasi yang ditimbulkan sehingga secara tidak langsung dapat mengurangi angka kematian ibu dan bayi, sedangkan tingkat kecemasan yang tinggi dapat memperberat komplikasi angka kematian ibu dan bayi. Wanita yang memiliki kekhawatiran dan stres berat selama kehamilan lebih cenderung melahirkan bayi prematur. Bayi-bayi ini dapat mengalami beberapa masalah, seperti menyusui yang tidak teratur, kembung dan sakit perut, insomnia di malam hari, tangisan yang lama, dan kebutuhan mendesak untuk dipeluk (Khalesi dan Bokaie, 2018)

Hasil analisa kuisisioner terhadap perasaan cemas ibu hamil terhadap perubahan bentuk tubuh didapatkan sebagian besar responden khawatir terhadap bentuk tubuh selama kehamilan. Perubahan Citra Tubuh (body image) menghasilkan sikap positif dan negatif pada setiap wanita. Wanita yang memiliki citra tubuh negatif atau ketidakpuasan terhadap tubuhnya, akan lebih mudah mengalami depresi dari pada yang merasa puas akan tubuhnya. Seperti yang diungkapkan Goldfield dari hasil penelitiannya, bahwa seorang wanita yang

merasa tidak puas dengan tubuhnya menunjukkan adanya gejala depresi yang lebih berat, seperti anhedonia, harga diri negatif, dan tingginya angka depresi dari pada yang memiliki kepuasan tinggi (Rahmatia, Bidjuni dan Lolong, 2014).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Sebagian besar ibu hamil memiliki usia tidak beresiko (81%), Lebih dari separoh (60%) ibu hamil memiliki tingkat pendidikan menengah, Lebih dari separoh (68%) ibu hamil dengan paritas multipara dan Kurang dari separoh (49%) ibu hamil dengan derajat kecemasan sedang

Saran

Dapat melanjutkan penelitian ini dengan mengubah variabel seperti “pengaruh helath education” atau “pengaruh kelas ibu hamil” yang akan digunakan dalam penelitian dan diharapkan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada LPPM STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang, Pimpinan klinik Tyara Bunda Padang dan responden serta seluruh pihak yang terlibat dalam penelitian ini.

KEPUSTAKAAN

Cunningham *et al.* (2018) *Williams*

Obstetrics 25th edition.

- Dixon, L., Skinner, J. dan Foureur, M.J. (2013) "The emotional and hormonal pathways of labour and birth : integrating mind , body and behaviour," (December). Tersedia pada:
<https://doi.org/10.12784/nzcomjnl48.2013.3.15-23>.
- Hanifah, D. dan Utami, S. (2019) "FAKTOR- FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KECEMASAN ANTENATAL," *Kebidanan*, 5(1), hal. 16–23.
- Heriani (2016) "KECEMASAN DALAM MENJELANG PERSALINAN DITINJAU DARI," *ILMU KESEHATAN AISYAH*, 1(2), hal. 1–7.
- Isnaini, I., Hayati, E.N. dan Bashori, K. (2020) "Identifikasi Faktor Risiko, Dampak dan Intervensi Kecemasan Menghadapi Persalinan pada Ibu Hamil Trimester Ketiga Identification of Risk Factors, Impacts and Anxiety Interventions Facing Childbirth in Third Trimester Pregnant Women," *Jurnal Magister Psikologi UMA Available*, 12(2), hal. 112–122.
- K, A.W., Bidjuni, H. dan Kallo, V. (2019) "HUBUNGAN KARAKTERISTIK IBU HAMIL TRIMESTER III

DENGAN TINGKAT KECEMASAN
DALAM MENGHADAPI
PERSALINAN DI POLI KIA
PUSKESMAS TUMINTING."

- Kang, Y. *et al.* (2016) "Prevalence and Risk Factors of Maternal Anxiety in Late Pregnancy in China." Tersedia pada:
<https://doi.org/10.3390/ijerph13050468>.
- Khalesi, Z.B. dan Bokaie, M. (2018) "The association between pregnancy-specific anxiety and preterm birth : a cohort study," 18(3), hal. 569–575.
- Mudra, S. *et al.* (2019) "Psychometric properties of the German version of the pregnancy-related anxiety questionnaire-revised 2 (PRAQ-R2) in the third trimester of pregnancy," 6, hal. 1–9.
- Rahmatia, R., Bidjuni, G.H. dan Lolong, J. (2014) "HUBUNGAN PERUBAHAN CITRA TUBUH (BODY IMAGE) DENGAN DEPRESI PADA IBU HAMIL TRIMESTER II DAN TRIMESTER III DIPUSKESMAS TILANGO," *Jurnal UNSRAT* [Preprint].
- Rinata, E. dan Sidoarjo, U.M. (2021) "Karakteristik ibu (usia , paritas , pendidikan) dan dukungan keluarga dengan kecemasan ibu hamil trimester

III,” (July). Tersedia pada:
<https://doi.org/10.30595/medisains.v16i1.2063>.

Riutta, K. *et al.* (2022) “The influence of maternal psychological distress on the mode of birth and duration of labor : findings from the FinnBrain Birth Cohort Study,” *Archives of Women’s Mental Health*, hal. 463–472. Tersedia pada: <https://doi.org/10.1007/s00737-022-01212-0>.

Situmorang, R.B., Rossita, T. dan Rahmawati, D.T. (2020) “HUBUNGAN UMUR DAN PENDIDIKAN TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DALAM MENGHADAPI PERSALINAN DI KABUPATEN MUKOMUKO PROVINSI BENGKULU,” in *Prosiding Seminar Nasional Multidisiplin Ilmu Universitas Asahan ke-4 Tahun 2020 Tema : ”Sinergi Hasil Penelitian Dalam Menghasilkan Inovasi Di Era Revolusi 4.0”*, hal. 1176–1184.