

# **GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG PERUBAHAN PSIKOLOGIS KEHAMILAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PARIAMAN**

Lisa Rahmawati<sup>1)</sup>, Mahdalena Prihatin Ningsih<sup>2)</sup>  
Prodi D III Kebidanan Padang Poltekkes Kemenkes Padang  
Jalan Gajah Mada, Komplek Kesehatan, Gunung Pangilun Padang 25137  
Email: lisa\_rahmawati\_ssit@yahoo.com

**ABSTRAK: GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG PERUBAHAN PSIKOLOGIS PADA KEHAMILAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PARIAMAN.** Data *World Health Organization* (WHO), terdapat 352 orang dari 2,321 ibu hamil primigravida yang mengeluh rasa takut 36%, cemas 42%, tidak percaya diri 22% pada saat kehamilan. Hasil Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012, terdapat 50 orang dari 850 ibu hamil primigravida yang mengeluh stress 20%, cemas 35% dan takut 45% pada kehamilan. Pada wilayah kerja Puskesmas Pariaman pada bulan Februari 2015 dari 15 ibu yang di wawancara 8 orang yang tidak mengetahui perubahan psikologis dan ibu mengeluh tidak percaya diri terhadap perubahan pada tubuh ibu saat kehamilan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu hamil tentang perubahan psikologis pada kehamilan di wilayah kerja Puskesmas Pariaman. Jenis penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan desain penelitian *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan ibu hamil yang datang memeriksa kehamilan di Puskesmas Pariaman. Pengambilan sampel menggunakan teknik *accidental sampling* yaitu sebanyak 36 orang. Pengolahan data secara Univariat. Hasil univariat ditemukan 63,9% memiliki pengetahuan yang rendah tentang perubahan psikologis pada kehamilan trimester I, 63,9% memiliki pengetahuan yang tinggi tentang perubahan psikologis pada kehamilan trimester II, 66,7% memiliki pengetahuan yang rendah tentang perubahan psikologis pada kehamilan trimester III, dan 52,8% memiliki pengetahuan yang rendah tentang dampak perubahan psikologis pada kehamilan. Sebaiknya selama kehamilan ibu hamil memperluas wawasan mengenai kehamilan dan persalinan, berusaha terbuka dengan lingkungan sosial mengenai hal-hal yang berhubungan dengan kehamilannya, hal ini diperlukan guna memberikan wawasan untuk ibu hamil sehingga dapat lebih memahami kondisi fisik dan psikologis ibu dalam masa kehamilan.

Kata Kunci: Psikologis, Kehamilan

**ABSTRACT: KNOWLEDGE OF PREGNANT WOMEN ABOUT PSYCHOLOGICAL CHANGE IN PREGNANCY IN PARIAMAN PUSKESMAS WORKING AREA.** Based on the WHO data, there are 352 from 2,321 primigravida pregnant women who complained of fear as big as 36%, anxious 42% and unconfident 22% in the pregnancy. Indonesian health demography survey results in 2012 showed that there were 50 from 850 primigravida pregnant women who complained of stress as big as 20%, anxious 35%, and fear 45% during pregnancy on February 2015, 8 from 15 interviewee women didn't know about the pshycological changing and they complained not confident about changes in the body. The objective of the research is to know the description of pregnant women's knowledge about psychological changes during the pregnancy in Puskesmas Pariaman Working Area. The type of this research is quantitative with analytic descriptive research

*design. Research population is all pregnant women that come for pregnancy check in Puskesmas Pariaman. Accidental sampling is used as sampling technique with 36 people. Univariate is chosen in data processing. Univariate result showed that 63,9% have low knowledge level in psychological change for first trimester, 63,9% for second and third trimester respectively, and 52,8% have low knowledge level about the impact of psychological changes to the pregnancy. Pregnant women is suggested to expand the knowledge released to pregnancy and birth, trying to be open to the social environment released to their pregnancy. These things are required to give knowledge to pregnant women so that they can understand physical and psychological condition during the pregnancy.*

*Keywords: Psychological, pregnancy*

## **PENDAHULUAN**

Masa kehamilan akan terjadi berbagai perubahan pada ibu, baik secara fisiologis maupun psikologis. Perubahan tersebut sebagian besar adalah karena pengaruh hormon yaitu peningkatan hormon estrogen dan progesteron yang dihasilkan korpus luteum yang berkembang menjadi korpus graviditas dan dilanjutkan sekresinya oleh plasenta setelah terbentuk sempurna. Hal ini menyebabkan ibu merasa tidak nyaman selama kehamilan dan memicu timbulnya stress yang di tandainya ibu sering murung.

Pengaruh perubahan hormon yang berlangsung selama kehamilan juga berperan dalam perubahan emosi, membuat perasaan jadi tidak menentu, konsentrasi berkurang dan sering pusing. Hal ini menyebabkan ibu merasa tidak nyaman selama kehamilan dan memicu timbulnya stress yang di tandainya ibu sering murung. Gangguan emosi baik berupa stress atau depresi yang di alami pada kehamilan akan berpengaruh pada janin, karna pada saat itu janin sedang dalam masa pembentukan, akan mengakibatkan pertumbuhan bayi terhambat atau BBLR.

Berdasarkan hasil data WHO, terdapat 352 orang dari 2,321 ibu hamil primigravida yang mengeluh rasa takut 36%, cemas 42%, tidak percaya diri 22% pada saat kehamilan. Data ini juga didukung oleh hasil Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI), terdapat 50 orang dari 850 ibu hamil primigravida yang mengeluh stress 20%, cemas 35% dan takut 45% pada kehamilan. Sedangkan menurut Depkes Medan tahun 2009, terdapat 25 orang dari 100 ibu hamil yang mengeluh cemas 70%, takut 25%, dan stres 5%. Salah satu hal yang dapat

dilakukan agar ibu memahami perubahan psikologis yang terjadi yaitu dengan cara pemeriksaan *antenatal care*.

Adapun dampak psikologis pada ibu hamil di antaranya sensitif, cenderung malas, minta perhatian lebih, gampang cemburu, dan ansietas (kecemasan). Wanita hamil akan lebih terbuka terhadap dirinya sendiri dan suka berbagi pengalaman kepada orang lain. Ibu hamil akan merenungkan segala impiannya, angan-anganya, fantasinya terhadap objek-objek, peristiwa, atau konsep abstrak, seperti kematian, kehidupan, keberhasilan dan kebahagiaan selama hamil.

Berdasarkan survei awal yang peneliti lakukan di wilayah kerja Puskesmas Pariaman, diketahui bahwa dari 15 ibu yang di wawancara terdapat sebanyak 8 orang yang tidak mengetahui perubahan psikologis dan ibu mengeluh tidak percaya diri terhadap perubahan pada tubuh ibu. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka penelitian tertarik melakukan penelitian mengenai Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perubahan Psikologis pada Kehamilan Trimester I, Trimester II, Trimester III, dan Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Dampak Perubahan Psikologis di Wilayah Kerja Puskesmas Pariaman.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian yaitu deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan ibu hamil yang datang memeriksa kehamilan di Puskesmas pariaman pada 2 bulan terakhir sebanyak 36 orang ibu hamil. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *accidental sampling*. Data dikumpulkan melalui pengumpulan data secara primer yaitu responden mengisi langsung kuisisioner yang diberikan oleh peneliti. Analisis data secara univariat.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **1. Analisis Univariat**

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan tentang Perubahan Psikologis pada Kehamilan Trimester I Wilayah Kerja Puskesmas Pariaman

No	Pengetahuan	Frekuensi	%
1.	Tinggi	13	36.1
2.	Rendah	23	63.9
Jumlah		36	100

Berdasarkan Tabel 1. diketahui lebih dari sebagian responden (63,9%) memiliki pengetahuan yang rendah. Pengetahuan merupakan hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga.

Trimester pertama sering di katakan sebagai masa penentuan. Penentuan untuk membuktikan bahwa wanita dalam keadaan hamil. Pada saat inilah tugas psikologis pertama sebagai calon ibu untuk dapat menerima kenyataan akan kehamilannya.

Pada trimester pertama sering kali timbul kecemasan dan rasa kebahagiaan bercampur keraguan dengan kehamilannya antara ya atau tidak, terjadi fluktuasi emosi sehingga berisiko tinggi untuk terjadinya pertengkaran atau rasa tidak nyaman, adanya perubahan hormonal, dan morning sickness. Di perkirakan ada 80% ibu mengalami perubahan psikologis, seperti rasa kecewa, sikap penolakan, cemas dan rasa sedih.

Hasil penelitian ini juga sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Amrin tentang gambaran pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang perubahan psikologis selama masa kehamilan di wilayah kerja Puskesmas Malalak Kabupaten Agam, lebih dari sebagian responden juga ditemukan memiliki pengetahuan yang rendah.

Lebih dari sebagian tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh responden ternyata masih rendah. Menurut asumsi peneliti masih banyaknya ditemukan responden yang memiliki pengetahuan rendah disebabkan karena mereka belum

memiliki pemahaman yang baik tentang perubahan psikologis selama masa kehamilan. Jika dilihat dari karakteristik responden yang banyak memiliki pengetahuan rendah adalah mereka yang berusia lebih muda, hal ini menyebabkan pengalaman mereka dalam masa kehamilan tentu juga masih terbilang baru sehingga mereka belum memahami betul apa bentuk perubahan yang terjadi memasuki masa kehamilan. Selain itu faktor pendidikan juga mempengaruhi pengetahuan mereka, dimana sebagian besar responden yang memiliki pengetahuan rendah juga memiliki pendidikan yang rendah, yaitu SMP.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan tentang Perubahan psikologis pada kehamilan trimester II di Wilayah kerja Puskesmas Pariaman

No	Pengetahuan	Frekuensi	%
1.	Tinggi	23	63.9
2.	Rendah	13	36.1
	Jumlah	36	100

Berdasarkan Tabel 2. diketahui bahwa lebih dari sebagian responden (63,9%) memiliki pengetahuan yang tinggi.

Trimester kedua sering disebut sebagai periode kesehatan, yang baik, yakni periode ketika wanita merasa nyaman dan bebas dari segala ketidaknyamanan yang normal dialami saat hamil. Namun, trimester kedua juga merupakan fase ketika wanita menelusur ke dalam dan paling banyak mengalami kemunduran.

Secara umum periode trimester kedua di kelompokkan menjadi dua fase, yakni *prequickening* (sebelum ada pergerakan janin yang di rasakan ibu) dan *postquickening* (setelah ada pergerakan janin yang di rasakan ibu).

Hasil penelitian ini juga sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Amrin tentang gambaran pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang perubahan psikologis selama masa kehamilan di wilayah kerja Puskesmas Malalak Kabupaten Agam, lebih dari sebagian responden juga ditemukan memiliki pengetahuan yang tinggi.

Lebih dari sebagian responden sudah memiliki pengetahuan yang tinggi, dimana responden sudah memahami tentang perubahan-perubahan yang terjadi. Menurut asumsi peneliti hal ini disebabkan karena mereka sudah mendapatkan penyuluhan atau pengetahuan baru dari berbagai pihak seperti petugas kesehatan, sehingga dalam memasuki kehamilan pada triwulan kedua ini mereka sudah mulai mengerti tentang perubahan pada masa kehamilan. Disamping itu sudah mulai merasakan kehamilan apalagi sudah ada terasa pergerakan janin.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan tentang Perubahan Psikologis pada Kehamilan Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Pariaman

No	Pengetahuan	Frekuensi	%
1.	Tinggi	12	33.3
2.	Rendah	24	66.7
	Jumlah	36	100

Berdasarkan Tabel 3. diketahui bahwa lebih dari sebagian responden (66,7%) memiliki pengetahuan yang rendah. Perubahan psikologis ibu hamil periode trimester terkesan lebih kompleks dan lebih meningkat kembali dari trimester sebelumnya. Hal ini di karenakan kondisi kehamilan semakin membesar. Kondisi itu tidak jarang memunculkan masalah seperti posisi tidur yang kurang nyaman dan mudah terserang rasa lelah atau kehidupan emosi yang fluakuatif.

Sejumlah ketakutan terlihat selama trimester ketiga. Wanita mungkin khawatir terhadap hidupnya dan bayinya, dia tidak akan tahu kapan dia melahirkan. Mimpinya mencerminkan perhatian dan kekhawatirannya. Dia lebih sering bermimpi tentang bayinya, anak-anak, persalinan kehilangan bayi, atau terjebak di suatu tempat kecil dan tidak bisa keluar.

Hasil penelitian ini juga sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Amrin tentang gambaran pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang perubahan psikologis selama masa kehamilan di wilayah kerja Puskesmas Malalak Kabupaten

Agam, lebih dari sebagian responden juga ditemukan memiliki pengetahuan yang rendah.

Berdasarkan hasil penelitian ternyata lebih dari sebagian responden (67,7%) masih belum memahami tentang perubahan yang terjadi pada trimester III. Dalam hal ini responden ternyata belum mengerti bahwa memasuki trimester III mereka akan lebih merasakan perbedaan kondisi psikologis. Menurut asumsi peneliti hal ini disebabkan karena memasuki masa melahirkan yang sudah dekat perubahan psikologis ibu tentu akan lebih berbeda dari sebelumnya sehingga mereka belum siap dengan kondisi yang akan dirasakannya, terlebih lagi pada responden dengan kehamilan primipara.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan tentang Dampak Perubahan psikologis di Wilayah kerja Puskesmas Pariaman

No	Pengetahuan	Frekuensi	%
1.	Tinggi	17	47.2
2.	Rendah	19	52.8
	Jumlah	36	100

Berdasarkan Tabel 4. diketahui bahwa lebih dari sebagian responden (52,8%) memiliki pengetahuan yang rendah. Adapun dampak psikologis pada ibu hamil di antaranya sensitif, cenderung malas, minta perhatian lebih, gampang cemburu, dan ansietas (kecemasan). Wanita hamil akan lebih terbuka terhadap dirinya sendiri dan suka berbagi pengalaman kepada orang lain. Ibu hamil akan merenungkan segala impiannya, angan-anganya, fantasinya terhadap objek-objek, peristiwa, atau konsep abstrak, seperti kematian, kehidupan, keberhasilan dan kebahagiaan selama hamil.

Hasil penelitian ini juga sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Amrin tentang gambaran pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang perubahan psikologis selama masa kehamilan di wilayah kerja Puskesmas Malalak Kabupaten Agam, lebih dari sebagian responden juga ditemukan memiliki pengetahuan yang rendah.

Berdasarkan hasil analisis jawaban yang diberikan ternyata masih banyak responden yang tidak memiliki pemahaman yang baik tentang dampak perubahan-perubahan psikologis selama hamil. Menurut asumsi peneliti masih banyaknya ditemukan responden yang memiliki pengetahuan rendah disebabkan karena mereka jarang melakukan konsultasi dengan petugas ataupun tukar pendapat dengan orang-orang yang telah berpengalaman dalam kehamilan, baik tentang kesehatan kehamilan ataupun tentang perubahan-perubahan yang terjadi dalam masa kehamilan. Selain itu faktor pekerjaan ibu yang sibuk mengurus rumah tangga juga menyebabkan mereka kurang aktif dalam mengikuti penyuluhan atau mencari informasi sendiri tentang kehamilan.

## **SIMPULAN**

Sebagian besar responden (63,9%) memiliki pengetahuan yang rendah tentang perubahan psikologis pada kehamilan trimester I, sebagian besar responden (63,9%) memiliki pengetahuan yang tinggi tentang perubahan psikologis pada kehamilan trimester II, sebagian besar responden (66,7%) memiliki pengetahuan yang rendah tentang perubahan psikologis pada kehamilan trimester III, dan sebagian besar responden (52,8%) memiliki pengetahuan yang rendah tentang dampak perubahan psikologis pada kehamilan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Arikunto, Suharsimi. (2006), *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rnika Cipta.
- Astuti, Yuni. (2011), Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Wanita Pasangan Usia Subur dengan Penggunaan Metode Kontrasepsi AKDR di Puskesmas Sintuk Toboh Gadang Kabupaten Padang Pariaman Sumatera Barat. KTI.
- Badan Pusat Statistik. (2012), *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2011*.
- Bhakti, Sri Madya. (2008), Analisis Faktor-Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Partisipasi Pria Dalam Keluarga Berencana di Kecamatan Selo Kabupaten Boyolali Jawa Timur.
- BKKBN Kota Pariaman. (2012), *Laporan Jumlah Akseptor KB Tahun 2011*.



- BKKBN Pusat. (2008), *Laporan Jumlah Akseptor KB Tahun 2008*.
- BKKBN Sumatera Barat. (2010), *Laporan Jumlah Akseptor KB Tahun 2010*.
- BP2KB Kota Pariaman. (2011), *Laporan Peserta KB Aktif Kec. Batang Gasan Tahun 2011*.
- F. Rayburn, Wiliam. (2001), *Obstetri dan Ginekologi*. Jakarta: Widya Medika.
- Hacker, Neville F. (2001), *Esensial Obstetri dan Ginekologi*. Jakarta: Hipokrates
- Hardanti, Sri. (2009), Faktor-faktor yang Mempengaruhi Motivasi PUS dalam Pemilihan Alat Kontrasepsi dengan Penggunaan Alat Kontrasepsi KB di Sungai Geringging Kabupaten Padang Pariaman Sumatera Barat. KTI.
- Imam, Saptono. (2009), Partisipasi Pria Dalam Keluarga Berencana di Kecamatan Jetis Kabupaten Bantul Yogyakarta.
- Marlina, Leni. (2009), Hubungan Tingkat Pengetahuan Pria PUS terhadap Partisipasi Aktif dalam Ber-KB di Korong Batu Mangaum Kabupaten Padang Pariaman Sumatera Barat. KTI.
- Sudrajat Akhmad, 2012. *Pendidikan Menurut Umur UU No.20 Tahun 2003 tentang Sisdiknas*. Di akses di [http://www.Definisi Pendidikan Menurut UU No. 20 Tahun 2003 Tentang SISDIKNAS \\_ AKHMAD SUDRAJAT TENTANG PENDIDIKAN.htm](http://www.Definisi Pendidikan Menurut UU No. 20 Tahun 2003 Tentang SISDIKNAS _ AKHMAD SUDRAJAT TENTANG PENDIDIKAN.htm) Juli 2012
- Manuaba, Ida Bagus Gde. (1998), *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana* untuk Pendidikan Bidan. Jakarta: EGC.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2010), *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_, Soekidjo. (2003), *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Rampai, Bunga. (2005), *Obstetri dan Ginekologi Sosial*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Saifudin, Abdul Bari. (2006), *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. Jakarta: JBSP.
- Wiknjosastro, Hanifa. (2005), *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: YBPSP.