

Sistem Pendukung Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester Iii Di Klinik Abi Ummi Dw Sarmadi Palembang

Erike Septa Prautami

Kebidanan, Akademi Kebidanan Pondok Pesantren Assanadiyah, Jl. Banten VI, 16 Ulu, 30117 Sumatera Selatan, Indonesia

E-mail: erikeseptaprautami@gmail.com

Abstract-Pregnancy is it that remarkable because it involves physiological changes, biological and psychological life changing a woman. Psychological changes in the mother of them are feeling anxious, a bad feelinG, fear and doubt, abnormal fear of childbirth, and considers pregnancy as ordea. The purpose of research to know the relationship support system of pregnant women with the level of anxiety in the third trimester. Methods this study used a Survey of analytical methods Cross Sectional. With a sample of pregnant women who did the ANC Clinics Abi Ummi DW Sarmadi Palembang as much as 48 respondents taken with Accidental Sampling techniques. Results of the study were analyzed using Chi Square test statistics indicate no relationship support system with the level of anxiety with the value of the p value of family support (0.01), economic status (0.00), and exposure information (0.01). There is a meaningful relationship support system with the level of anxiety of pregnant women in public health th trimester. To the clinic in order to continue to make socializing on the community in the form of health education, health promotion to expectant mothers in particular regarding pregnancy..

Keywords: Support system, anxiety

Abstrak-Kehamilan adalah hal yang luar biasa karena menyangkut perubahan fisiologis, biologis dan psikis yang mengubah hidup seorang wanita. Perubahan psikologis pada ibu diantaranya adalah perasaan cemas, perasaan tidak enak, takut dan ragu – ragu, takut persalinan tidak normal, dan menganggap kehamilan sebagai cobaan. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan sistem pendukung dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III. Metode penelitian ini menggunakan Survey Analitik dengan metode “Cross Sectional”. Dengan sampel ibu hamil yang melakukan ANC di Klinik Abi Ummi DW Sarmadi Palembang sebanyak 48 responden yang diambil dengan teknik Accidental Sampling. Hasil penelitian dianalisa dengan menggunakan uji statistic Chi Square menunjukkan ada hubungan sistem pendukung dengan tingkat kecemasan dengan nilai p value dukungan keluarga (0,01), status ekonomi (0,00), dan paparan informasi (0,01). Ada hubungan yang bermakna sistem pendukung dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III. Kepada pihak puskesmas agar terus melakukan sosialisasi pada masyarakat dalam bentuk pendidikan kesehatan, promosi kesehatan kepada ibu hamil khususnya mengenai kecemasan selama kehamilan.

Kata Kunci: Sistem pendukung, kecemasan

1. Pendahuluan

Kehamilan adalah hal yang luar biasa karena menyangkut perubahan fisiologis, biologis dan psikis yang mengubah hidup seorang wanita. Perubahan psikologis pada ibu diantaranya adalah perasaan cemas, perasaan tidak enak, takut dan ragu – ragu, takut persalinan tidak normal, dan menganggap kehamilan sebagai cobaan[11].

Selama kehamilan terjadi perubahan fisiologis maupun psikologis. Perubahan fisiologis diantaranya yaitu perubahan pada sistem kardiovaskuler, sistem pernafasan, sistem gastrointestinal, sistem integumen, sistem urinaria, perubahan ukuran rahim, dan sistem sirkulasi [8]. Sedangkan perubahan psikologis ibu hamil pada umumnya dapat berupa penolakan, kekecewaan, kecemasan,

dan kesedihan. Ibu merasa tidak sehat dan tidak percaya akan kehamilannya.

Dalam masa kehamilan sering sekali ditemukan adanya kecemasan. Kecemasan merupakan respon emosi tanpa objek yang spesifik yang secara subjektif dialami dan dikomunikasikan secara interpersonal. Kecemasan juga adalah kebingungan,kekhawatiran pada sesuatu yang akan terjadi dengan penyebab yang tidak jelas dan dihubungkan dengan perasaan yang tidak menentu dan tidak berdaya[7].

Ibu hamil merasa cemas jika terjadi masalah dalam kehamilannya, khawatir jika tidak memiliki biaya yang cukup untuk persalinan dan merawat anaknya, dan cemas jika persalinan atau anaknya kelak tidak normal. Untuk menghadapi stimulus yang menyebabkan kecemasan pada ibu hamil, maka perlu adanya adaptasi psikologis pada masa kehamilan. Adaptasi tersebut akan berbeda dari setiap tahap kehamilan. Hal ini disebabkan karena perbedaan kebutuhan dan perubahan psikologis pada ibu selama tahap kehamilan[9].

Masa paling berat pada ibu hamil terjadi pada trimester pertama yakni ketika perubahan aktivitas hormonal ibu sedang meningkat. Perubahan inilah yang dapat dengan mudah mempengaruhi stabilitas emosi ibu hamil, selain menyebabkan keluhan mual muntah terutama pada pagi hari saat dua bulan pertama. Akibatnya beban psikologis pun semakin bertambah. Ibu hamil pun sering mengalami kecemasan berkaitan dengan penampilan fisiknya. Bagi ibu-ibu yang memiliki konsep diri rendah,kehamilan sering dipersepsikan sebagai keadaan yang mengancam, sehingga banyak ibu hamil yang merasa khawatir bahwa kehamilan menurunkan daya tarik dari pasangannya[10].

Kecemasan salah satunya terjadi karena proses melahirkan dianggap identik dengan peristiwa yang menakutkan,menyakitkandan lebih menegangkan dibanding peristiwa manapun dalam kehidupan[1]. Kecemasan seharusnya berespon yang wajar terhadap suatu tekanan ataupun pengalaman yang mengancam kehidupan seseorang karena dianggap sebagai pengalaman emosional yang berlangsung sangat singkat. Namun kecemasan pada sebagian orang dapat berkembang menjadi perasaan yang tidak nyaman dan cenderung menakutkan dan jika tidak diatasi, ditakutkan akan menimbulkan dampak negatif bagi bayi yang dikandung, diantaranya ialah bayi dapat dilahirkan premature atau bahkan dapat juga menyebabkan hal yang lebih parah yaitu kematian [9].

Untuk menghadapi proses kehamilan dan persalinan dibutuhkan kesiapan baik fisik ataupun mental sangat dibutuhkan oleh ibu dalam menerima kondisi kehamilannya serta dalam menghadapi proses persalinan. Oleh karena itu selama kehamilan seluruh anggota keluarga harus terlibat terutama suami. Peran serta suami berupa dukungan dan kasih sayang dari suami dapat memberikan perasaan nyaman dan aman ketika ibu merasa takut dan khawatir dengan kehamilannya sehingga ibu hamil menjadi lebih siap dalam menghadapi persalinan.

Sistem pendukung diperlukan untuk mencegah hal tersebut terjadi. sistem pendukung ini diperoleh individu dari lingkungan sekitar, dalam hal ini lingkungan yang terdekat adalah pasangan atau keluarga, status ekonomi dan paparan informasi. Saat hamil juga merupakan saat sensitif bagi seorang wanita. Jadi, sebisa mungkin keluarga harus dapat menciptakan suasana yang mendukung perasaan ibu hamil, misalnya mengajak jalan-jalan ringan sambil mengobrol, bicara halus, positif, mempersiapkan biaya untuk persalinan, dan memfasilitasi ibu hamil untuk memperoleh informasi tentang kehamilan. Ini akan membuat ibu hamil merasa nyaman, selain itu juga semakin mempererat hubungan dengan keluarga[13].

Menurut Haryono (2010) 85% kematian ibu karena kehamilan dan komplikasi kelahiran dapat dihindari dengan memberikan perawatan, perlindungan dan pertolongan yang baik secara bersama-sama dan terpadu antara keluarga khususnya suami, masyarakat dan pemerintah. Dukungan suami memiliki andil yang besar dalam menentukan status kesehatan ibu. Ibu hamil akan merasa lebih percaya diri, bahagia dan siap dalam menjalani kehamilan, persalinan dan masa nifas. Melihat kenyataan di masyarakat dukungan keluarga maupun suami sangat membantu seorang ibu untuk menjalani kehidupan baru sebagai wanita hamil yang akan mengalami berbagai perubahan fisik maupun emosi. Peran aktif suami untuk memberikan dukungan pada istri yang sedang hamil tersebut sangat berpengaruh terhadap kepedulian ibu atas kesehatan diri dan janinnya.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sulistyorini (2007), Di desa Jepat Lor Kecamatan Tayu Kabupaten Pati menunjukkan bahwa 52,5 % ibu hamil menghadapi kelahiran anak pertama berada pada kategori kecemasan rendah, 60% subjek menilai bahwa dukungan yang diperoleh dari keluarganya sangat tinggi. Wanita hamil dengan dukungan keluarga yang tinggi tidak akan mudah

menilai situasi dengan kecemasan karena wanita hamil dengan kondisi demikian tahu bahwa akan ada keluarganya yang membantu. Wanita hamil dengan dukungan keluarga yang tinggi akan mengubah respon terhadap sumber kecemasan dan pergi kepada keluarganya untuk mencurahkan isi hatinya[11]

2. Teori

Berdasarkan studi pendahuluan pada tanggal 10 April 2018 di Klinik Abi UmmiDW Sarmadi Palembang, didapatkan jumlah ibu yang ANC sebanyak 47 orang. Dari seluruh jumlah ibu yang ANC tersebut didapatkan data 24 orang merupakan ibu primigravida. Hasil wawancara terhadap 5 ibu primigravida didapatkan bahwa 4 orang mengatakan merasa cemas terhadap persalinan yang akan berlangsung karena merupakan pengalaman pertama bagi mereka.

Hasil wawancara juga didapatkan 1 orang ibu yang mengatakan bahwa ia selalu di dampingi keluarganya saat melakukan pemeriksaan kehamilannya. Keluarga selalu menjaga dan memperhatikan semua kebutuhan yang harus disiapkan menjelang persalinan. Dukungan penuh yang diberikan oleh keluarga saat persalinan tersebut menjadikan ibu menjadi lebih tenang sehingga hal tersebut mengurangi kecemasan ibu saat akan menghadapi persalinan.

Berdasarkan kondisi-kondisi tersebut diatas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian lebih mendalam terhadap “Hubungan sistem pendukung dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III di Klinik Abi Ummi DW SarmadiPalembang tahun 2018”.

3. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester III di Klinik Abi Ummi DW Sarmadi Palembang pada Bulan Mei 2018 yang berjumlah 42 orang. Sampel penelitian ini adalah sebanyak 42 responden.

4. Hasil dan Pembahasan

a. Hasil

1) Analisis Univariat

TABLE 1
Distribusi Frekuensi Sistem Pendukung dan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Di Klinik Abi Ummi DW Sarmadi Palembang Tahun 2018

Variabel	Kategori	Frekuensi	(%)
Dukungan keluarga	mendukung	21	50.0
	tidak mendukung	21	50.0
Status ekonomi	atas	18	42.9
	menengah	24	57.1
Paparan informasi	baik	25	59.5
	tidak baik	17	40.5
Kecemasan	Tidak cemas	20	47.6
	Cemas	22	52.4

Berdasarkan tabel diatas didapat bahwa responden mendapatkan dukungan dari keluarga yaitu sebanyak 21 responden (50%) sama banyak dengan yang tidak mendapatkan dukungan, responden berstatus ekonomi menengah yaitu sebanyak 24 responden (57,1%), responden yang pernah mendapatkan informasi yaitu sebanyak 25 responden (59,5%), dan responden mengalami cemas yaitu sebanyak 22 responden (52,4%).

2) Analisis Bivariat

Tabel2

Hubungan Sistem Pendukung dengan Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III Di Klinik Abi Ummi DW Sarmadi Palembang Tahun 2018

Variabel	Kecemasan		Jumlah	P Value
	Tidak cemas	Cemas		

	n	%	n	%	n	%	
Dukungan keluarga							
Mendukung	14	70	7	31,8	21	50	0,013
Tidak mendukung	6	30	15	68,2	21	50	
Status Ekonomi							
Atas	13	65	5	22,7	18	42,9	0,006
Menengah	7	35	17	77,3	24	57,1	
Paparan Informasi							
Baik	17	85	8	36,4	25	59,5	0,001
Tidak baik	3	15	14	63,6	17	40,5	

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa ada hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga ($p = 0,013$), status ekonomi ($p = 0,006$) dan paparan informasi ($p = 0,001$) dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil.

b. Pembahasan

a. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Pada Ibu Hamil

Dari hasil uji statistik didapatkan nilai p value = 0,013 hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil.

Sejalan dengan penelitian Fitriyana (2012) didapatkan nilai p value sebesar $0.001 < \text{nilai} = 0.05$ yang berarti ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan tingkat kecemasan ibu hamil primigravida TM III menghadapi persalinan dengan nilai value sebesar 0.593 yang artinya memiliki korelasi yang kuat.

Sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sulistyorini (2007), Di desa Jepat Lor Kecamatan Tayu Kabupaten Pati menunjukan bahwa 52,5 % ibu hamil menghadapi kelahiran anak pertama berada pada kategori kecemasan rendah, 60% subjek menilai bahwa dukungan yang diperoleh dari keluarganya sangat tinggi. Wanita hamil dengan dukungan keluarga yang tinggi tidak akan mudah menilai situasi dengan kecemasan karena wanita hamil dengan kondisi demikian tahu bahwa akan ada keluarganya yang membantu. Wanita hamil dengan dukungan keluarga yang tinggi akan mengubah respon terhadap sumber kecemasan dan pergi kepada keluarganya untuk mencurahkan isi hatinya.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Kusri (2012) menunjukkan hasil bahwa ada hubungan dukungan keluarga terhadap tingkat kecemasan ibu primipara TM I dengan p value sebesar 0,004.

Menurut peneliti dukungan sosial keluarga sangat penting karena dengan adanya dukungan dari keluarga akan mengurangi tingkat kecemasan pengalaman bersalin (primigravida). Keluarga bertindak sebagai sebuah bimbingan umpan balik, membimbing dan menangani pemecahan masalah, sebagai sumber dan validator identitas anggota keluarga. Bentuk dukungan ini berupa penghargaan positif pada individu, pemberian semangat, persetujuan pada pendapat individu, perbandingan yang positif dengan individu lain, support dan perhatian. Bentuk dukungan ini membantu individu dalam membangun harga diri dan kompetensi dan dukungan emosional mencakup ungkapan empati, kepedulian dan perhatian terhadap orang yang bersangkutan.

Bentuk dukungan ini membuat individu memiliki perasaan nyaman, yakin, diperlukan dan dicintai oleh sumber dukungan sosial, sehingga dapat menghadapi masalah dengan lebih baik. Individu membutuhkan penghargaan, perhatian dan kepercayaan yang menandakan bahwa seseorang dicintai dan diperhatikan. Jika individu diterima dan dihargai secara positif oleh orang lain, individu tersebut akan cenderung untuk mengembangkan sikap positif terhadap diri sendiri, dan lebih menerima dan menghargai dirinya.

b. Hubungan Status Ekonomi Dengan Kecemasan Pada Ibu Hamil

Dari hasil uji statistik didapatkan nilai p value = 0,006 hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara status ekonomi dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil.

Ekonomi juga selalu menjadi faktor penentu dalam proses kehamilan yang sehat. Keluarga dengan ekonomi yang cukup dapat memeriksakan kehamilannya secara rutin, merencanakan persalinan di

tenaga kesehatan dan melakukan persiapan lainnya dengan baik. Namun dengan adanya perencanaan yang baik sejak awal, membuat tabungan bersalin, maka kehamilan dan proses persalinan dapat berjalan dengan baik (Kusmiyati, 2009).

Menurut peneliti pendapatan sangat mempengaruhi seseorang dalam memenuhi kebutuhan akan kesehatan dalam hal ini tersedianya biaya untuk persalinan. Pendapatan merupakan faktor yang paling menentukan kuantitas maupun kualitas kesehatan sehingga ada hubungan yang erat antara pendapatan dengan keadaan kesehatan seseorang. Bagi mereka yang berpendapatan sangat rendah hanya dapat memenuhi kebutuhan berupa pemanfaatan kesehatan apa adanya, sesuai dengan kemampuan mereka. Apabila tingkat pendapatan baik, maka pemanfaatan kesehatan mereka akan lebih baik.

c. Hubungan Paparan Informasi Dengan Kecemasan Pada Ibu Hamil

Dari hasil uji statistik didapatkan nilai p value = 0,001 hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara paparan informasi dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil.

Sejalan dengan penelitian Mahmudah (2010) menunjukkan hubungan yang bermakna antara paparan informasi dengan kecemasan ibu hamil primigravida dengan nilai p value = 0,02. Informasi, yaitu dukungan sosial yang diberikan dengan memberikan gagasan untuk bertindak dalam mengatasi kesutitan. Contohnya adalah bimbingan, nasihat, pemberian literatur, info, atau dapat juga berupa komunikasi tentang opini atau kenyataan yang relevan dengan kesulitan-kesulitan yang dialami ibu hamil dan juga saran (Maharani, 2008).

Menurut analisis peneliti kecemasan berhubungan erat dengan paparan informasi. Jika paparan informasi baik maka pengetahuan ibu hamil akan semakin baik pula sehingga kecemasan akan berkurang. Paparan informasi dizaman sekarang ini sudah sangat baik misalnya sudah banyak media televisi, internet, majalah serta komunikasi yang baik antar masyarakat sehingga pengetahuan mengenai kehamilan sudah baik dan kecemasan juga sedikit.

5. Kesimpulan

- a. Didapatkan bahwa responden mendapatkan dukungan dari keluarga yaitu sebanyak 21 responden (50%) sama banyak dengan yang tidak mendapatkan dukungan, responden berstatus ekonomi menengah yaitu sebanyak 24 responden (57,1%), responden yang pernah mendapatkan informasi yaitu sebanyak 25 responden (59,5%), dan responden mengalami cemas yaitu sebanyak 22 responden (52,4%).
- b. Ada hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan pada ibu hamil di Klinik Abi Umami DW Sarmadi Palembang tahun 2015 dengan (p value = 0,013).
- c. Ada hubungan status ekonomi dengan kecemasan pada ibu hamil di Klinik Abi Umami DW Sarmadi Palembang tahun 2015 dengan (p value = 0,006).
- d. Ada hubungan paparan informasi dengan kecemasan pada ibu hamil di Klinik Abi Umami DW Sarmadi Palembang tahun 2015 dengan (p value = 0,001).

6. Referensi

- [1] Aprilia, Y. Dan Ritchmond, B. 2011. Gentle Birth : Melahirkan Nyaman Tanpa Rasa Sakit. Jakarta : PT. Gramedia Widia Sarana Indonesia.
- [2] Fitriyana. 2012. Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester Iii Menghadapi Persalinan Di BPS Ambarwati Desa Kebondalem Kec. Jambu, Kab. Semarang. Jurnal Akademi Kebidanan Ngudi Waluyo.
- [3] Kusmiati. 2009. Perawatan Ibu Hamil, Yogyakarta Fitramaya
- [4] Kusriani. 2012. Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester Pertama di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungwuni I Kabupaten Pekalongan. Jurnal
- [5] Maharani. 2008. Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Trimester Ketiga. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma Depok.
- [6] Mahmudah. 2010. Hubungan Dukungan Keluarga dan Religiusitas Dengan Kecemasan Melahirkan Pada Ibu Hamil Primigravida. Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- [7] Maruhawa, J., Sianturi.,Y. Sumijalun. 2005. Konsep dasar keperawatan kesehatan jiwa, Edisi.I. EGC : JKT
- [8] Ratna, D. 2010. Perawatan Ibu Hamil. Yogyakarta: Panji Pustaka.
- [9] Salmah, dkk. 2006. Asuhan Kebidanan Antenatal. Jakarta : EGC.

-
- [10] Sinto. 2008. Buku Ajaran Keperawatan. Jakarta. EGC.
- [11] Sulistyorini, Eka dan Sri Yuni Tursilowati. (2007). Pengaruh Peran Serta Suami Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Dalam Menghadapi Proses Persalinan Di Desa Jepat Lor Kecamatan Tayu Kabupaten Pati Jurnal Kesehatan Surya Medika. Yogyakarta : Yogyakarta
- [12] Sumarah .2010. Perawatan Ibu Bersalin (Asuhan Kebidanan Pada Ibu Bersalin). Yogyakarta : Fitrayama
- [13] Suryaningsih. 2007. Langkah Menghadapi Stres Saat Kehamilan. Yogyakarta : Fitrayama