

**TINGKAT KECEMASAN IBU DENGAN KESIAPAN
MENJELANG PERSALINAN DI PMB
KABUPATEN DELI SERDANG**

*Mother's Anxiety Level With Readiness
Before Delivery at PMB
Deli serdang*

Megawati Sinambela

INSTITUT KESEHATAN DELI HUSADA DELI TUA
e-mail : megawatisinambela@gmail.com

DOI: 10.35451/jkk.v5i1.1351

ABSTRAK

Kesiapan ibu menjelang persalinan hendaknya menjadi prioritas yang dilakukan oleh ibu dengan tenaga kesehatan dalam pelayanan kehamilan, karena dapat mengakibatkan kekawatiran ibu yang berlebihan dalam menghadapi persalinan. Adapun tujuan dari penelitian ini yaitu menganalisis hubungan tingkat kecemasan Ibu menjelang persalinan yang bertempat di Praktek Mandiri Bidan Kabupaten Deli Serdang. Penelitian bersifat *explanatory research*. Populasi pada penelitian ini adalah ibu hamil trimester III dengan jumlah sample sebanyak 60 responden. Hasil penelitian yang didapat nilai $p = 0,001 < 0,05$ yang berarti ada hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan ibu dengan kesiapan menjelang persalian. Saran sesuai dengan hasil penelitian adalah perlu melakukan edukasi bagi ibu hamil untuk menurunkan tingkat kecemasan ibu menjelang persalianan. Serta memotivasi ibu untuk berkunjung ke layanan kesehatan dalam mendapatkan layanan ante natal sesuai standar berdasarkan usia kehamilan terutama saat menjelang persalianan , dengan demikian dapat menurunkan kecemasan saat menghadapi persalianan.

Kata kunci : Kehamilan , tingkat kecemasan, persalinan.

Abstract

Mother's readiness before delivery should be a priority for mothers and health workers in pregnancy services, because it can lead to excessive maternal worry in the face of childbirth. The purpose of this study was to analyze the relationship between the level of maternal anxiety before delivery which took place at the Independent Midwife Practice of Deli Serdang Regency. This study is an explanatory research. The population in this study were pregnant women in the third trimester with a sample of 60 respondents. The results obtained p value = 0.001 < 0.05, which means that there is a significant relationship between the level of maternal anxiety and readiness for delivery. Suggestions according to the results of the study are that it is considered necessary to provide education for pregnant women to reduce the level of maternal anxiety before childbirth. As well as motivating mothers to visit health services to get

ante-natal services according to standards based on gestational age, especially before delivery, thereby reducing anxiety when facing childbirth.

Keywords: *Pregnancy, anxiety level, childbirth.*

1. PENDAHULUAN

Permasalahan besar pada ibu hamil bagi negara-negara berkembang adalah masih tingginya Angka Kematian Ibu (AKI), dimana sekitar 25 - 40 % kematian wanita usia subur disebabkan yang berkaitan dengan kehamilan. Data dari WHO tahun 2020, tercatat angka kematian ibu dalam kehamilan dan persalinan di dunia mencapai 515.000 jiwa setiap tahun.

Angka Kematian Ibu di Indonesia tahun 2020 mencapai 207/100.000 Kelahiran Hidup (KH), sedangkan target RPJMN tahun 2024 adalah 183/100.000 KH. Angka ini masih jauh di atas target Millenium Development Goals (MDG) pada tahun 2015 yaitu 102/100.000 KH dan target tahun 2030 adalah 70/100.000 KH. Untuk mencapai target tersebut masih diperlukan kerja keras dari tenaga kesehatan dan kerja sama dengan lintas sektoral (Kemenkes 2020).

Masalah angka kematian ibu di Indonesia masih tetap menjadi perhatian khusus dari pemerintah dengan berbagai cara yang telah dilakukan Kementerian Kesehatan dalam menurunkan AKI meningkatkan kesehatan ibu antara lain: Peran Lintas Sektoral dan Pemerintah daerah dalam mendukung percepatan percepatan penurunan AKI dan AKB.

Masalah Kecemasan saat menghadapi persalinan hal yang sering dihadapi di karenakan ibu tidak memiliki pengetahuan dalam proses yang akan dialami saat menghadapi persalinan karena kurang informasi dari tenaga kesehatan.

Kecemasan timbul terutama menjelang persalinan yang ditandai dengan perasaan khawatir berlebihan

dan gejala emosional. Kecemasan yang berlebihan yang dialami ibu saat menghadapi proses persalinan dapat mengakibatkan partus lama yang bisa menimbulkan resiko terhadap ibu dan juga pada bayi yang akan dilahirkannya.

Kecemasan pada ibu menjelang persalinaan bisa berkelanjutan sampai proses persalinaan, untuk itu penting mempersiapkan psikologi ibu dalam menghadapi persalinaan, dengan demikian ibu akan lebih tenang dalam menghadapi proses persalinaan. Ibu yang memiliki ketenangan pikiran saat proses persalinaan akan mempersingkat kala I persalinaan. Kala I dalam waktu yang normal pada primi gravida maupun pada multi gravida dapat menghindari komplikasi pada ibu dan janin.

Berdasarkan latar belakang dengan ditemukannya 71 % kecemasan yang dialami pada trimester III, peneliti berkeinginan meneliti "Tingkat Kecemasam Ibu menjelang proses persalinaan" Di Praktek Mandiri Bidan Kabupaten Deli Serdang

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode *explanatory research* untuk menganalisis Tingkat Kecemasam Ibu menghadapi menjelang Persalinaan Di Praktek Mandiri Bidan Kabupaten Deli Serdang.

Lokasi penelitian di praktek mandiri bidan Kabupaten Deli Serdang. Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini yaitu ibu hamil dengan usia kehamilan 30-37 minggu .

Analisis data yang dilakukan univariat, untuk mengetahui presentasi data dan Bivariat untuk menganalisis hubungan variabel indeviden dengan devenden dengan tingkat kepercayaan (*Confidence Level*) $\alpha = 0,05$.

3. HASIL

Tabel 1. Distribusi Tingkat Kecemasan ibu menjelang persalinan di Praktek mandiri bidan Kabupaten Deli Serdang

Tingkat Kecemasan	f	%
Sedang	28	46,7
Berat	30	50,0
Panik	2	3,3
Jumlah	60	100,0

Data diatas menjelaskan tingkat kecemasan berat sejumlah 30 (50,0%), sedang 28 (46,7%) dan panic 2 (3,3).

Tabel 2. Distribusi Kesiapan Menghadapi Persalinan Di Praktek Mandiri Bidan Kabupaten Deli Serdang

Kesiapan Menghadapi persalian	f	%
Siap	20	33,3
Tidak siap	40	66,7
Jumlah	60	100,0

Berdasarkan tabel diatas kesiapan menghadapi persalinan mayoritas tidak siap sebanyak 66,7 % dibandingkan responden yang mengatakan siap sebanyak 33,3%

Tabel 3 Tingkat Kecemasan Ibu dengan kesiapan menjelang persalinan di praktek mandiri bidan Kabupaten Deli Serdang

Tingkat Kecemasan	Kesiapan menghadapi persalinan				Jumlah		P
	Siap		Tidak Siap		n	%	
	n	%	n	%			n
Sedang	20	71,4	8	28,6	28	100	0,001
Berat	0	0	32	100,0	32	100	
panik							
Jumlah	20	33,3	40	66,7	60	100	

Berdasarkan tabel di atas terlihat bahwa yang memiliki tingkat kecemasan berat dan panic yang tidak siap menghadapi persalinan sebanyak 66,7%. Sedangkan ibu yang siap menghadapi persalinan dengan tingkat kecemasan sedang sebanyak 33,3%.

4. PEMBAHASAN

a. Tingkat Kecemasan Ibu

Kecemasan merupakan suatu perasaan khawatir berlebihan dan objeknya tidak jelas, menimbulkan gejala emosional yang sering dialami dialami ibu hamil menjelang persalian. Hal ini dapat terjadi karena ibu merasakan hal yang menghawatirkan tentang kesehatan bayi nya juga kesehatan dirinya pada saat persalinan.

Kecemasan sering terjadi pada ibu menjelang persalian. Hal ini dapat terjadi karena ibu merasakan hal yang menghawatirkan tentang kesehatan bayi nya juga kesehatan dirinya pada saat persalinan.

Kecemasan ringan merupakan hal yang wajar terjadi pada ibu hamil ,adakalanya keadaan tersebut berlanjut pada tingkat kecemasan berat dan panik yang dapat membahayakan ibu yaitu gangguan panic berupa *agoraphobia* yang merupakan kecemasan yang berlebihan. Gangguan kecemasan berat dapat berupa fobia spesifik, fobia sosial, gangguan obsesif-komplusif, gangguan stress akut (Adwas *et al*, 2019).

Kecemasan dapat diartikan: Perasaan ketakutan yang berlebihan dengan kekhawatiran yang berkepanjangan, dapat menilai secara realitas, memiliki kepribadian yang utuh, perilaku masih normal, perasaan tidak menentu, keadaan emosi yang tidak memiliki objek yang spesifik (Suyani, 2020).

Berdasarkan penelitian (Rozikhan, 2021) dengan judul perbedaan tingkat kecemasan ibu hamil primigravida dengan multi gravida menunjukkan hasil bahwa primigravida mengalami tingkat kecemasan lebih tinggi dibandingkan dengan ibu hamil multi gravida.

Hasil penelitian Rosyidah (2017) menyatakan hal yang sama ,bahwa ibu hamil primigravida trimester ketiga mengalami kecemasan dengan

tingkatan kecemasan sedang dan tingkat berat.

b. Kesiapan Menghadapi Persalinan

Persalinan merupakan proses pengeluaran hasil konsepsi yang sudah bisa hidup di luar uterus. Persalinan mengakibatkan suatu perubahan yang terjadi sehingga dapat melahirkan janin dari jalan lahir. Persalinan spontan merupakan proses pengeluaran janin tanpa menggunakan alat dalam membantu kelahiran janin dengan usia kehamilan antara 37-40 minggu (Jannah, 2017).

Mempersiapkan ibu dalam menghadapi persalinan berupa kebutuhan agar ibu dapat menyambut kelahiran bayinya dengan dapat merasakan kenyamanan dan keamanan pada saat persalinan.

Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan dari 60 responden Kesiapan Menghadapi Persalinan di Praktek Mandiri Bidan, mayoritas Kesiapan Menghadapi Persalinan adalah Tidak Siap 40 responden (66,7 %).

Hasil penelitian (Rozikhan, 2021) perbedaan tingkat kecemasan ibu primigravida dengan multi gravida bahwa ibu hamil multi gravida pada umumnya hanya mengalami cemas ringan dalam menghadapi menjelang proses persalinan. Sedangkan ibu primigravida mengalami kecemasan tingkat sedang bahkan ada yang mengalami kecemasan berat.

c. Tingkat Kecemasan Ibu menjelang proses Persalinan di Praktek Mandiri Bidan Kabupaten Deli Serdang.

Hasil penelitian Hubungan Tingkat Kecemasan Ibu menjelang proses persalinan di Praktek Mandiri Bidan Kabupaten Deli Serdang. Diperoleh hasil sebanyak 40 responden (66,7%) mengalami kecemasan berat dan panic

serta mengalami kecemasan sedang 20 responden (33,3%).

Dari hasil penelitian menunjukkan diperoleh nilai $p=0,001 < 0,05$. Yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara Tingkat Kecemasan Ibu menjelang proses persalinan di praktek mandiri bidan Kabupaten Deli Serdang.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan ibu dalam menjelang persalinan dapat dipengaruhi oleh beberapa hal. Sesuai dengan hasil penelitian Rika Oktapianti (2021) bahwa usia ibu hamil berhubungan dengan tingkat kecemasan ibu menjelang persalinan dengan nilai $p < 0,001$. Selain usia ibu paritas juga berhubungan dengan tingkat kecemasan ibu menjelang persalinan dengan nilai $p < 0,001$.

Untuk mengurangi kecemasan pada ibu menjelang persalinan perlu melakukan hal yang dapat menyenangkan ibu hamil seperti : Hindari kecemasan dengan mengalahkan hasrat untuk melakukan hal-hal yang disukai yaitu melakukan hal-hal menyenangkan bernyanyi, memasak, menulis, atau bepergian mencari pemandangan alam, bisa meningkatkan hormon bahagia dan menghilangkan kecemasan.

Apabila rasa cemas muncul pada waktu yang sudah dekat menjelang persalinan ibu hamil bisa menonton film streaming dan bermain video game yang dapat mengalihkan perhatian sehingga tidak selalu berfokus dan terbayang pada proses persalinan.

Menjelang persalinan ibu hamil membutuhkan pendamping yang bisa menemani dirinya setiap saat selain dari suami. Pendampingan dari orang tua dan tenaga profesional yang memberikan dukungan emosional, fisik, dan pengetahuan kepada Ibu menjelang persalinan hal tersebut dibutuhkan untuk membantu ibu mendapatkan

pengalaman bersalin yang nyaman dan aman. Kehadiran orang terdekat pada saat persalinan sangat penting karena bisa membuat Ibu jadi lebih tenang dan siap dalam menghadapi proses persalinan.

5. KESIMPULAN

Tingkat kecemasan ibu menjelang proses persalinan di praktek mandiri bidan Kabupaten Deli Serdang, dari hasil penelitian yang dilakukan, ada hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan dimana nilai $p=0,001 < 0,05$. antara.

DAFTAR PUSTAKA

- Adwas, A. A., Jebreal, J. M., & Azab, A. E. (2019). *Anxiety: Insights into Signs, Symptoms, Etiology, Pathophysiology, and Treatment*. East African Scholars Journal of Medical Sciences.
- Jannah, N, (2017), *Persalinan Berbasis Kompetensi*. Jakarta : EGC.
- Kemendes RI. (2020). *Pedoman Bagi Ibu Hamil, Bersalin, Nifas, Dan Bayi Baru Lahir*.
- Rika Oktapianti, Dempi Triyanti, (2021), Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kecemasan Ibu Hamil Menjelang Persalinan.
- Rosyidah NN, (2017), Gambaran Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Trimester III dalam Menghadapi Persalinan Dianggu Mojokerto.
- Rozikhan. (2021). *PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN IBU HAMIL PRIMIGRAVIDA DENGAN MULTIGRAVIDA DI ERA PANDEMI COVID-19 DI WILAYAH KABUPATEN KENDAL ROZIKHAN ROZIKHAN, TITIK SAPATINAH*. Midwifery Care Journal, 2(1).
- Suyani, (2020), Hubungan tingkat pendidikan dan status pekerjaan dengan kecemasan pada ibu hamil trimester III.
- WHO. (2020). *Maternal Mental Health*. Geneva: World Health Organization.