

GAMBARAN FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KECEMASAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DALAM MENGHADAPI PERSALINAN DI KLINIK MITRA DELIMA

DESCRIPTION OF FACTORS THAT INFLUENCE ANXIETY IN THIRD TRIMESTER PREGNANT WOMEN IN FACING LABOR AT THE POMEGRANATE PARTNER CLINIC

**Neneng Siti Maryani Nurlatifah^{1*}, Siti Fatimah², Sri Heryani³, Widya Maya
Ningrum⁴**

^{1,2,3,4}Program Studi D-III Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas Galuh, Indonesia

Jalan R.E. Martadinata No. 150 Ciamis 46274, Indonesia

Email corepondent: nenengsitimaryani12@gmail.com^{1*}

ABSTRAK

Kecemasan pada ibu hamil seringkali meningkat di trimester ketiga dan dapat berdampak negatif pada ibu serta janin. Menurut WHO pada tahun 2019, sekitar 30% ibu hamil trimester III mengalami kecemasan saat mendekati persalinan. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pada ibu hamil trimester III di Klinik Mitra Delima pada tahun 2024. Metode penelitian ini bersifat deskriptif dengan pendekatan Accidental Sampling, melibatkan 30 ibu hamil trimester III yang mengalami kecemasan, menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpulan data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia antara 20-35 tahun (83,3%), sedangkan responden yang dianggap berisiko (<20 atau >35 tahun) sebanyak 16,7%. Sebagian besar responden berpendidikan SMA (46,7%), diikuti oleh SMP (40%), dan SD (13,3%). Seluruh responden berprofesi sebagai ibu rumah tangga. Responden dengan paritas multigravida lebih banyak (53,3%) dibandingkan dengan primigravida (46,7%). Semua responden memiliki pendapatan di bawah Rp. 2.089.464. Mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan yang kurang (53,3%). Disarankan agar ibu hamil meningkatkan kunjungan antenatal care untuk mempersiapkan diri secara fisik dan mental dalam menghadapi persalinan.

Kata kunci: Kecemasan; Ibu Hamil; Persalinan

ABSTRACT

Anxiety in pregnant women often increases in the third trimester and can have a negative impact on the mother and fetus. According to the WHO in 2019, around 30% of pregnant women in the third trimester experienced anxiety when approaching delivery. This study aims to identify factors that affect anxiety in pregnant women in the third trimester at Mitra Delima Clinic in 2024. This research method is descriptive with the Accidental Sampling approach, involving 30 pregnant women in the third trimester who experience anxiety, using a questionnaire as a data collection tool. The results showed that the majority of respondents were between 20-35 years old (83.3%), while respondents who were considered at risk (<20 or >35 years) were 16.7%. Most of the respondents have a high school education (46.7%), followed by junior high school (40%), and elementary school (13.3%). All respondents work as housewives. Respondents with multigravida parity were more (53.3%) compared to primigravida (46.7%). All respondents had an income below Rp. 2,089,464. The majority of respondents have a lack of knowledge (53.3%). It is recommended that pregnant women increase antenatal care visits to prepare themselves physically and mentally for childbirth.

Keywords: anxiety; pregnant women; labor

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan salah satu momen penting dalam kehidupan seorang wanita, di mana banyak perasaan bahagia dan harapan tercipta. Namun, di sisi lain, kehamilan juga bisa menjadi masa yang penuh tantangan dan tekanan, baik secara fisik maupun emosional. Kondisi ini seringkali menjadi krisis emosional bagi sebagian wanita dan, jika tidak dikelola dengan baik, dapat menimbulkan komplikasi bagi ibu dan bayi. Bukti menunjukkan bahwa berbagai masalah somatik dan psikologis seperti ketakutan, kecemasan, dan depresi sering kali menyertai kehamilan. (Siregar et al., 2021) Kecemasan adalah kondisi mental yang sering kali ditandai oleh perasaan khawatir, takut, dan gelisah mengenai hal-hal yang belum terjadi atau mungkin terjadi di masa depan, termasuk risiko tinggi untuk ibu hamil. Ibu hamil yang memiliki riwayat keguguran mungkin akan merasa takut bahwa mereka akan kehilangan bayi mereka lagi, dan kondisi ini dapat memperburuk kecemasan mereka. Menurut data WHO 2020, sekitar 8-10% wanita mengalami kecemasan selama kehamilan, meningkat menjadi 12% menjelang persalinan. Di Indonesia, prevalensi kecemasan pada ibu hamil mencapai 43,3%, dengan 48,7% mengalami kecemasan menjelang persalinan. Kecemasan ini dapat berlipat ganda menjadi rasa takut saat persalinan, yang meningkatkan kemungkinan persalinan dengan tindakan medis seperti sectio caesarea. (MARDALENA et al., 2023) Kecemasan yang terus berlanjut hingga proses persalinan dapat menyebabkan

persalinan menjadi lebih lama dan meningkatkan risiko kematian ibu dan janin. (Parina & Afrika, 2023)

Kecemasan pada ibu hamil dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti usia, pendidikan, pekerjaan, paritas, pendapatan, pengetahuan, dukungan dari suami, lingkungan, dan informasi yang diperoleh.. (Putri, 2022)

METODE PENELITIAN

Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Dilaksanakan di Klinik Mitra Delima selama bulan Mei hingga Juni 2024, penelitian ini melibatkan 30 ibu hamil yang berada di trimester III dan mengalami kecemasan. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan metode Accidental Sampling. Data dalam penelitian ini dikumpulkan melalui kuesioner yang diisi langsung oleh responden setelah mendapatkan penjelasan dan memberikan persetujuan tertulis untuk berpartisipasi. Setiap responden diberi waktu 30 menit untuk mengisi kuesioner. Data yang terkumpul kemudian dianalisis untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian di Klinik Mitra Delima mengenai gambaran faktor - faktor yang mempengaruhi kecemasan pada ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan dapat penulis gambarkan sebagai berikut :

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III Dalam Menghadapi Persalinan

No	Faktor-faktor kecemasan	Frekuensi (F)	Presentase (%)
1.	Umur		
	Tidak Beresiko (20-35 tahun)	25	83,3 %
	Beresiko (<20 - >35 tahun)	5	16,7 %
	Total	30	100 %
2.	Pendidikan		
	Tidak sekolah	0	0
	SD	4	13,3 %
	SMP	12	40 %
	SMA/SMK	14	46,7 %
	Pendiidkan Tinggi	0	0
	Total	30	100 %
3.	Pekerjaan		
	Tidak bekerja/IRT Bekerja	30	100%
	Total	30	100 %
4.	Paritas		
	Primigravida	14	46,7 %
	Multigravida	16	53,3 %
	Total	30	100 %
5.	Pendapatan		
	Rp.< 2.089.464	30	100 %
	Rp.> 2.089.464	0	0
	Total	30	100 %
6.	Pengetahuan		
	Baik	5	16,7 %
	Cukup	9	30 %
	Kurang	16	53,3%
	Total	30	100%

Berdasarkan tabel 1 gambaran kecemasan pada ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan berdasarkan faktor umur menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada dalam kategori usia yang tidak beresiko, yaitu 20- 35 tahun. Sebanyak 25 orang (83,3%) dari total responden berada dalam rentang usia ini. Sementara itu, hanya 5 orang (16,7%) responden yang masuk dalam kategori usia beresiko, yaitu di bawah 20 tahun atau di atas 35 tahun.

Hasil yang didapatkan di atas serupa dengan temuan penelitian yang dilakukan oleh Murdayah (2021) dimana pada kelompok usia tidak beresiko terdapat 23 orang (65,7 %), serta pada kelompok usia beresiko terdapat 12 orang (34,3%). Dilihat berdasarkan usia ibu bersalin baik yang berada dalam kategori berisiko dan kategori tidak berisiko tidak memberikan pengaruh yang signifikan teradap faktor kecemasan ibu bersalin.

Pada penelitian Murdayah, menemukan bahwa Kematangan seseorang tidak hanya ditentukan oleh usia. Ada banyak faktor yang mempengaruhi kesiapan seseorang untuk menjadi ibu, termasuk kesiapan emosional, pengetahuan, pengalaman hidup, dan dukungan sosial. Seseorang yang masih muda namun sudah siap secara mental dan emosional, serta memiliki dukungan yang memadai, bisa saja menghadapi persalinan dengan lebih tenang dan tanpa kecemasan yang signifikan. Sebaliknya, seseorang yang lebih tua tetapi kurang siap secara emosional atau menghadapi berbagai tantangan dapat mengalami kecemasan yang lebih tinggi.

Menurut Wiknjastro (2020), usia produktif untuk hamil adalah antara 20-35 tahun. Pada rentang usia ini, kondisi fisik wanita berada dalam keadaan prima, dengan uterus yang sudah cukup matang untuk melindungi janin. Selain itu, wanita pada usia ini umumnya memiliki kesiapan mental yang lebih baik untuk merawat dan menjaga kehamilan secara hati-hati. Oleh karena itu, ibu hamil dalam rentang usia ini biasanya

lebih siap secara psikis untuk merawat diri sendiri dan anak yang dikandungnya.

Berdasarkan tabel 4.1 gambaran kecemasan pada ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan berdasarkan faktor tingkat pendidikan, hasil penelitian menunjukkan distribusi sebagai berikut. Tingkat pendidikan SMA sebagian besar responden yaitu 14 orang (46,7%), responden dengan pendidikan SMP sebanyak 12 orang (40%), dan responden dengan tingkat pendidikan SD lebih rendah yaitu sebanyak 4 orang (13,3%).

Hal ini sesuai dengan teori Suryani (2019), yang menyatakan bahwa pendidikan berfungsi untuk memberikan pengetahuan yang dapat menyebabkan perubahan perilaku positif dan peningkatan kualitas hidup. Pendidikan memberikan informasi dan pengalaman yang memperluas pengetahuan seseorang, termasuk dalam konteks kehamilan dan persalinan. Dengan pendidikan yang lebih tinggi, ibu hamil cenderung memiliki akses lebih baik terhadap informasi yang relevan dan strategi manajemen stres yang efektif, yang dapat mengurangi kecemasan mereka selama kehamilan. Penelitian ini mengungkapkan beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan pada ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan.

Berdasarkan hasil penelitian yang disajikan dalam tabel, setiap faktor memiliki pengaruh yang berbeda-beda terhadap tingkat kecemasan yang dialami oleh para ibu hamil. Berikut adalah pembahasan rinci dari masing-masing faktor:

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden (83,3%) berada

dalam kategori usia tidak berisiko, yaitu 20-35 tahun, sementara 16,7% berada dalam kelompok usia berisiko (<20 atau >35 tahun). Usia merupakan salah satu faktor yang signifikan dalam mempengaruhi tingkat kecemasan ibu hamil. Ibu yang berada dalam usia produktif (20-35 tahun) umumnya memiliki kondisi fisik yang prima dan lebih siap secara mental menghadapi kehamilan dan persalinan. Pada usia ini, organ reproduksi, terutama uterus, berada dalam kondisi optimal untuk mendukung kehamilan dan proses persalinan.

Namun, meskipun sebagian besar responden berada dalam kelompok usia tidak berisiko, kecemasan masih mungkin terjadi. Faktor usia berisiko (<20 atau >35 tahun) cenderung meningkatkan kecemasan karena adanya kekhawatiran terhadap komplikasi yang lebih sering terjadi pada kelompok usia ini. Ibu muda mungkin merasa kurang siap secara mental dan emosional, sedangkan ibu yang lebih tua mungkin khawatir tentang peningkatan risiko medis selama persalinan.

Sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan SMA/SMK (46,7%), diikuti oleh pendidikan SMP (40%), dan hanya 13,3% berpendidikan SD. Pendidikan berperan penting dalam memberikan pengetahuan yang diperlukan ibu hamil untuk memahami proses kehamilan dan persalinan. Ibu yang berpendidikan lebih tinggi cenderung memiliki akses lebih baik terhadap informasi yang relevan, sehingga dapat membantu mengurangi kecemasan.

Namun, hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa pendidikan tidak selalu menjadi penentu tunggal dalam mengurangi kecemasan. Ibu yang berpendidikan lebih rendah (SD atau SMP) mungkin memiliki pengetahuan yang terbatas tentang persalinan, yang dapat meningkatkan kecemasan. Di sisi lain, ibu yang berpendidikan tinggi juga dapat mengalami kecemasan, terutama jika mereka menghadapi informasi yang berlebihan atau kontradiktif yang justru membingungkan.

Seluruh responden dalam penelitian ini adalah ibu rumah tangga (IRT), yang berarti mereka tidak bekerja di luar rumah. Kecemasan pada ibu rumah tangga dapat disebabkan oleh keterbatasan akses terhadap informasi yang akurat dan mendalam tentang kehamilan dan persalinan. Ibu rumah tangga mungkin menghabiskan sebagian besar waktunya di rumah, dengan sedikit kesempatan untuk berdiskusi atau berkonsultasi dengan tenaga kesehatan mengenai kekhawatiran mereka.

Sebaliknya, ibu yang bekerja di luar rumah mungkin memiliki akses yang lebih baik terhadap informasi dan dukungan sosial, yang dapat membantu mengurangi kecemasan. Selain itu, aktivitas kerja bisa menjadi distraksi yang positif, membantu ibu untuk tidak terlalu

fokus pada kekhawatiran mereka terkait persalinan.

Paritas atau jumlah kehamilan sebelumnya juga merupakan faktor penting yang mempengaruhi kecemasan. Penelitian ini menunjukkan bahwa 53,3% responden adalah multigravida (telah melahirkan lebih dari satu kali), sementara 46,7% adalah primigravida (kehamilan pertama). Ibu multigravida mungkin mengalami kecemasan terkait pengalaman buruk pada persalinan sebelumnya, seperti komplikasi atau trauma persalinan. Pengalaman negatif tersebut dapat meningkatkan kekhawatiran bahwa persalinan berikutnya akan menghadapi masalah serupa.

Di sisi lain, ibu primigravida mungkin merasa cemas karena ini adalah pengalaman pertama mereka menghadapi persalinan, sehingga mereka tidak tahu apa yang harus diantisipasi. Ketidakpastian dan ketidaktahuan tentang proses persalinan dapat menimbulkan kecemasan yang signifikan.

Seluruh responden dalam penelitian ini memiliki pendapatan di bawah UMR (Rp. 2.089.464). Pendapatan yang rendah dapat mempengaruhi kecemasan melalui berbagai mekanisme, termasuk akses terbatas ke perawatan kesehatan yang berkualitas, nutrisi yang kurang

memadai, dan ketidakmampuan untuk mengatasi biaya persalinan atau komplikasi yang mungkin terjadi. Ibu hamil dengan pendapatan rendah mungkin merasa cemas tentang kemampuan mereka untuk menyediakan kebutuhan selama dan setelah persalinan, serta untuk bayi mereka.

Keamanan finansial berhubungan erat dengan kestabilan mental. Ketidakmampuan untuk mengakses layanan atau sumber daya yang diperlukan selama kehamilan dapat meningkatkan stres dan kecemasan, terutama menjelang persalinan.

Mayoritas responden memiliki pengetahuan yang kurang (53,3%), sementara 30% memiliki pengetahuan cukup, dan hanya 16,7% memiliki pengetahuan baik. Pengetahuan yang terbatas tentang kehamilan dan persalinan dapat meningkatkan kecemasan karena ibu mungkin tidak sepenuhnya memahami proses yang akan mereka alami. Kurangnya pengetahuan dapat menyebabkan ibu merasa tidak siap secara fisik dan mental, serta meningkatkan ketakutan terhadap hal-hal yang tidak diketahui.

Pengetahuan yang baik tentang persalinan dapat memberikan rasa percaya diri kepada ibu, membantu mereka untuk menghadapi persalinan dengan lebih tenang. Sebaliknya, pengetahuan yang terbatas dapat

membuat ibu lebih rentan terhadap informasi yang salah atau mitos yang justru menambah kecemasan.

Implikasi dan Rekomendasi

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa berbagai faktor seperti usia, pendidikan, pekerjaan, paritas, pendapatan, dan pengetahuan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III. Oleh karena itu, penting bagi tenaga kesehatan, terutama bidan, untuk memberikan perhatian khusus pada kelompok ibu hamil yang berisiko tinggi mengalami kecemasan. Program edukasi yang ditargetkan, konseling yang intensif, dan peningkatan akses terhadap layanan kesehatan yang berkualitas adalah langkah-langkah yang dapat diambil untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil, terutama menjelang persalinan.

Dengan memberikan dukungan yang tepat, diharapkan kecemasan pada ibu hamil dapat diminimalkan, sehingga mereka dapat menjalani proses persalinan dengan lebih tenang dan aman, yang pada akhirnya juga akan berkontribusi pada penurunan risiko komplikasi dan kematian maternal dan neonatal.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap ibu hamil trimester III

mengenai gambaran faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pada ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan di Klinik Mitra Delima pada bulan Mei-Juni 2024, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Berdasarkan faktor umur, ibu hamil trimester III yang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada dalam kategori usia yang tidak beresiko (20- 35 tahun) yaitu sebanyak 25 orang (83,3%)
2. Berdasarkan faktor pendidikan, ibu hamil trimester III yang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan sebagian besar berada dalam kategori tingkat pendidikan SMA yaitu sebanyak 14 orang (46,7%).
3. Berdasarkan faktor pekerjaan, semua ibu hamil trimester III yang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan adalah ibu rumah tangga yaitu sebanyak 30 orang (100%).
4. Berdasarkan faktor paritas, sebagian besar ibu hamil trimester III yang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan berada dalam kategori multigravida yaitu sebanyak 16 orang (53,3%).
5. Berdasarkan pendapatan, ibu hamil trimester III yang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan dapat diketahui bahwa seluruh responden hasil pendapatannya < 2.089.464 sebanyak 30 orang (100%).
6. Berdasarkan pengetahuan, sebagian besar ibu hamil trimester III yang mengalami

kecemasan memiliki pengetahuan dalam kategori kurang kurang sebanyak yaitu 16 orang (53,3%).

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, saran dari peneliti adalah sebagai berikut :

1. Untuk Institusi Pendidikan
Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan dalam meningkatkan kualitas ilmu pengetahuan serta sebagai referensi di perpustakaan, khususnya bagi mahasiswa Program Studi D3 Kebidanan Universitas Galuh. Penelitian ini diharapkan juga dapat memperluas wawasan dan pemahaman mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pada ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan.
2. Untuk Ibu Hamil
Ibu hamil diharapkan mempersiapkan diri baik secara fisik maupun mental dengan meningkatkan pengetahuan mengenai hal-hal penting yang diperlukan menjelang persalinan. Informasi ini dapat diperoleh melalui berbagai sumber, seperti buku, media massa, atau media elektronik. Dengan demikian, kecemasan selama masa kehamilan dapat diminimalkan. Disarankan agar ibu hamil menghindari situasi yang dapat menyebabkan stres atau emosi berlebihan, serta lebih proaktif mengikuti kelas ibu hamil yang diselenggarakan di klinik.
3. Untuk Tenaga Kesehatan, Khususnya Bidan

Bidan dan tenaga kesehatan diharapkan dapat meningkatkan peran mereka dalam memberikan edukasi kesehatan kepada ibu hamil, terutama saat kunjungan antenatal care (ANC). Edukasi ini harus mencakup informasi mengenai kondisi fisik dan mental yang ideal selama kehamilan dan persalinan. Disarankan agar bidan lebih fokus pada aspek psikologis ibu, termasuk dalam mengidentifikasi dan mengatasi kecemasan atau ketakutan yang mungkin dialami ibu menjelang persalinan. Selain itu, penting bagi bidan untuk menunjukkan empati dan memberikan informasi yang jelas serta mendukung, guna mengurangi kecemasan pada ibu hamil.

4. Untuk Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi mahasiswa kebidanan atau peneliti lainnya yang tertarik pada topik serupa. Penelitian lebih lanjut dengan variabel yang berbeda, jumlah responden yang lebih besar, dan dilakukan di tempat yang berbeda sangat dianjurkan untuk memperluas pemahaman mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pada ibu hamil trimester III.

DAFTAR PUSTAKA

- Siregar, N. Y., Kias, C. F., Nurfatimah, N., Noya, F., Longgupa, L. W., Entoh, C., & Ramadhan, K. (2021). Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dalam Menghadapi Persalinan. *Jurnal Bidan Cerdas*, 3(1), 18–24. <https://doi.org/10.33860/jbc.v3i1.131>
- Parina, E., & Afrika, E. (2023). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan ibu hamil primigravida trimester III di wilayah kerja Puskesmas Sungai Pinang Kecamatan Sungai Pinang Kabupaten Ogan Ilir Kebidanan, Fakultas Kebidanan dan Keperawatan, Universitas Kader Bangsa, Palembang. *JURNAL ILMIAH OBSGIN: Jurnal ...*, 500–510. <https://stikes-nhm.e-journal.id/JOB/article/view/1533%0Ah> <https://stikes-nhm.e-journal.id/JOB/article/download/1533/1402>
- MARDALENA, M., PURNAMA EKA SARI, W. I., & KURNIYATI, K. (2023). Pengaruh Endorphin Massage Dan Terapi Muromtal Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester Iii. *Journal Of Midwifery*, 11(1), 188–194. <https://doi.org/10.37676/jm.v11i1.4561>
- Nurhidayah, Hasnah, J. (2022). Jurnal life birth. 3(April). *Life Birth*, 6(3), 148–160.
- Yanti, E. M., Kurnia Utami, D., & Dwi Maulina, A. (2020). Faktor-Faktor Yang Menyebabkan Kecemasan Ibu Hamil Trimester Iii Di Puskesmas Wanasaba. *ProHealth Journal*, 17(1).
- Putri, A. M. (2022). Kecemasan Menghadapi Persalinan Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya Pada Wanita Hamil Selama Pandemi

Gambaran Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III dalam Menghadapi Persalinan di Klinik Mitra Delima

Covid-19. *Jurnal Psikologi*

Malahayati, 4(1), 41–54.

<https://doi.org/10.33024/jpm.v4i1.6>

039