

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan proses normal yang dialami setiap perempuan yang biasanya disertai dengan adanya perubahan fisik, psikologis, serta perubahan sosial. Adanya tekanan biologis yang dirasakan terjadi karena timbulnya berbagai perubahan fisik, seperti perubahan bentuk tubuh sehingga dapat menimbulkan ketakutan yang dirasakan oleh sebagian calon ibu. Sedangkan tekanan sosial yang dialami oleh calon ibu yaitu ketika kehamilan yang dialaminya membuat merasa terbatas untuk melakukan kegiatan sosial, dan tekanan psikologis dapat menimbulkan tekanan psikologis pada ibu (Gultom, 2020).

Beberapa wanita mungkin mengalami kehamilan sebagai sumber, kepuasan, kebahagiaan, dan pemenuhan diri. Namun, yang lain mungkin mengalami perubahan kesehatan mental selama periode, seperti perkembangan kecemasan. Bukti kecemasan masih relatif terbatas jika dibandingkan dengan depresi prenatal. Meskipun indeks kecemasan sering terjadi pada periode perinatal, dan gejalanya dapat berkisar dari ringan hingga berat (Silva et al., 2018).

Kecemasan pada ibu hamil memang biasanya terjadi karena adanya perubahan fisik akibat reaksi dari kehamilan, takut akan kesulitan persalinan, dan mengkhawatirkan keadaan janin dan kandungannya. Ibu hamil yang mengalami perubahan emosi yang berlebihan berisiko mengalami gangguan psikologis kecemasan (Ramie, 2022).

Ibu hamil akan mengalami perubahan psikologis pada dirinya dan akan mulai beradaptasi dengan perubahan peran barunya tersebut melalui beberapa tahap. perubahan psikologis yang terjadi pada sebagian ibu hamil trimester pertama dan trimester ketiga cenderung mengalami kecemasan, sedangkan pada trimester kedua ibu hamil cenderung menunjukkan penerimaannya terhadap kehamilan. kecemasan yang ditunjukkan pada trimester pertama dan ketiga

biasanya memiliki perbedaan. Pada trimester pertama kecemasan yang ditunjukkan ibu hamil merupakan kecemasan terhadap kondisi kehamilannya, lain halnya dengan kecemasan pada trimester ketiga. Pada trimester ketiga kebanyakan ibu hamil merasakan gejala kecemasan yang baru, biasanya kecemasan yang timbul adalah kecemasan dalam menghadapi persalinan dan perasaan tanggung jawab dalam mengasuh bayi yang akan dilahirkannya. (Paramitha, 2018)

Kecemasan merupakan perasaan yang timbul akibat reaksi yang tidak menyenangkan, yang diikuti oleh reaksi psikologis tertentu. Kecemasan pada kehamilan terjadi karena adanya perubahan hormonal dan psikis selama kehamilan yang disebabkan adanya perkembangan janin. Pada masa kehamilan muncul kekhawatiran akan tumbuh kembang janin selama kehamilan, adanya perasaan meragukan kemampuan diri sebagai ibu, kecemasan mengenai finansial, khawatir terhadap proses persalinan dan perubahan pasca kehamilan yang dapat menimbulkan kecemasan pada kehamilan. Faktor biologis, psikologis dan sosial yang berbeda setiap ibu hamil dapat mempengaruhi kondisi kehamilannya (Mabruri et al., 2022).

Dampak yang dapat ditimbulkan dari kecemasan yaitu melemahnya kontraksi persalinan atau melemahnya kekuatan mengedan ibu (*power*), sehingga dapat menghambat kemajuan persalinan dan dapat menyebabkan terjadinya persalinan lama (Zamriati et al., 2019). Bahaya dari partus lama dapat menyebabkan kegawatan janin (*fetal-distress*). Jika kondisi ini dibiarkan maka angka mortalitas dan morbiditas pada ibu bersalin akan semakin meningkat (Sari et al., 2023).

Kecemasan dan ibu hamil pada negara maju sekitar 7-20% dan di negara berkembang sekitar lebih dari 20%. Prevalensi kecemasan selama kehamilan di beberapa negara yaitu diantaranya di Bangladesh sebesar 18% Cina 20,6% dan Pakistan 18% Amerika Tengah Nicaragua 41% wanita hamil memiliki kecemasan dan berjumlah 57% wanita hamil sampai mengalami kecemasan akibat adanya komplikasi pada kehamilan (Puspitasari, 2020).

Angka kejadian kecemasan ibu hamil di Indonesia yang mengalami kecemasan berat mencapai 57,5 %, (Yuliani & Aini, 2020). Di Bali terdapat 40,35% cemas berat, 31,58% cemas sedang, dan 28,07% cemas ringan (Dinkes Prov, 2020)

Mekanisme koping memiliki hubungan dengan kecemasan. Mekanisme koping yang baik atau mekanisme koping adaptif tentu akan mempengaruhi tingkat kecemasan, karena pemecahan masalah lebih positif. Faktor yang menentukan strategi koping atau mekanisme koping yang paling banyak atau sering digunakan sangat tergantung pada sejauh mana tingkat kecemasan yang dialami dan kepribadian seseorang (Prasetyo et al., 2018).

Dalam penelitiannya menyatakan bahwa kecemasan dan stres psikologis yang dialami selama kehamilan dapat memberi efek serius pada kesehatan ibu dan bayi. Perawat perlu menilai perilaku koping, sumber daya dan stresor yang dibutuhkan. Masalah yang timbul dan teridentifikasi pada ibu hamil mulai dari kesulitan menemukan makanan sehat, keuangan sampai kepada penundaan waktu perawatan kesehatan selama hamil. Perlu melibatkan keluarga dan masyarakat dalam mengatasi stres yang sehat sebagai *support* positif dan dukungan sosial melalui berbagai media sosial yang ada (Khoury et al., 2021).

Hasil studi (Silaen et al, 2014) menyebutkan mekanisme koping yang cenderung adaptif yang dapat digunakan ibu hamil dengan kecemasan adalah bercerita dengan suami dan keluarga, menggunakan dukungan sosial, beribadah, mencari informasi dan distraksi seperti dengan cara menonton televisi. Sedangkan mekanisme koping yang cenderung maladaptif yang mungkin digunakan ibu hamil seperti tindakan berlebihan, ketergantungan alkohol dan obat-obatan, mencelakai diri, dan penolakan terhadap kondisi diri sendiri (Ramie, 2022).

Salah satu studi di Indonesia yang dipublikasikan menemukan sebagian besar mekanisme koping pada ibu hamil (76,7%) menggunakan *problem focused coping* yang artinya sebagian besar mengatasi masalah menggunakan strategi kognitif dengan mencari informasi. Strategi koping yang digunakan

tersebut bertujuan menghilangkan stres secara langsung terhadap sumber penyebab stres (Wulandari et al., 2022)

Di Puskesmas Saigon Kecamatan Pontianak Timur jumlah ibu hamil pada tahun 2022 angka kejadian sebesar 453 orang sedangkan kunjungan ibu hamil di Puskesmas Saigon sebanyak 906. Angka kejadian ibu hamil pada tahun 2023 di bulan Januari sampai dengan bulan Mei sebanyak 430 orang. Kunjungan ibu hamil di Puskesmas Saigon sebanyak 374.

Hasil wawancara dan observasi yang dilakukan oleh peneliti di Puskesmas Saigon kepada 10 orang ibu hamil pada tanggal 7 Juni 2023, hasil dari pengisian kuesioner menunjukkan bahwa 7 orang ibu hamil mengalami kecemasan 3 orang ibu hamil mengalami kecemasan berat, 2 orang ibu hamil mengalami kecemasan sedang dan 2 orang mengalami kecemasan ringan. Selain itu 3 diantaranya mengatakan khawatir terhadap proses persalinan dan perubahan terhadap tumbuh kembang janin selama masa kehamilan. Selain itu adanya perasaan ragu dan cemas dalam diri ibu terhadap dirinya karena takut tidak bisa memberikan yang terbaik untuk anaknya.

Berdasarkan data yang telah dipaparkan, penelitian tertarik untuk meneliti dengan judul: Hubungan Mekanisme Koping Dengan Kecemasan Pada Ibu Hamil Di Wilayah UPT Puskesmas Saigon Pontianak Timur

B. Rumusan Masalah

Salah satu masalah yang terjadi pada ibu hamil yaitu kecemasan. Kecemasan ini akan menyebabkan komplikasi serius yang akan berpengaruh pada kondisi fisik. Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Bagaimana Hubungan Mekanisme Koping Dengan Kecemasan Pada Ibu Hamil Di Wilayah UPT Puskesmas Saigon Pontianak Timur?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum adalah untuk mengetahui hubungan mekanisme koping dengan kecemasan pada ibu hamil di wilayah UPT Puskesmas Saigon Pontianak Timur

2. Tujuan khusus

- a. Mendeskripsikan karakteristik pada ibu hamil di wilayah UPT Puskesmas Saigon Pontianak Timur
- b. Mendeskripsikan mekanisme koping pada ibu hamil di wilayah UPT Puskesmas Saigon Pontianak Timur.
- c. Mendeskripsikan kecemasan pada ibu hamil di wilayah UPT Puskesmas Saigon Pontianak Timur.
- d. Mengidentifikasi hubungan antara mekanisme koping dengan kecemasan pada ibu hamil di wilayah UPT Puskesmas Saigon Pontianak Timur.

D. Manfaat Penelitian

a. Institusi Pendidikan

Untuk menambah literatur tentang gambaran kecemasan dan mekanisme koping pada ibu hamil serta memberikan bekal kompetensi sehingga mahasiswa mampu menerapkan ilmu yang telah didapat kepada masyarakat.

b. Peneliti Berikutnya

Dapat menggunakan sebagai rujukan atau sumber ide bagi penelitian berikutnya yang akan melakukan penelitian dengan memberikan variabel dan metode yang lebih kompleks lagi yang terkait dengan psikologi ibu hamil.

c. Intansi Terkait

Penelitian ini dapat menjadikan sumber informasi dan masukan dalam perbaikan program terkait strategi pengurangan kasus kecemasan pada ibu hamil unuk meningkatkan pelayanan.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Penulis dan tahun	Judul	Tujuan penelitian	Metode penelitian	Hasil penelitian	Perbedaan penelitian
1.	wulandari, 2022	Gambaran Stres Dan Strategi Koping Ibu Hamil Selama Pandemi <i>Coronavirus Disease 2019</i> Di Wilayah Puskesmas Denpasar Barat	bertujuan untuk mengetahui gambaran stres dan strategi koping yang dilakukan ibu hamil dalam menjalani proses kehamilan di masa pandemi <i>coronavirus disease 2019</i> di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat	Metode deskriptif kuantitatif dengan rancangan penelitian cross sectional dan analisa data penelitian menggunakan uji analisis univariat. Sampel berjumlah 43 ibu hamil dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner <i>Affective Intensity Measure</i> dan <i>Cope Scale</i> .	Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat stres ibu hamil dalam menjalani proses kehamilan berada pada kategori ringan sebesar 60,5%, kategori sedang 39,5% dan tidak terdapat ibu hamil yang memiliki stres berat. Hasil analisis strategi koping ibu hamil berada dalam kategori <i>Problem Focused Coping</i> sebesar 76,7% dan kategori <i>Emotion Focused Coping</i> sebesar 23,3%	Variable beda, metode, responden, lokasi, tempat, teknik pengumpulan data
2.	Hasim, 2018	Gambaran Kecemasan Ibu Hamil (prevalensi Jawa Tengah)	Penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan ibu primigravida dalam menjalani masa kehamilan.	Penelitian ini menggunakan analisis deskriptif dengan pendekatan <i>cross sectional</i> .	Responden dengan cemas ringan sebanyak 85%, cemas sedang sebanyak 14%, dan cemas berat sebanyak 1% mengalami kecemasan berat.	Pengumpulan data penelitian menggunakan kuesioner dan dianalisis menggunakan teknik central tendency.

3.	Kinser, 2021	Depresi, Kecemasan, Ketahanan, dan Mengatasi: Pengalaman Ibu Hamil dan Baru Selama Beberapa Bulan Pertama Pandemi COVID-19	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi pengalaman ibu hamil dan nifas di Amerika Serikat pada fase awal pandemi COVID-19. Studi	Studi observasi <i>online cross-sectional</i> ini mengumpulkan data survei kuantitatif dan kualitatif psikososial pada wanita dewasa hamil dan nifas (hingga 6 bulan pascapersalinan) pada bulan April–Juni 2020.	Rata-rata, wanita berusia *33 tahun (M = 32,6, SD = 4,52) dan mayoritas menganggap dirinya berkulit putih (83%), bermitra atau menikah (94%), dengan pendapatan rumah tangga antara \$30.000–50.000 (45 %), dan memiliki setidaknya pendidikan perguruan tinggi atau lebih tinggi (82%).	Variable beda, metode, tempat, waktu, teknik pengumpulan data, responden.
4.	Rofiqoch, 2021	Strategi Coping Stress pada Ibu Hamil di Masa Pandemi Covid 19.	Untuk mengidentifikasi <i>Strategi Coping Stres</i> Pada Ibu Hamil Di Masa Pandemi Covid 19 Di Wilayah Puskesmas Purwokerto Selatan Kabupaten Banyumas.	Penelitian ini dilakukan dengan wawancara mendalam (<i>indepth interview</i>).	Strategi coping stress yang dilakukan oleh ibu hamil dilakukan dengan metode <i>Problem Facus Coping</i> merupakan cara mengatasi stress dengan mengelola masalah yang ada.	Variable beda, responden beda, teknik pengumpulan data, metode, lokasi.
5.	Barbosa, 2021	Stresor, koping, dan sumber daya yang dibutuhkan selama pandemi COVID-19 pada	Untuk mengetahui Stresor, koping, dan sumber daya yang dibutuhkan selama pandemi COVID-19 pada wanita perinatal.	Kuantitatif mengenai stresor dan cara mengatasi, bersama dengan tanggapan kualitatif terhadap pertanyaan	Lima puluh lima persen peserta (54% hamil dan 57% pascapersalinan) terhubung dengan orang lain untuk mengatasi jarak sosial, isolasi, dan stres selama	Variable beda, responden beda, teknik pengumpulan data, metode, lokasi.

		sampel wanita perinatal		terbuka mengenai stres dan sumber daya.	pandemi dan 59% (62% hamil dan 49% pascapersalinan) meluangkan waktu untuk bersantai.	
--	--	-------------------------	--	---	---	--

