

HUBUNGAN KEIKUTSERTAAN KELAS IBU HAMIL DENGAN TINGKAT KECEMASAN IBU HAMIL MENGHADAPI PERSALINAN DI DESA MARGALUYU KECAMATAN CAMPAKA

Melati Yuliandari¹, Fauzya Wikawati², Yeti Hernawati³

^{1,2,3}Prodi Sarjanan Kebidanan, STIKes Dharma Husada

melatiyuliandari@stikesdhh.ac.id

Abstract

Health services for pregnant women including antenatal class health counseling are one of the activities that can be used to reduce anxiety in facing childbirth and provide motivation and education to pregnant women so that mothers have knowledge and insight about pregnancy and childbirth. The purpose of this study was to determine the relationship between class participation of pregnant women and the level of anxiety of pregnant women facing childbirth in the village of Margaluyu, Campaka District. The type of research was analytic observational with a cross-sectional design involving 55 respondents by accident, where the sample was determined by taking respondents who happened to be there and available, the type of primary data was carried out in Margaluyu Village, Campaka District using the Chi-Square Test. The results of the study showed it was found that 40 people (72.7%) attended classes for pregnant women and 15 people (27.3%) did not take classes for pregnant women, and 10 pregnant women with mild anxiety (18.2%), pregnant women with moderate anxiety were 4 people (7.3%) and pregnant women who did not feel anxious were 41 people (74.5%) and the results of the Chi-Square analysis were obtained, namely $p = 0.001$ ($p = <0.05$). The conclusion in this study is that there is a relationship between class participation for pregnant women and the level of anxiety of pregnant women facing childbirth in Margaluyu Village, Campaka District.

Keywords: health counseling; pregnant women class; worry

PENDAHULUAN

Program pembangunan kesehatan di Indonesia dewasa ini masih diprioritaskan pada upaya peningkatan derajat kesehatan Ibu dan anak, terutama pada kelompok yang paling rentan kesehatan yaitu ibu hamil, bersalin dan bayi pada masa perinatal. Hal ini ditandai dengan tingginya Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB).¹ Kesehatan ibu hamil masih menjadi masalah serius yang perlu diperhatikan, terlihat dari meningkatnya jumlah kematian ibu di Indonesia dalam tiga tahun terakhir, dari 4.221 kematian pada tahun 2019 menjadi 4.627 kematian pada tahun 2020 dan 7.389 kematian pada tahun 2021.¹

Angka kematian ibu yang tinggi adalah salah satu penyebab umum kekhawatiran selama kehamilan dan penyebab lain seperti kesejahteraan janin, penyakit ibu, dukungan

sosial dan keuangan.² Jika kekhawatiran ini berlangsung lama, dapat menyebabkan gangguan fungsional diberbagai bidang kehidupan ibu, termasuk kecemasan bahkan depresi. Kecemasan didefinisikan sebagai perasaan khawatir dan takut pada diri seseorang yang belum jelas penyebabnya, serta menimbulkan efek negatif terhadap psikologis dan fisik seseorang.³ Hasil penelitian Cai, C., Busch, S., Wang, R., Sivak, A., & Davenport, M. H menunjukkan bahwa 82,76%. ibu yang mengalami kecemasan selama kehamilan akan mengalami depresi postpartum.⁴

Prevalensi kecemasan pada ibu hamil di Indonesia berkisar antara 10 sampai 25% dan 43,8% sampai 59% ibu hamil primigravida memiliki tingkat kecemasan sedang, bahkan

21,1% sampai 65,9% ibu hamil mengalami kecemasan berat. Demikian juga ibu hamil trimester III cenderung mengalami kecemasan sedang sekitar 46,7% sampai 55%.⁶ Hasil penelitian Dinkes Propinsi Jawa Barat tahun 2009 menunjukkan 27% dari 2.928 responden ibu hamil menunjukkan tanda gangguan psikiatri berupa kecemasan menjelang persalinan.⁷

Pelayanan kesehatan ibu hamil termasuk kelas antenatal dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan atau kekhawatiran dalam menghadapi persalinan dan memperlancar proses persalinan yaitu dengan memberikan motivasi dan edukasi kepada ibu hamil. Selain itu menurut penelitian terdahulu bahwa kecemasan dan nyeri dapat diminimalisir dengan meningkatkan kemampuan ibu untuk rileks selama masa kehamilan dan persalinan serta persiapan fisik dan psikis karena adanya hormon endorfin yang meningkat.⁸

Berdasarkan Open Data Jabar tahun 2019 terdapat 45 Puskesmas di Kabupaten Cianjur yang melaksanakan kelas ibu hamil. Berdasarkan data Dinas Kabupaten Cianjur, terdapat 47 Puskesmas, namun terdapat 2 puskesmas yang tidak melaksanakan kelas ibu hamil.⁹ Dalam pelaksanaan kelas ibu hamil ini keduanya belajar tentang kesehatan ibu hamil secara langsung (tatap muka) dengan bidan dalam kelompok yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang kehamilan, persalinan, perawatan nifas, dan perawatan bayi baru lahir. Kelas Ibu Hamil ini merupakan sarana untuk belajar bersama tentang kesehatan bagi ibu hamil, dalam bentuk tatap muka dalam kelompok dengan harapan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu mengenai kehamilan, perawatan kehamilan, persalinan, perawatan

nifas, perawatan bayi baru lahir, mitos, penyakit menular dan akte kelahiran. Dengan adanya kelas ibu hamil akan membawa pengaruh pada ibu hamil dalam proses persiapan persalinan. Karena dengan mengikuti kelas hamil dapat menambah pengetahuan, ketrampilan dan motivasi terkait dengan kesadaran untuk meningkatkan derajat kesehatan ibu dan bayi.

Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti terhadap 10 orang ibu hamil, sebagian besar ibu hamil mengatakan adanya rasa takut dan merasa cemas dengan persalinannya nanti. Ibu mengatakan bahwa ia takut dirinya maupun anaknya tidak selamat atau adanya kecacatan. Hal tersebut terjadi karena kurangnya pengetahuan ibu tentang kehamilan dan persalinan baik itu secara fisiologis maupun patologis.

Berdasarkan pemaparan diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian berjudul “Keikutsertaan Kelas Ibu Hamil Dengan Tingkat Kecemasan Ibu hamil dalam menghadapi persalinan di Desa Margaluyu Kecamatan Campaka tahun 2023”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian analitik kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Dilakukan pada bulan Juni – Juli 2023 di Desa Margaluyu Kabupaten Cianjur.²¹ Populasi penelitian adalah semua ibu hamil. Teknik pengambilan sampel secara *accidental sampling* sebanyak 55 orang ibu hamil. Instrumen pada penelitian ini adalah menggunakan kuisisioner, buku KIA, Lembar *check list* dan lembar balik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Keikutsertaan Kelas Ibu Hamil di Desa Margaluyu.

Keikutsertaan Kelas Ibu Hamil	F	%
Ikut	40	72.7
Tidak ikut	15	27.3
Jumlah	55	100

Berdasarkan tabel 1 Ibu hamil yang mengikuti kelas ibu hamil lebih banyak (72,7%) dibanding ibu hamil yang tidak mengikuti kelas ibu hamil (27,3%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Menghadapi Persalinan pada Ibu Hamil di Desa Margaluyu.

Tingkat Kecemasan	F	%
Tidak Cemas	41	74.5
Cemas Ringan	10	18.2
Cemas Sedang	4	7.3
Cemas Berat	0	0
Jumlah	55	100

Berdasarkan tabel 2 distribusi frekuensi tingkat kecemasan menghadapi persalinan pada Ibu hamil di Desa Margaluyu didapatkan bahwa dari 55 responden penelitian sebagian besar responden tidak merasa cemas yaitu sebanyak 41 orang (74,5%) dan tidak ada ibu yang mengalami cemas berat (0%)

Tabel 3 hubungan keikutsertaan kelas ibu hamil terhadap kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil di Desa Margaluyu

No	Keikutsertaan	Tingkat Kecemasan								Jumlah	Nilai P value	
		Tidak Cemas		Cemas Ringan		Cemas Sedang		Cemas Berat				
		f	%	f	%	f	%	f	%			
1	Ikut	35	87.5	4	10	1	2.5	0	0	40	100	0.001
2	Tidak Ikut	6	40	6	40	3	20	0	0	15	100	
Total		41	74.5	10	18.2	4	7.3	0	0	55	100	

Berdasarkan tabel 3 hubungan keikutsertaan kelas ibu hamil terhadap kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil di Desa Margaluyu Tahun 2023 didapatkan nilai p value= 0,001 < (0,05), maka dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan kegiatan edukasi kelas ibu hamil terhadap kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil di Desa Margaluyu.

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara keikutsertaan kelas ibu hamil dengan tingkat kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan. Dapat terlihat bahwa masih ada ibu hamil yang memiliki kecemasan

dalam menghadapi persalinan terutama ibu hamil yang belum pernah mengikuti kelas ibu hamil.

Hal ini berarti bahwa ibu hamil yang tidak mengikuti kelas ibu hamil memiliki kecemasan 13,296 kali lebih besar dibandingkan dengan ibu yang mengikuti kelas ibu hamil. Terjadinya kecemasan pada ibu hamil dapat dipengaruhi oleh pengetahuan yang dimiliki ibu hamil tersebut, semakin banyak ibu mengetahui bagaimana kehamilan, apa saja masalah/komplikasi yang mungkin terjadi dan bagaimana proses persalinan maka ibu hamil tersebut akan berkurang tingkat kecemasannya.

Berbanding terbalik dengan ibu hamil yang tidak mengetahui bagaimana kehamilan, apa saja masalah/komplikasi yang mungkin terjadi dan bagaimana proses persalinan maka ibu hamil tersebut dapat memiliki tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan. Selain pengetahuan yang dimiliki ibu hamil, kondisi stresor yang dihadapi ibu hamil tersebut dapat mempengaruhi kecemasan dalam menghadapi persalinan.

Untuk mengurangi kecemasan yang terjadi, ibu hamil dapat mengikuti kelas ibu hamil yang didalamnya terdapat kegiatan penyuluhan, sharing pengalaman dengan setiap peserta ibu hamil juga kegiatan aktivitas fisik seperti senam hamil/yoga. Dengan mengikuti kelas ibu hamil terutama mengikuti kegiatan penyuluhan kesehatan, ibu hamil dapat meningkatkan pengetahuan, merubah sikap dan perilaku ibu agar memahami tentang kehamilan, perubahan tubuh dan keluhan selama kehamilan, perawatan kehamilan, persalinan, perawatan nifas, KB pasca persalinan, perawatan bayi baru lahir, mitos/kepercayaan/adat istiadat setempat, penyakit menular dan akte kelahiran.

Hasil penelitian ini menginformasikan bahwa dengan dilakukannya intervensi kelas ibu hamil dapat menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil. Hal ini selaras dengan teori dari Kemenkes RI yaitu bahwa kelas ibu hamil dapat memberikan dampak yang positif pada masa persiapan persalinan, dengan adanya kelas ibu hamil dan ibu mengikuti dengan sungguh-sungguh, maka ibu dapat memperkaya pengetahuan dan keterampilan, juga motivasi dalam meningkatkan kesehatan kehamilan dan

mempersiapkan persalinan. Ibu juga dapat belajar dari pengalaman positif saat mengikuti kegiatan kelas ibu hamil. Hal ini dapat menciptakan kesiapan persalinan yang optimal, dan psikis ibu yang lebih rileks dan tenang karena ibu sudah lebih memiliki kesiapan mental.²⁵

Pendidikan kesehatan pada masa antenatal bertujuan untuk membantu calon orang tua mempersiapkan kelahiran dan psikis para orang tua. Pemberian pendidikan kesehatan dilakukan sebagai bentuk dukungan untuk membantu orang tua dalam memahami kebutuhan emosional, sosial, psikologis, juga kebutuhan fisik selama kehamilan dan persalinan. Selain itu, pada pelaksanaan kelas ibu hamil terdapat senam hamil pada akhir sesi. Senam hamil dapat menjadi salah satu media ibu untuk berelaksasi.²⁶

Pelaksanaan program kelas ibu hamil bermanfaat untuk fisik ibu maupun psikologis ibu dan suami. Manfaat dari segi psikologis, kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan, wawasan, kepercayaan diri ibu. Sedangkan dari segi fisik, latihan senam hamil yang ada dalam rangkaian kegiatan kelas ibu dapat meningkatkan kebugaran ibu.²⁶

Upaya penurunan kecemasan ibu hamil juga dipengaruhi oleh peran tenaga kesehatan. Ibu hamil primigravida perlu beradaptasi dengan keberadaan janin, dirinya sendiri, bahkan lingkungannya.

Kemampuan ibu dalam beradaptasi dapat dibantu oleh tenaga kesehatan yang profesional, terutama proses adaptasinya dengan kecemasan yang ibu alami. Pemberian pelayanan antenatal secara komprehensif merupakan bentuk

dukungan dari tenaga kesehatan, khususnya bidan selaku tenaga kesehatan yang berperan sebagai ujung tombak kesehatan di lingkungan masyarakat. Hal ini bisa didapatkan oleh ibu dengan mengikuti kegiatan kelas ibu hamil sesuai program pemerintah, agar kecemasan yang dirasakan ibu dapat diminimalisir.

Kelas ibu hamil juga sebagai media yang tepat karena ibu dapat melibatkan suami atau keluarga terdekat sebagai pendamping, agar sama-sama mengetahui hal-hal penting selama kehamilan, persalinan, nifas, dan merawat BBL. Pembelajaran yang didapatkan selama kelas ibu hamil juga dapat dipelajari kembali dengan menggunakan alat bantu berupa buku KIA, karena materi yang diberikan dalam kelas ibu hamil tidak jauh berbeda dengan apa yang dimuat dalam buku KIA.²⁷

Hasil penelitian serupa dengan yang dilakukan oleh Naharani, A. R., Siswati, & Fatkhiyah, N yang berlokasi di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi di mana penelitian tersebut menyatakan bahwa terdapat korelasi signifikan antara kecemasan primigravida dengan keikutsertaan kelas ibu hamil.²³ Penelitian lain juga menunjukkan hal serupa yang dilakukan oleh Kristianingsih, A., & Suryanti, E, yaitu ada hubungan antara keikutsertaan kelas ibu hamil dengan kecemasan ibu hamil TM III.²⁴

Selain itu, penelitian yang pernah dilakukan di Kabupaten Rembang yang dilakukan oleh Wijayanti, I. T., & Maula, S. I. juga menyatakan hasil sejalan, di mana hasilnya menunjukkan bahwa 24,2% responden yang mengikuti kelas ibu hamil hanya mengalami cemas ringan, sedangkan yang tidak ikut serta pada kegiatan kelas ibu hamil mengalami cemas

sedang sejumlah 45,5%, artinya ada pengaruh dari kelas ibu hamil terhadap tingkat kecemasan ibu saat akan menghadapi hari kelahiran.²⁵

Hasil dari penelitian ini juga selaras dengan penelitian Simbolon, G. A. H., Siburian, U. D., & Ritonga, P. T, di mana hasilnya menyatakan bahwa semakin baik keikutsertaan kelas ibu hamil, maka tingkat kecemasan yang dialami ibu hamil akan semakin rendah. Keikutsertaan ibu hamil dalam kelas dapat menurunkan kecemasan ibu.²⁶

Beberapa hasil penelitian terdahulu selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti, didapatkan hasil bahwa kegiatan kelas ibu hamil dapat berpengaruh terhadap kecemasan yang dialami ibu hamil dalam menghadapi persalinan dimana dengan kegiatan kelas ibu hamil ini dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai kehamilan, komplikasi kehamilan dan persalinan, proses persalinan, dengan bertambahnya pengetahuan ibu dapat mengurangi kecemasan yang dialami ibu hamil tersebut.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti berpendapat bahwa kegiatan edukasi kelas ibu hamil berdampak positif dan sangat bermanfaat bagi ibu hamil untuk mengurangi tingkat kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan. Namun pada hasil penelitian ini masih didapatkan data ibu hamil yang mengalami kecemasan. Hal tersebut umum dirasakan oleh ibu hamil menjelang persalinannya, karena faktor daya tahan seseorang terhadap *stressor* masing-masingnya berbeda. *Stressor* atau faktor pemicu yang dapat menyebabkan kecemasan pada ibu hamil juga sangat variatif. Meskipun demikian kelas ibu

hamil sangat bermanfaat bagi ibu hamil. Untuk itu penting untuk dilakukan kelas ibu hamil, salah satunya sebagai solusi untuk meminimalisir kecemasan ibu terutama ibu hamil dalam menghadapi persalinan.

SIMPULAN

Keikutsertaan kelas ibu hamil terhadap kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil di Desa Margaluyu didapatkan nilai p value= 0,001.

REFERENSI

Kemenkes RI 2021. Profik Kesehatan Indonesia 2021. 2021

Araji, S., Griffin, A., Dixon, L., Spencer, S.-K., Peavie, C., & Wallace, K. An overview of maternal anxiety during pregnancy and the post-partum period. *Journal of Mental Health & Clinical Psychology*. 2020; 4(4).

Yuliani, D. R., Widyawati, M. N., Rahayu, D. L., Widiastuti, A., & Rusmini. Terapi murottal sebagai upaya menurunkan kecemasan dan tekanan darah pada ibu hamil dengan preeklampsia: Literature review dilengkapi studi kasus. *Jurnal Kebidanan*. 2018; 8(2).

Cai, C., Busch, S., Wang, R., Sivak, A., & Davenport, M. H. Physical activity before and during pregnancy and maternal mental health: A systematic review and meta-analysis of observational studies. *Journal of Affective Disorders*. 2022; 3(9): 393–403.

Syafrie, I. R. Gambaran pengetahuan dan kecemasan ibu hamil trimester III dalam

menghadapi persalinan di wilayah kerja Puskesmas Muara Aman Kecamatan Lebong Utara, Kabupaten Lebong tahun 2016. *Journal Of Midwifery*. 2017; 5(1).

Wardani, H. W., Agustina, R., & D, E. A. F. Tingkat kecemasan dengan kualitas tidur ibu hamil primigravida trimester III. *Dunia Keperawatan*. 2018; 6(1): 1-10.

Bakara, D.M., dan Kurniyati. The effect of deep breathing relaxation in decreasing the pregnancy women anxiety of primigravida third trimester in facing the childbirth process work area health center of Talang Rimbo Lama Rejang Lebong Bengkulu. *Jurnal Kesehatan Almuslim*. 2018; 3 (6).

Muyasaroh, H. Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap dalam menghadapi Pandemi Covid 19. In LP2M (Lembaga penelitian dan pengabdian masyarakat. 2020.

Wahyudi, bahri, & handayani. Adolescent Development (Perkembangan Remaja) (Vol. 12). Malang: Sari Pediatri. 2019.

Siallagan, D., & Lestari, D. Tingkat Kecemasan menghadapi Persalinan Berdasarkan Status Kesehatan, Graviditas dan Usia di Wilayah Kerja Puskesmas Jombang. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 104-110. 2018.

Alder J, Fink N, Bitzer J, Hösli I, Holzgreve W. Depression and anxiety during pregnancy: A risk factor for obstetric, fetal and neonatal outcome? A critical review of the literature. *J Matern Neonatal Med*. 2017; 20(3): 189–209.

Dewi Citra, dkk.. Kecemasan ibu hamil dimasa pandemic covid-19 di RSUD Ibnu Sutowo Baturaja. *Jurnal Smart Keperawatan*. 2021; 2(3): 64-69.