

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### A. Latar belakang

Kehamilan atau *Pregnancy* Menurut World Health Organization (WHO), adalah proses yang berlangsung sembilan bulan atau lebih di mana seorang perempuan membawa embrio dan janin yang sedang berkembang di dalam rahimnya. Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) kehamilan adalah proses bertemunya sel telur yang sudah matang dengan sperma, hingga pada akhirnya membentuk sel baru yang akan tumbuh.

Sesuai dengan Ayat Al-Quran surat Al-Mu'minin ayat 12 – 14 menjelaskan mengenai proses awal mula terjadinya kehamilan, Berikut ayat Al-Qurannya:

وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ سُلَالَةٍ مِّن طِينٍ ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نُطْفَةً فِي قَرَارٍ مَّكِينٍ ثُمَّ

خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظَامًا فَكَسَوْنَا الْعِظَامَ لَحْمًا

ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ

Artinya:

*“Dan sungguh, kami telah menciptakan manusia dari saripati (berasal) dari tanah. Kemudian kami menjadikannya air mani (yang disimpan) dalam*

*tempat yang kokoh (rahim). Kemudian, air mani itu Kami jadikan sesuatu yang melekat, lalu sesuatu yang melekat itu Kami jadikan segumpal daging, dan segumpal daging itu Kami jadikan tulang belulang, lalu tulang belulang itu Kami bungkus dengan daging. Kemudian, Kami menjadikannya makhluk yang (berbentuk) lain. Mahasuci Allah, Pencipta yang paling baik.”*

Sesuai dengan Q.S. An-Nahl ayat 78 menjelaskan mengenai kuasa yang dilakukan Allah SWT dapat mengeluarkan manusia dari perut ibu, berikut ayat tersebut:



وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ  
وَالْأَبْصَرَ وَالْأَفْءِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ

Artinya:

*“Dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam keadaan tidak mengetahui sesuatupun, dan Dia memberi kamu pendengaran, penglihatan dan hati, agar kamu bersyukur.”*

Jumlah ibu hamil menurut data di Indonesia adalah 5.221.784 ibu hamil pada 2022 terhitung dari bulan Januari sampai Desember 2021 (Kemenkes RI. 2021). Jumlah ibu hamil Di Jawa barat pada tahun 2020 ada sekitar 955.411 ibu hamil. Diambil dari data dari Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya bulan Januari sampai Oktober, jumlah ibu hamil sebanyak 13.125 ibu hamil. Saat ibu mulai hamil, janin dalam kandungan tumbuh

selama kurang lebih 40 minggu dan terbagi menjadi tiga trimester, yaitu sebagai berikut: Trimester satu 1-13 minggu, Trimester dua 14-27 minggu, dan Trimester tiga 28-41 minggu. Biasanya, setiap trimester berlangsung antara 12 dan 14 minggu, atau tiga bulan. Trimester III merupakan trimester akhir kehamilan pada periode ini pertumbuhan janin dalam rentang waktu 29-40 minggu dimana periode ini adalah waktu untuk mempersiapkan persalinan (Wiknjastro, 2009).

Selama kehamilan, ibu hamil akan mengalami beberapa perubahan fisik dan psikis yang dapat menimbulkan rasa tidak nyaman, apalagi pada trimester kedua dan ketiga, seperti gingivitis dan epulsi, sesak napas, susah tidur, sering buang air kecil, nyeri punggung, varises, kram kaki, tekanan dan rasa tidak nyaman pada bagian perut. perineum, kelelahan, sulit buang air besar edema pergelangan kaki, perubahan suasana hati dan peningkatan kecemasan (Vidayanti & Pratiwi, 2019).

Kecemasan merupakan gambaran gangguan psikologis yang memiliki karakteristik berupa rasa takut, merasa prihatin terhadap masa depan, merasa khawatir berkepanjangan, dan merasa gugup. Cemas memang dapat diselesaikan oleh semua orang. Namun Kecemasan dapat disebut gangguan psikologis dimana saat rasa cemas tersebut dapat menghambat seseorang untuk menjalani kehidupan sehari-hari. Kecemasan yang sering terjadi dapat diklasifikasikan menjadi beberapa tipe yaitu: Gangguan Kecemasan Umum /Generalized Anxiety Disorder (GAD), Panik yang Tidak Normal/Panic Disorder, Phobia, Gangguan Kecemasan dalam

Bersosialisasi/Social Anxiety Disorder, Gangguan Perilaku Obsesif /Obsessive Compulsive Disorder (OCD), Gangguan Post-traumatic/Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD), dan Gangguan Kecemasan dalam Perpisahan /Separation Anxiety Disorder. Kecemasan yang sering terjadi dapat dibedakan menjadi empat tingkatan yaitu kecemasan ringan, sedang, berat, dan panic. Dalam peluncuran buku Anti Panik Menjalani Kehamilan yang dilakukan oleh Tiara Puspita di Jakarta, terdapat bahasan menurut psikolog klinis dewasa dari Tiga Generasi. "Sebetulnya, kecemasan itu wajar dialami oleh ibu yang hamil, apalagi yang baru pertama kali".

Di Puskesmas Mangkubumi Sering terjadi konsultasi dimana ibu Hamil Trimester 3 sering mengeluh susah tidur dan sering menangis jika akan menghadapi persalinan. Hal yang paling utama mereka pikirkan adalah keselamatan dirinya dan juga Kesehatan bayi, kesempurnaan bayi, serta ketakutan menghadapi nyeri persalinan. Sehingga tidak sedikit ibu hamil lebih memilih bahwa pergi ke dukun beranak dapat mempertenang diri sehingga tidak akan cemas saat menjelang melahirkan. Namun karena hal tersebut banyak kejadian yang tidak diinginkan yang terjadi saat melakukan persalinan di dukun beranak. Salah satunya ada ibu hamil yang bahkan rahimnya tertarik kebawah saat dukun beranak mencoba mengeluarkan bayi secara paksa dikarenakan bayi sungsang. Sehingga berakibat fatal bagi ibu yang sedang melahirkan dan harus diangkat rahimnya.

Hampir keseluruhan ibu hamil trimester III mengalami kecemasan namun terdapat perdaan dari tingkat kecemasannya. Kecemasan pada ibu

hamil mempengaruhi janin di dalamnya. Banyak penelitian menunjukkan bahwa pikiran negatif dapat berdampak negative juga pada ibu hamil dan janin. Menurut Stanley dan Oberta, ibu hamil yang cemas bahkan stres seringkali cenderung melahirkan secara prematur. Ini karena stres dan kecemasan memicu produksi Corticotroplin Releasing Hormone (CRH). Hormon ini juga berperan sebagai “tanda” datangnya persalinan. Janin dalam kandungan dapat merespon apa yang ibu rasakan, seperti detak jantung ibu. Semakin cepat detak jantung ibu, semakin cepat pula gerakan janin di dalam kandungan. Ibu hamil yang mengalami kecemasan atau stres yang mengalami peningkatan detak jantung beresiko untuk melahirkan bayi prematur atau lebih kecil dari bayi normal, bahkan keguguran.

Dennis, et. al., (2017), melakukan penelitian yang meninjau 23.468 abstrak, termasuk 783 artikel, dan 102 penelitian yang melibatkan 221.974 wanita dari 34 negara. Hasil penelitian menunjukkan prevalensi gejala kecemasan pada ibu hamil yaitu pada trimester pertama sebesar 18.2%, pada trimester kedua 19,1% dan pada trimester ketiga 24,6%. Namun literatur yang membahas dampak ibu hamil mengalami kecemasan di Indonesia secara keseluruhan masih terbatas. Kecemasan yang lebih besar pada trimester ketiga kehamilan dapat dikaitkan dengan kedekatan persalinan, yang dianggap oleh sebagian ibu hamil sebagai momen rentan dan dapat memicu perasaan takut (Silva, et. al., 2017). Pada penelitian yang dilakukan oleh Pane (2021) Kepada 33 responden ibu hamil Trimester 3 didapatkan mayoritas ibu hamil trimester 3 Mengalami kecemasan ringan hingga

sedang sebanyak 20 dari 33 responden (60,6%), kecemasan berat sebanyak 11 dari 33 responden (33,3%) (Pane, 2021)

Ibu hamil yang mengalami kecemasan saat hamil dapat berdampak negatif tidak hanya pada ibu hamil namun juga berdampak pada bayi yang dilahirkannya. Pada kehamilan trimester 3, ibu mulai mencemaskan bagaimana proses melahirkan serta keadaan bayi setelah dilahirkan. Ibu yang merasakan cemas saat kehamilan usia trimester 3 cenderung akan mengalami kelemahan kontraksi otot rahim yang menyebabkan semakin lama proses persalinan, risiko operasi caesar, dan persalinan dengan bantuan alat. Hal ini disebabkan oleh peningkatan pelepasan hormon, sehingga memicu gangguan aliran darah ke rahim. Sedangkan risiko pada bayi yang dilahirkan dapat menyebabkan kelainan kongenital berupa kegagalan menutup langit-langit mulut yang menyebabkan bibir sumbing, kelahiran prematur, kelahiran bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR), kegawatdaruratan (fetal distress) dan jangka panjang terkait masalah perilaku dan gangguan mental pada anak-anak (Usman, 2016) dalam (Silawati & Siauta, 2021).

Selama kehamilan, diperlukan peran tenaga kesehatan dalam memberikan pendidikan dan pemaparan teori kesehatan kepada ibu hamil agar mampu menghadapi kehamilan yang normal. Tujuan pendidikan kesehatan ini adalah untuk memecahkan masalah stres psikologis selama kehamilan (Dale, 2019). Pendidikan kesehatan adalah "kombinasi dari pengalaman belajar yang dirancang berdasarkan grounded theory yang



memberdayakan individu, kelompok, dan masyarakat untuk memperoleh pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan untuk membuat keputusan kesehatan yang berkualitas." (Komite Bersama Pendidikan Kesehatan dan Promosi Terminologi, 2001).

Pendidikan kesehatan memiliki tujuan untuk mempromosikan perilaku sehat, yang meliputi pilihan positif, kegiatan, cara untuk mengembangkan gaya hidup sehat, untuk berkontribusi pada pengembangan kepribadian yang seimbang, untuk mengklarifikasi kesalahpahaman dan untuk memberikan informasi yang akurat tentang masalah kesehatan pribadi dan masyarakat, untuk mempromosikan pembangunan, kesehatan masyarakat, warga negara yang berpendidikan sehat untuk mendukung bagian yang sehat di masa depan dengan mengembangkan kemauan masyarakat untuk melihat sebab dan akibat dari kesehatan, melakukan tindakan preventif, jika mungkin memperbaiki, dapat meningkatkan kualitas hidup. (Rusli Lutan dkk, 2000).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Nisa pada tahun 2022. Hasil setelah dilakukan intervensi pendidikan kesehatan melalui audiovisual adalah penurunan tingkat kecemasan pada ibu hamil pertama kali.. Penelitian yang di lakukan oleh Elpinaria tahun 2018, dan Made (2023) didapatkan hasil penelitian terdapat pengaruh pemberian pendidikan kesehatan terhadap tingkat kecemasan ibu dalam kesiapan persalinan.

Puskesmas mangkubumi terdiri dari 5 Kelurahan yang dibina, dengan ibu hamil sebanyak 900 orang dalam satu tahun, berdasarkan data

Puskesmas Mangkubumi dari bulan Januari sampai bulan Desember 2022 didapatkan sasaran ibu hamil sebanyak 887 ibu hamil yang sudah mengikuti kelas ibu hamil (Data Profil Puskesmas Mangkubumi 2022). Puskesmas Mangkubumi adalah puskesmas yang memiliki jumlah ibu hamil paling banyak kedua di Kota Tasikmalaya, yang berjumlah 887 ibu hamil (Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya, 2022). Menurut Bidan di Puskesmas Mangkubumi, Kecemasan ibu hamil akan berkurang jika jauh sebelum persalinan diberikan edukasi mengenai persalinan dan beberapa kesiapan yang harus dihadapi saat persalinan, seperti menaritahu mengenai melahirkan, anjurkan beraktifitas fisik, mengonsumsi makanan bernutrisi, mengikuti kelas ibu hamil, rajin konsul dokter atau bidan terdekat. Dari hasil Studi pendahuluan peneliti didapatkan hampir 70% ibu hamil trimester 3 tidak mengikuti kelas ibu hamil. Dan hanya datang ke puskesmas untuk imunisasi atau pemeriksaan janin rutin.

## **B. Rumusan Masalah**

Kecemasan selama kehamilan berdampak kepada kondisi ibu dan juga bayinya. Kecemasan ibu hamil akan bertambah menjelang persalinan. Penyebab kecemasan yang terjadi terhadap ibu hamil adalah kurangnya pengetahuan ibu hamil mengenai proses persalinan. Sehingga perlu suatu cara untuk membantu penurunan kecemasan pada ibu hamil trimester 3 yaitu dengan memberikan bimbingan berupa pendidikan kesehatan pada ibu hamil trimester 3 membantu mempersiapkan persalinan. Untuk itu peneliti mengambil judul “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Proses



Persalinan terhadap kecemasan pada ibu hamil Trimester III di UPTD puskesmas Mangkubumi”.

### C. Tujuan Penelitian

#### 1. Tujuan Umum

Tujuan dilakukannya penelitian ini untuk mengetahui adanya pengaruh pendidikan kesehatan tentang proses persalinan terhadap kecemasan yang terjadi pada ibu hamil trimester 3 di UPTD Puskesmas Mangkubumi

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya karakteristik ibu hamil trimester 3 (Usia, tingkat pendidikan, Usia kehamilan) di UPTD puskesmas Mangkubumi
- b. Diketuainya rata-rata kecemasan ibu hamil trimester 3 pada saat sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan
- c. Diketuainya pengaruh pendidikan kesehatan tentang persalinan terhadap tingkat kecemasan ibu hamil Trimester 3

### D. Manfaat Penelitian

Dengan adanya penelitian ini, peneliti berharap bermanfaat bagi beberapa pihak:

#### 1. Manfaat bagi responden

Hasil penelitian ini dapat dirasakan langsung oleh responden yang mengalami kecemasan. Pendidikan kesehatan tentang persiapan

persalinan diharapkan dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil trimester 3.

2. Manfaat bagi peneliti

Dapat menambah wawasan bagi peneliti mengenai pengaruh pendidikan kesehatan tentang persiapan persalinan terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester 3.

3. Manfaat bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi masukan terhadap UPTD Puskesmas Mangkubumi mengenai pentingnya sosialisasi mengenai persiapan persalinan terhadap ibu hamil.

4. Manfaat bagi Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Hasil dari penelitian dapat dimanfaatkan oleh pihak kampus terkait sebagai data Pengaruh pendidikan kesehatan tentang proses persalinan terhadap kecemasan pada ibu hamil Trimester 3

5. Manfaat metodologi

Dapat menjadi referensi data bagi peneliti selanjutnya dan menjadikan penelitian ini sebagai bahan kajian untuk intervensi lanjutan mengenai permasalahan kecemasan ibu Hamil Trimester 3.