

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehamilan merupakan suatu rangkaian proses biologis yang dimulai sejak terjadinya konsepsi, yaitu pertemuan antara sel telur dan sel sperma, hingga akhirnya janin tumbuh dan berkembang sempurna lalu dilahirkan ke dunia. Dalam kondisi normal, masa ini berlangsung kurang lebih 280 hari atau sekitar empat puluh minggu, yang secara perhitungan kalender setara dengan sembilan bulan lebih tujuh hari. Sepanjang rentang waktu tersebut, kehamilan terbagi ke dalam tiga tahap perkembangan yang dikenal sebagai trimester. Trimester pertama berlangsung sejak awal kehamilan hingga memasuki minggu keempat belas, diikuti trimester kedua yang berjalan dari minggu keempat belas sampai minggu kedua puluh delapan, dan selanjutnya trimester ketiga yang dimulai sejak minggu kedua puluh delapan hingga menjelang minggu keempat puluh dua atau saat persalinan terjadi sebagaimana dijelaskan oleh Aspiani (2017). Pembagian ini dimaksudkan untuk memudahkan pemantauan pertumbuhan janin sekaligus perubahan kondisi ibu secara bertahap.

Sebagai sebuah proses yang alamiah, kehamilan tidak hanya membawa perubahan fisik, tetapi juga memunculkan dinamika psikologis yang beragam. Tubuh ibu mengalami penyesuaian hormonal, anatomi, dan fisiologis yang signifikan, sementara dari sisi emosional muncul berbagai respons seperti rasa bahagia karena akan hadirnya anggota keluarga baru, namun juga disertai kekhawatiran, ketakutan, hingga kecemasan. Keadaan ini cenderung semakin

terasa ketika memasuki trimester ketiga, yaitu periode menjelang persalinan, saat ibu mulai memusatkan perhatian pada proses kelahiran yang akan dihadapinya. Kasmiati (2023) mengemukakan bahwa campuran emosi tersebut merupakan respons wajar, tetapi tetap perlu diperhatikan agar tidak berkembang menjadi kecemasan berlebihan.

Trimester ketiga sering kali menjadi fase yang paling menantang secara emosional karena waktu persalinan semakin dekat. Pada tahap ini, berbagai pikiran tentang rasa nyeri saat melahirkan, kemungkinan terjadinya komplikasi, keselamatan diri dan bayi, serta pengalaman persalinan sebelumnya dapat memicu peningkatan kecemasan. Kurangnya pemahaman mengenai tahapan persalinan dan prosedur yang akan dijalani juga dapat memperkuat rasa takut tersebut. Notoatmodjo (2012) dan laporan World Health Organization (2016) menegaskan bahwa kecemasan yang tidak dikelola dengan baik berpotensi memengaruhi kesiapan ibu dalam menjalani proses persalinan secara optimal.

Perubahan kondisi psikologis pada trimester akhir ini kerap membuat ibu menjadi lebih sensitif terhadap situasi di sekitarnya. Perasaan mudah lelah, kurang bersemangat, keinginan untuk memperoleh perhatian lebih dari pasangan, hingga munculnya rasa cemburu atau kekhawatiran berlebihan dapat terjadi. Selain itu, ibu sering merasa waswas karena persalinan dapat berlangsung sewaktu-waktu. Simanjuntak (2018) menyebutkan bahwa kecemasan yang berlangsung terus-menerus selama kehamilan berisiko berdampak pada kesehatan janin, seperti meningkatnya kemungkinan bayi lahir dengan berat badan rendah maupun terjadinya kelahiran prematur. Oleh karena itu, aspek psikologis pada trimester

ketiga perlu menjadi perhatian utama dalam pelayanan kebidanan agar kesejahteraan ibu dan bayi tetap terjaga.

Keadaan emosional yang demikian juga membuat ibu lebih peka terhadap setiap tanda yang dianggap sebagai pertanda awal persalinan. Pada masa ini, dukungan dari suami, keluarga, serta tenaga kesehatan memiliki arti yang sangat penting. Kehadiran orang-orang terdekat dapat memberikan rasa aman dan meningkatkan kepercayaan diri ibu. Tyastuti dan Wahyuningsih (2016) menjelaskan bahwa trimester ketiga bukan hanya fase menunggu kelahiran, melainkan masa persiapan aktif, baik untuk menyambut bayi maupun untuk memantapkan kesiapan mental menjalani peran baru sebagai orang tua.

Persiapan menghadapi persalinan sendiri merupakan langkah strategis untuk menjamin proses kelahiran berlangsung dengan aman, nyaman, dan terencana. Kesiapan ini tidak terbatas pada kondisi fisik semata, tetapi juga mencakup kesiapan mental, sosial, dan kebutuhan praktis lainnya. Penentuan lokasi persalinan, pemilihan tenaga penolong, perencanaan pembiayaan, pengaturan transportasi, serta penguatan dukungan keluarga menjadi bagian penting dari rangkaian persiapan tersebut. Manuaba (2010) serta World Health Organization (2015) menyatakan bahwa persiapan yang matang dapat menekan risiko komplikasi sekaligus meningkatkan keyakinan ibu dalam menjalani proses persalinan.

Pada ibu multigravida, yakni perempuan yang telah mengalami kehamilan lebih dari satu kali, tingkat kecemasan menjelang persalinan dapat dipengaruhi oleh pengalaman masa lalu. Apabila pengalaman sebelumnya dirasakan traumatis,

misalnya melalui tindakan *sectio caesarea* atau komplikasi tertentu, bayangan tersebut dapat kembali muncul dan menimbulkan kekhawatiran. Riwayat keguguran, keterbatasan dukungan sosial, serta kondisi ekonomi keluarga juga menjadi faktor yang dapat memperbesar tingkat kecemasan sebagaimana dikemukakan oleh Pieter (2017).

Secara konseptual, kecemasan yang berlebihan dapat menghambat kesiapan persalinan karena kondisi ini mampu mengganggu konsentrasi, mengurangi rasa percaya diri, serta mempersulit pengambilan keputusan secara rasional. Meski demikian, kesiapan seorang ibu tidak semata-mata ditentukan oleh tinggi rendahnya kecemasan. Pengetahuan yang memadai, pengalaman sebelumnya, dukungan keluarga, kemudahan akses terhadap layanan kesehatan, serta kemampuan individu dalam mengelola emosi secara adaptif turut berperan dalam membentuk kesiapan tersebut.

Secara global, permasalahan kecemasan pada ibu hamil masih tergolong tinggi. Pada tahun 2019, World Health Organization melaporkan bahwa jutaan ibu hamil di berbagai negara mengalami gangguan pada trimester ketiga, dan sekitar tiga puluh persen di antaranya merasakan kecemasan menjelang persalinan. Di Inggris, sebagian besar perempuan dilaporkan mengalami gangguan kesehatan mental selama masa kehamilan. Sementara itu, data di Prancis menunjukkan adanya persentase ibu primigravida yang mengalami kecemasan maupun depresi selama kehamilan (Hasim, Rizqika, & Pradewi, 2019). Gambaran tersebut memperlihatkan bahwa kecemasan dalam kehamilan merupakan fenomena yang cukup luas dan memerlukan perhatian serius dari sistem pelayanan kesehatan.

Di Indonesia, laporan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2018 mencatat tingginya angka kejadian kecemasan pada ibu hamil, dengan proporsi signifikan terjadi pada trimester ketiga. Kaplan dan Sadock menjelaskan bahwa munculnya kecemasan dipengaruhi oleh faktor internal seperti usia, tingkat pendidikan, pekerjaan, serta karakter pribadi ibu, dan juga faktor eksternal meliputi kondisi kesehatan, ketersediaan informasi, kualitas komunikasi terapeutik, lingkungan sekitar, serta fasilitas pelayanan kesehatan. Data tahun 2020 dari kementerian yang sama menunjukkan bahwa hampir setengah dari perempuan menjelang persalinan mengalami kecemasan dalam berbagai tingkat.

Di wilayah Jawa Barat pada tahun 2021, lebih dari sepertiga ibu hamil dilaporkan mengalami kecemasan saat mendekati persalinan. Angka tersebut lebih tinggi pada ibu primigravida dibandingkan multigravida (Astria, Nurbaeti, & Rosidati, 2009). Di Kabupaten Bandung Barat, distribusi tingkat kecemasan menunjukkan variasi dari ringan hingga berat, dengan proporsi kecemasan sedang dan berat cukup dominan (Lulu Mamlukah Rosmayanti et al., 2023). Data ini mempertegas bahwa persoalan kecemasan menjelang persalinan masih menjadi tantangan nyata di berbagai daerah.

Penelitian yang dilakukan oleh Amalia Putri D (2024) di TPMB Bidan Elvi & Mei Jakarta Barat memperlihatkan adanya hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dan tingkat kecemasan ibu hamil trimester ketiga. Ibu yang memperoleh dukungan keluarga cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah dibandingkan mereka yang tidak mendapatkan dukungan tersebut, dan hasil analisis statistik menunjukkan signifikansi hubungan tersebut.

Temuan ini semakin menegaskan pentingnya peran keluarga dalam menjaga stabilitas emosional ibu hamil.

Berdasarkan studi pendahuluan di Klinik Pratama WA Cibodas Lembang dalam satu bulan terakhir terhadap ibu hamil yang rutin memeriksakan kehamilannya, dari lima belas ibu hamil trimester ketiga yang diwawancarai masih ditemukan adanya tanda-tanda kecemasan seperti rasa takut, kegelisahan, serta kurangnya keyakinan diri menjelang persalinan. Kondisi ini menunjukkan bahwa persoalan kecemasan masih nyata dirasakan di tingkat pelayanan kesehatan dasar.

Meskipun berbagai data telah menggambarkan tingginya angka kecemasan pada ibu hamil trimester ketiga, faktor-faktor dominan yang secara spesifik memengaruhi kecemasan di Klinik Pratama WA Cibodas Lembang Jawa Barat belum teridentifikasi secara pasti. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lebih mendalam untuk menganalisis faktor-faktor yang berkontribusi terhadap munculnya kecemasan dalam menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester ketiga di fasilitas pelayanan tersebut, sehingga dapat dirumuskan strategi intervensi yang tepat guna meningkatkan kesiapan ibu dalam menjalani proses persalinan secara aman dan optimal.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dijelaskan sebelumnya, maka pokok permasalahan yang akan dikaji dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :” Bagaimanakah hasil analisis mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi proses

persalinan yang dilakukan di Klinik Pratama WA Cibodas Lembang, Jawa Barat??"

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengidentifikasi faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kecemasan dalam menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III di Klinik Pratama WA Cibodas Lembang Jawa Barat.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Distribusi frekuensi kecemasan dalam menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III.
- 2) Penyebaran frekuensi faktor pemicu kecemasan berdasarkan persiapan persalinan, status ekonomi, pekerjaan, rencana perawatan anak, riwayat persalinan pada ibu hamil trimester III.
- 3) Menganalisis hubungan antara persiapan persalinan terhadap kecemasan dalam menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III.
- 4) Menganalisis hubungan antara status ekonomi terhadap kecemasan dalam menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III.
- 5) Menganalisis hubungan antara pekerjaan terhadap kecemasan dalam menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III.
- 6) Menganalisis hubungan antara rencana perawatan anak terhadap kecemasan dalam menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III.
- 7) Menganalisis keterkaitan antara pengalaman persalinan lampau terhadap kecemasan ibu hamil trimester III menjelang kelahiran.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan menjadi masukan terhadap faktor yang mempengaruhi kecemasan dalam menghadapi persalinan pada ibu trimester III di Klinik Pratama WA Cibodas Lembang Jawa Barat.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Klinik Pratama WA Cibodas Lembang

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi referensi dan pertimbangan pihak klinik agar lebih memperhatikan permasalahan kecemasan yang terjadi pada ibu hamil. Selain itu klinik juga dapat mempertimbangkan untuk mengembangkan program penyuluhan Faktor Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Multigravida Trimester III di Klinik Pratama WA Cibodas Lembang.

1.4.2.2 Bagi Pelayanan Kebidanan

Hasil Penelitian ini diharapkan memacu bidan di Klinik Pratama WA dan wilayah Cibodas Lembang untuk senantiasa meningkatkan ilmu pengetahuan dan keterampilan untuk meningkatkan kualitas pelayanan kebidanan yang berkaitan dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil.

1.4.2.3 Bagi Ibu Hamil dan keluarga

Dapat membantu ibu hamil lebih siap secara mental dan mengurangi rasa takut akan persalinan.

1.4.2.4 Bagi Institusi Pendidikan Universitas Nasional

Dapat memberikan literatur dan menambah referensi tentang Pengaruh Faktor Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Multigravida Trimester III di Klinik Pratama WA Cibodas Lembang.

1.4.2.5 Bagi Peneliti lain

Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat menjadi referensi dalam mengembangkan penelitian yang terkait dengan penelitian ini di waktu yang akan datang.

