

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Kehamilan merupakan proses fisiologis yang memberikan perubahan pada ibu dari segi fisik maupun psikologisnya. Beberapa perubahan psikologis selama kehamilan bersifat mendasar sebagai perubahan peran menjadi seorang ibu dan periode transisi dari masa kanak-kanak menjadi orang tua dengan karakteristik yang menetap dan memiliki tanggung jawab. Perubahan psikologis yang terjadi pada ibu hamil trimester III salah satunya disebabkan karena rasa cemas menjelang persalinan (Mayangsari, 2011). Menurut Nurdiana (2012), rasa cemas yang dialami oleh ibu hamil disebabkan karena meningkatnya hormon progesteron.

Cemas merupakan bagian dari respon emosional, dimana kekhawatiran yang tidak jelas dan berkaitan dengan perasaan tidak pasti. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan ibu hamil trimester III yaitu pengetahuan, psikologi, ekonomi, pengalaman, dukungan keluarga, serta dukungan suami (Magrifoh, 2011). Pada trimester III bentuk kecemasan pada ibu hamil yaitu keraguan dapat bersalin secara normal, ketakutan tidak mampu menahan rasa sakit saat persalinan, kesehatan bayi setelah lahir, kelancaran persalinan, keadaan ibu setelah persalinan, persalinan yang tidak sesuai keinginan, perhatian yang berkurang dari orang lain (Nolan, 2010). Oleh karena itu, banyak calon ibu yang menghadapi proses persalinan dengan perasaan takut dan cemas (Maramis, 2010).

Ibu dalam kondisi cemas yang berlebihan menyebabkan kadar hormon stress meningkat dan dapat menghambat dilatasi serviks normal, sehingga dapat meningkatkan persepsi nyeri dan mengakibatkan persalinan lama. Kecemasan menimbulkan ketegangan sehingga menghalangi relaksasi tubuh yang menyebabkan ibu lelah sehingga mempengaruhi kondisi janin dalam kandungan. Emosi ibu yang tidak stabil membuat rasa sakit pada ibu meningkat. Menjelang persalinan ibu hamil membutuhkan ketenangan agar proses persalinan menjadi lancar tanpa penyulit dan komplikasi dalam persalinan. Ibu yang tenang menghadapi persalinan menyebabkan persalinan menjadi lancar tanpa penyulit dan komplikasi (Jannatun, 2010). Apabila kecemasan berlanjut sampai akhir kehamilan dan persalinan akan berdampak tidak hanya pada ibu tetapi juga pada bayinya. Hal ini terjadi karena kecemasan dapat menyebabkan peningkatan sekresi adrenalin. Peningkatan sekresi adrenalin dapat menyebabkan kontraksi uterus berlebihan sehingga terjadi vasokonstriksi yang menyebabkan aliran darah utero-placenta menurun (Helbig et al., 2013).

Perasaan cemas yang berkepanjangan dapat membuat ibu hamil tidak bisa berkonsentrasi dengan baik dan hilangnya rasa kepercayaan diri (Pasaribu, 2014). Kepercayaan diri dapat berpengaruh pada proses kelancaran persalinan, mempengaruhi kesehatan janin, dan kesehatan ibu hamil itu sendiri. Kepercayaan diri memberikan pengaruh pada kekuatan mental ibu hamil untuk menghadapi proses persalinan. Ibu hamil yang mampu mempertahankan kontrol diri dengan baik dapat menurunkan dampak nyeri saat persalinan, dan ibu hamil yang memiliki efikasi diri yang tinggi menunjukkan tingkat kepuasan dalam menjalani

proses kehamilan yang lebih baik terhadap diri sendiri, maupun terhadap perawat, bidan maupun dokter serta menurunkan tingkat kecemasan yang dialaminya (Christiaens and Bracke, 2010).

Self efficacy pada ibu hamil adalah salah satu faktor psikologis dan kerangka berharga yang memprediksi perilaku ibu dan meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan selama kehamilan. *Self efficacy* dipengaruhi oleh empat tingkat informasi yang mendasar, yaitu pencapaian kinerja seperti kehamilan sebelumnya, pengalaman dari ibu hamil yang lain, dorongan lisan oleh orang lain, dan respon fisiologis seperti kelelahan, stress, kecemasan, dan gangguan tidur (Ashtarian, 2016). *Self efficacy* adalah komponen untuk membantu memahami perilaku dan untuk menjaga kesehatan perilaku serta peran dukungan sosial dalam perilaku sehat selama kehamilan (Izadirad, 2017).

Banyak faktor yang dapat mempengaruhi seorang individu dalam menghadapi suatu kecemasan. Salah satu faktornya adalah *self efficacy* yang berbeda pada setiap individu. *Self efficacy* dan kecemasan terkait, individu yang merasa tidak efektif dalam menangani masalah dalam hidupnya akan menjadi cemas memikirkan bagaimana mereka akan mengelola tantangan ketika muncul (Lalita, 2013). Peter mempunyai pendapat bahwa *self efficacy* merupakan sikap atau perasaan yakin atas kemampuan diri sendiri sehingga orang yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakan-tindakannya. Stress, kecemasan dan kekhawatiran adalah faktor-faktor yang berkontribusi terhadap persepsi nyeri yang mempengaruhi persalinan dan pengalaman melahirkan. Strategi koping dapat membantu dalam manajemen proses nyeri. *Self efficacy* memainkan peran

penting terhadap kemampuan perempuan dalam coping terhadap kecemasan saat persalinan (Maharani, 2010).

Penelitian yang dilakukan oleh Astuti (2009) mengenai faktor-faktor penyebab kecemasan ibu hamil, dari 50 responden diperoleh 46% mengalami kecemasan ringan, 50% kecemasan sedang, dan 4% kecemasan berat. Sedangkan penelitian Yuliana (2010), mengenai kecemasan pada ibu hamil trimester III, dimana kecemasan yang dialami dibagi dalam kategori jenis kehamilan (graviditas), usia, dan tingkat pendidikan, dari 51 responden yang diteliti diperoleh 49% tidak mengalami kecemasan (normal), 47,1% kecemasan ringan, 3,9% kecemasan sedang, dan tidak ada yang mengalami kecemasan berat.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Desember 2017 di PMB Ngadillah, Amd.Keb Desa Asrikaton Kecamatan Pakis Kabupaten Malang diperoleh data ibu hamil yang berkunjung pada bulan Desember 2017 berjumlah 32 primigravida trimester III.

Berdasarkan uraian diatas maka penting untuk dilakukan analisis tentang “Hubungan *Self Efficacy* Ibu Hamil Trimester III dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Persalinan di PMB Ngadillah Desa Asrikaton Kecamatan, Pakis”.

1.2 Rumusan Masalah

Adakah hubungan *self efficacy* ibu hamil trimester III dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan *self efficacy* ibu hamil trimester III dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi *self efficacy* ibu hamil trimester III.
- b. Mengidentifikasi tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan.
- c. Menganalisa hubungan *self efficacy* ibu hamil trimester III dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini memperkaya informasi teoritis mengenai *self efficacy* ibu hamil trimester III dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan. Dengan demikian kajian mengenai kondisi psikologis ibu hamil semakin berkembang serta dapat dijadikan dasar penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat membantu ibu hamil trimester III khususnya untuk meningkatkan kepercayaan dirinya menjelang proses persalinan sehingga dapat mengurangi kecemasan. Peneliti berharap agar hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan, sikap, praktik dan penerapan *self efficacy* ibu hamil trimester III dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan.