

BAB I

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang

Kehamilan merupakan proses terjadi pembuahan antara sperma dan ovum dilanjutkan dengan terjadinya penempelan embrio pada rahim¹. Kehamilan yang diinginkan, akan membuat ibu merasa bahagia, tetapi akan ada adaptasi sampai proses persalinan dari perubahan fisik dan psikologis yang dialami ibu². Terdapat perubahan psikologis yang terjadi pada ibu menjelang persalinan akan merasa khawatir mengenai bayi yang dilahirkan dalam keadaan normal atau tidak, serta muncul rasa cemas dan takut untuk menghadapi persalinan³.

Kecemasan yang berkepanjangan mengakibatkan ibu tidak bisa fokus dan hilang rasa kepercayaan diri. Kehilangan kepercayaan diri pada ibu yang akan bersalin akan mempengaruhi kelancaran persalinan. Ibu yang memiliki kontrol diri baik dan *self efficacy* yang tinggi dapat menurunkan tingkat kecemasan yang dialaminya sehingga proses kehamilan maupun persalinan dapat berjalan dengan lancar⁴.

Self efficacy merupakan keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga orang tersebut tidak cemas dengan hal yang terjadi⁴. *Self efficacy* dipengaruhi oleh empat sebab, yaitu pengalaman kinerja atau keberhasilan seperti kehamilan sebelumnya, pengalaman dari orang lain seperti ibu hamil yang lain, persuasi sosial seperti dorongan lisan oleh orang lain, dan respon psikologis seperti takut, stress dan cemas⁵.

Dalam menghadapi suatu kecemasan banyak faktor yang dapat mempengaruhi. Salah satu faktornya adalah terdapat *self efficacy* yang berbeda pada setiap orang. *Self efficacy* terbagi atas *self efficacy* rendah dan tinggi. *Self efficacy* yang rendah cenderung tidak mampu dalam menghadapi hambatan sehingga mudah menyerah. *Self efficacy* yang rendah dapat mengganggu kemampuan kognitif, merusak dukungan, menurunkan harapan dan mempengaruhi kesehatan fisik⁶. Adapun *self efficacy tinggi* percaya dapat menanggulangi setiap masalah yang dihadapinya sehingga menurunkan rasa takut, meningkatkan harapan, meningkatkan kemampuan berfikir analisis⁶. *Self efficacy* dapat mempengaruhi proses kelancaran persalinan, mempengaruhi kesehatan janin dan kesehatan ibu hamil itu sendiri. Bila ibu hamil memiliki kepercayaan diri yang rendah akan mengalami stress, mudah menyerah dan tidak percaya terhadap kemampuan yang dimilikinya. Sebaliknya jika *self efficacy* tinggi maka keyakinan kuat mengenai kemampuan akan lebih percaya diri sehingga dapat menahan reaksi stress maupun kecemasan. Dengan demikian, ibu hamil dapat menjalankan kehamilan dan persalinannya dengan baik⁴.

Kecemasan merupakan suatu keadaan khawatir terhadap suatu hal buruk yang akan segera terjadi⁷. Pada ibu yang akan bersalin terdapat banyak hal yang harus dicemaskan seperti keadaan dirinya, janin, dan kesakitan selama proses persalinan. Dengan makin tua kehamilan, maka perhatian dan pikiran ibu hamil mulai tertuju pada persalinan sehingga dapat menimbulkan kegelisahan dan ketakutan.

Gangguan kecemasan diklasifikasikan sebagai gangguan neurosis. Neurosis kadang disebut sebagai psikoneurosis atau gangguan jiwa merupakan gangguan mental dalam tahap ringan yang terjadi hanya pada sebagian kepribadian, sehingga orang yang mengalami masih bisa beraktivitas seperti biasa⁸. Terdapat perbedaan

antara neurosis dengan psikosis atau penyakit jiwa dimana psikosis merupakan gangguan jiwa yang meliputi seluruh kepribadian sehingga orang yang mengalami tidak bisa beraktivitas seperti biasa dan menyesuaikan diri dengan norma-norma hidup⁸.

Kecemasan akan meningkat menjelang persalinan terutama pada trimester III. Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2018, sekitar 13% ibu hamil mengalami gangguan kecemasan⁹. Bahkan di negara berkembang persentase bisa mencapai 19,8%¹⁰. Dalam jurnal tahun 2016 di Lebong menunjukkan data Indonesia pada tahun 2015 kejadian kecemasan dalam menghadapi persalinan sebanyak 10-25% yang terjadi pada wanita dengan rentang umur 20-44 tahun. Kejadian depresi atau kecemasan mempersulit proses persalinan sekitar 10-15%¹⁰. Terdapat sekitar 28,7% dari 107.000.000 ibu yang akan bersalin mengalami kecemasan di Indonesia sedangkan di Pulau Jawa sebesar 52,3% dari 679.765 ibu yang akan bersalin mengalami kecemasan¹¹. Hasil penelitian pada tahun 2019 di Puskesmas Sukabumi ditemukan 26,4% dari 160 ibu yang akan bersalin mengalami kecemasan¹². Diperkuat dengan penelitian pada tahun 2017 di RSUD Bukittinggi sebanyak 53% responden hanya mengalami kecemasan ringan, 16,7% responden mengalami kecemasan sedang, dan 10% mengalami kecemasan berat dari 30 sampel yang diteliti¹³. Studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Garuda Kota Bandung didapatkan adanya ibu hamil dengan kecemasan, adapun yang dialami oleh ibu hamil yaitu memikirkan mengenai kelahiran dan takut adanya kelainan atau cacat pada janin.

Dampak dari kecemasan yaitu memicu peningkatan sekresi hormon adrenalin dan ACTH (*adrenocorticotropic hormone*)¹⁴. Salah satu efek hormon tersebut

adalah mengerutnya pembuluh darah sehingga asupan oksigen ke janin menurun dan kontraksi uterus berkurang yang menyebabkan proses persalinan berjalan lambat¹⁴. Peningkatan hormon adrenalin kedalam sirkulasi darah menyebabkan terjadinya peningkatan denyut jantung dan tekanan darah sehingga dapat memicu terjadinya preeklampsia, abortus, BBLR dan bayi lahir prematur¹⁵. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan pada tahun 2020 dalam jurnal psikologi bahwa sebanyak 52,7% ibu hamil yang mempunyai tingkat kecemasan sedang mengalami *hipertensi*, dan 57,8% ibu hamil yang mempunyai tingkat kecemasan tinggi mengalami *pre-eklampsia*¹⁶.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti merasa tertarik untuk meneliti tentang hubungan *self efficacy* dengan tingkat kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Garuda.

1.2.Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah Apakah terdapat hubungan *self efficacy* dengan tingkat kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Garuda?

1.3.Tujuan Penelitian

Tujuan dilakukan penelitian ini untuk menganalisis hubungan *self efficacy* dengan tingkat kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Garuda.

1.3.1. Tujuan Umum

Tujuan dilakukan penelitian ini untuk menganalisis hubungan *self efficacy* dengan tingkat kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Garuda.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui karakteristik setiap responden
2. Untuk mengetahui kategori *self efficacy* responden
3. Untuk mengetahui kategori tingkat kecemasan responden
4. Untuk menganalisis hubungan antara *self efficacy* dengan tingkat kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Garuda

1.4.Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

1. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi perkembangan ilmu pengetahuan mengenai hubungan *self efficacy* dan kecemasan dengan tingkat kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III
2. Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya bagi yang ingin mengkaji permasalahan sejenis.

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat membantu tenaga kesehatan dalam mengatasi kecemasan pada ibu hamil saat konseling.

2. Bagi Klien

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan *self efficacy* pada ibu yang akan bersalin sehingga dapat melahirkan dengan keadaan sehat dan selamat