

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN KESIAPAN MENGHADAPI PERSALINAN DI MASA PANDEMI COVID-19

*The Relationship of Anxiety Pregnant Women in The Third Trimester with
Readiness to Face Childbirth During The Covid-19 Pandemic*

Mustika Anajah^{1*}, Reny I'tishom², Azimatul Karimah³

¹Fakultas Kedokteran, Universitas Airlangga

²Departemen Biologi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Airlangga

³Departemen Ilmu Kesehatan Jiwa, Fakultas Kedokteran, Universitas Airlangga

Email: ritishom@fk.unair.ac.id

ABSTRACT

The very rapid spread of the Covid-19 virus throughout the world including Indonesia and the determination of its status as a pandemic by the WHO is one of the risk factors that causes an increase in anxiety in pregnant women, especially in the third trimester which can affect the mother's readiness to face childbirth. The aim of this study is to analyze the relationship between the level of anxiety of pregnant women in the third trimester and their readiness to face childbirth during the Covid-19 pandemic. This research method is observational analytic with a cross-sectional research design. The number of samples was 49 pregnant women in the third trimester with the sampling technique using purposive sampling. The independent variable is pregnant women's anxiety level, which is measured using the ZRAS (Zung Self-Rating Anxiety Scale) anxiety level questionnaire. The dependent variable is the readiness to face childbirth during the Covid-19 pandemic, measured using a delivery readiness questionnaire. Data analysis using the Spearman test. The results of this study showed that the majority of respondents had no anxiety and had 6% moderate anxiety. The results of the statistical test with the Spearman test obtained a P-value = 0.001 ($P < 0.05$.) This study concluded that there was a significant relationship between the anxiety level of third-trimester pregnant women and their readiness to face childbirth during the Covid-19 pandemic. This is due to various factors and is exacerbated by the pandemic situation.

Keywords: Pregnant women, anxiety level, labor readiness, third trimester, Covid-19

ABSTRAK

Penyebaran virus Covid-19 yang sangat cepat di seluruh dunia termasuk Indonesia dan penetapan statusnya sebagai pandemi oleh WHO adalah salah satu faktor risiko yang menyebabkan terjadinya peningkatan kecemasan pada ibu hamil terutama pada trimester III yang dapat berpengaruh terhadap kesiapan ibu dalam menghadapi persalinan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dengan kesiapan menghadapi persalinan di masa pandemi Covid-19. Metode penelitian ini adalah analitik observasional dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Jumlah sampel sebanyak 49 ibu hamil trimester III dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Variabel bebas adalah tingkat kecemasan ibu hamil yang diukur menggunakan kuesioner tingkat kecemasan ZRAS (*Zung Self-Rating Anxiety Scale*). Variabel terikatnya adalah kesiapan menghadapi persalinan di masa Pandemi Covid-19 yang diukur menggunakan kuesioner kesiapan persalinan. Analisis data menggunakan uji spearman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden tidak ada kecemasan dan 6% kecemasan sedang. Pada variabel kesiapan persalinan mayoritas memiliki kesiapan baik dan 4% kurang. Hasil uji statistik

dengan uji spearman didapatkan nilai $P = 0,001$ ($P < 0,05$). Kesimpulan penelitian ini terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dengan kesiapan menghadapi persalinan di masa pandemi Covid-19. Hal tersebut disebabkan oleh berbagai faktor dan diperparah dengan keadaan pandemi.

Kata kunci: Ibu hamil, tingkat kecemasan, kesiapan persalinan, trimester tiga, Covid-19

PENDAHULUAN

Pada awal tahun 2020, dunia sedang dilanda sebuah pandemi Covid-19 (*Coronavirus disease 2019*) yang diakibatkan oleh virus SARS-CoV-2. Covid-19 pertama kali dideteksi di Indonesia pada 2 Maret 2020, hingga per 06 April 2021, Indonesia telah melaporkan 1.542.516 kasus positif dengan 41.977 kematian, dan 1.385.973 sembuh.¹ Kondisi pandemi ini dapat menjadi faktor risiko terjadinya peningkatan kecemasan pada ibu hamil terutama ibu hamil yang sudah memasuki trimester III dan akan segera melahirkan. Kecemasan tersebut didasari oleh mudahnya penyebaran virus ini, yaitu melalui kontak langsung dengan orang yang terinfeksi dan kontak tidak langsung dengan permukaan atau benda yang digunakan pada orang yang terinfeksi (misalnya, stetoskop atau termometer).²

Sebanyak 28,7% ibu hamil di Indonesia mengalami kecemasan dan sekitar 52,3% ibu hamil trimester III di Pulau Jawa mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan.³ Sebuah penelitian menunjukkan hasil bahwa terjadi peningkatan gejala kecemasan selama pandemi Covid-19 sebanyak 56,6%, yang disebabkan karena kekhawatiran terhadap ancaman covid-19 bagi kesehatan ibu dan bayi, takut tertular covid-19, bagaimana cara memeriksa kehamilan, dan isolasi sosial akibat pandemi covid-19.⁴ Penelitian lain menyebutkan bahwa perasaan cemas pada ibu hamil selama masa pandemi diakibatkan rasa khawatir akan diabaikan atau terisolasi dan khawatir

akan adanya pemisahan neonatal setelah lahir.⁵ Kecemasan tersebut terutama muncul pada trimester ketiga kehamilan hingga saat persalinan, dimana prevalensi ibu hamil yang mengalami kecemasan fase tersebut menyentuh angka 42,9 %.⁶

Kecemasan selama hamil dapat berpengaruh terhadap kesiapan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan terutama di masa pandemi covid-19. Kesiapan adalah kemampuan yang cukup dari segi fisik dan mental. Kesiapan fisik berarti tenaga yang cukup dan kesehatan yang baik, sedangkan kesiapan mental berarti memiliki minat dan motivasi yang cukup untuk melakukan suatu kegiatan.⁷

Keadaan pandemi saat ini mengharuskan ibu hamil untuk lebih mempersiapkan diri dalam menghadapi persalinan karena ibu hamil merupakan kelompok yang rentan tertular covid-19. Kesiapan ibu hamil pada keadaan ini sangat penting sehingga bila terjadi sesuatu ketika proses persalinan ibu akan mendapatkan pelayanan yang sesuai dan tepat waktu. Penelitian yang dilakukan oleh Elvina pada 57 orang ibu hamil trimester III, didapatkan hasil bahwa sebanyak 43,9% ibu hamil tidak siap secara psikologis untuk menghadapi persalinan yang dipengaruhi oleh beberapa faktor termasuk kecemasan.⁸

Semakin tinggi tingkat kecemasan yang dialami oleh ibu hamil akan menyebabkan semakin kurangnya kesiapan ibu dalam menghadapi persalinan.⁹ Hal tersebut terjadi karena

ketika mendekati waktu persalinan, ibu hamil cenderung mulai merasa takut akan rasa sakit dan bahaya fisik yang akan timbul pada waktu melahirkan, sehingga menyebabkan ibu hamil mengalami kecemasan dan tidak siap untuk menghadapi persalinan.¹⁰ Kurangnya perencanaan untuk menghadapi proses persalinan dapat berakibat negatif bagi ibu dan bayi, sehingga dukungan sosial dan konseling yang tepat oleh bidan ataupun tenaga kesehatan lain dapat menjadi solusi untuk lebih mempersiapkan ibu hamil dalam menghadapi persalinan terutama di masa pandemi covid-19.²¹

Berdasarkan uraian diatas, penelitian bertujuan untuk menganalisis dan mengetahui hubungan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dengan kesiapan menghadapi persalinan di masa pandemi Covid-19.

METODE

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian analitik observasional dengan desain penelitian *cross sectional* yang dilakukan pada bulan Agustus sampai Oktober 2020. Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dalam proses pengambilan sampel dimana responden yang diambil adalah yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi sehingga didapat 49 responden ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Ciasem Kabupaten Subang.

Tahapan pengumpulan data dilakukan sebagai berikut: 1) Sebelum diberikan kuesioner, responden diberikan penjelasan singkat mengenai penelitian dan informed consent. 2) Menjelaskan kepada responden mengenai petunjuk pengisian kuesioner. 3) Membagikan kuesioner yang berisi pertanyaan pada google formulir.

Alat ukur pada penelitian ini menggunakan kuesioner yang sudah baku dan dinyatakan valid serta reliabel

untuk digunakan. Kuesioner yang digunakan untuk mengukur kesemasan adalah kuesioner ZRAS (*Zung Self-Rating Anxiety Scale*) yang dirancang oleh Zung tahun 1971 yang terdiri dari 20 item pertanyaan.¹² Sedangkan untuk mengukur kesiapan digunakan kuesioner yang dikembangkan oleh Visi Putranti tahun 2014 yang terdiri dari 18 item pertanyaan.¹³ Data yang terkumpul kemudian dilakukan skoring dan pengkodean untuk selanjutnya di lakukan uji statistik dengan uji spearman untuk mengetahui hubungan antar variabel. Hasil statistik dikatakan bermakna jika nilai $p < 0,05$.

Penelitian ini telah mendapatkan sertifikat kelaikan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga nomor 130/EC/KEPK/FKUA/2021.

HASIL

Karakteristik Demografis Responden

Tabel 1. Karakteristik Demografis Responden

Variabel	Kategori	n	%
Usia	20-23 thn	21	43%
	24-27 thn	18	37%
	28-31 thn	9	18%
	31-34 thn	1	2%
Tingkat Pendidikan	SD	0	0
	SMP	10	20%
	SMA	19	39%
	PT	20	41%
Paritas	Primigravida	40	82%
	Multigravida	9	18%

Berdasarkan tabel diatas, sebagian besar responden berusia 24-27 tahun 18 orang (37%), menempuh pendidikan jenjang perguruan tinggi 20 orang (41%), dan primigravida 40 orang (82%).

Karakteristik Responden

Tabel 2. Karakteristik berdasarkan Tingkat Kecemasan dan Kesiapan Menghadapi Persalinan (n= 49)

Variabel	Kategori	n	%
Tingkat Kecemasan	Tidak Ada	31	63%
	Kecemasan Cemas	15	31%
	Ringan		

Tingkat Kesiapan	Cemas Sedang	3	6%
	Cemas Berat	0	0%
	Baik (55-72)	27	55%
	Cukup (37-54)	20	41%
	Kurang (18-35)	2	4%

Berdasarkan tabel diatas, sebagian besar ibu hamil tidak memiliki kecemasan 31 orang (63%) dan memiliki kesiapan baik 27 orang (55%), tetapi sebanyak 3 orang (6%) ibu hamil memiliki kecemasan sedang dan sebanyak 2 orang (4%) memiliki kesiapan kurang.

Hubungan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dengan Kesiapan Menghadapi Persalinan di Masa Pandemi Covid-19

Tabel 3 menjelaskan bahwa hasil analisis data menggunakan uji statistik Spearman didapatkan nilai P sebesar 0,001 ($P < 0,05$) artinya terdapat hubungan antara tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dengan kesiapan menghadapi persalinan di masa pandemi Covid-19.

Tabel 3 Analisis Hubungan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dengan Kesiapan Menghadapi Persalinan di Masa Pandemi Covid-19

Tingkat Kecemasan	Kesiapan persalinan								P value	Koefisien korelasi
	Baik		Cukup		Kurang		Total			
	N	%	n	%	N	%	n	%		
Tidak Ada Kecemasan	25	81	5	16	1	2	31	100	0.001	-466
Cemas Ringan	2	13	13	87	0	0	15	100		
Cemas Sedang	0	0	2	67	1	33	3	100		
Cemas Berat	0	0	0	0	0	0	0	0		
Total	27	55	20	41	2		49	100		

Ket. Uji Statistik yang digunakan Uji Spearman

PEMBAHASAN

Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester 3

Kecemasan merupakan perasaan yang umum dialami oleh semua orang yang merupakan respon emosional yang melibatkan perasaan takut dan khawatir yang tidak jelas penyebabnya.¹⁴ Kehamilan tidak hanya berpengaruh terhadap perubahan fisik, tetapi juga berpengaruh terhadap psikologis ibu hamil.

Trimester III adalah periode krusial untuk menyambut kelahiran bayi dan menjadi orang tua, sehingga seringkali

muncul perasaan khawatir yang menyebabkan ibu meningkatkan kewaspadaannya terutama terhadap munculnya tanda - tanda persalinan.¹⁵ Pada periode ini seringkali timbul rasa khawatir atau takut jika bayi yang akan dilahirkannya tidak normal, takut akan rasa sakit dan bahaya fisik yang timbul saat persalinan, dan merasa sedih karena kehilangan perhatian khusus yang diterima selama hamil¹⁵. Bjelica dalam penelitiannya juga mengatakan bahwa pada trimester ke-3 ibu hamil cenderung mulai merasa takut tentang kemungkinan ia atau bayinya meninggal.¹⁶

Kecemasan pada kehamilan trimester 3 dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti pengetahuan, usia, dukungan keluarga, psikologis, dan pendamping persalinan.¹⁷⁻¹⁹ Selain itu, adanya pandemi Covid-19 juga berpengaruh terhadap kecemasan ibu hamil terutama trimester 3. Penelitian yang dilakukan oleh Lebel menunjukkan hasil bahwa terjadi peningkatan gejala kecemasan selama pandemi Covid-19 sebanyak 56,6%.⁴ Hal tersebut disebabkan karena kekhawatiran terhadap ancaman covid-19 bagi kesehatan ibu dan bayi, takut tertular covid-19, bingung cara memeriksa kehamilan, dan isolasi sosial akibat pandemi covid-19.

Kesiapan Ibu Hamil Trimester 3 dalam Menghadapi Persalinan

Kesiapan diartikan sebagai tingkat kematangan atau kesiapan yang cukup dari segi fisik dan mental untuk mempraktekkan sesuatu.^{7,20} Jika dihubungkan dengan persalinan, maka kesiapan persalinan adalah tingkat kematangan atau kesiapan ibu hamil yang cukup baik dari segi fisik maupun mental untuk menghadapi persalinan.

Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kesiapan ibu hamil dalam menghadapi persalinan, di antaranya adalah umur, pengetahuan, pendapatan, perencanaan kehamilan, dan dukungan sosial.^{9,21,22} Persiapan yang matang merencanakan persalinan akan mengurangi kebingungan ketika proses persalinan, sehingga ibu akan menerima penanganan yang sesuai dan tepat waktu.²³

Aspek penting yang ditanyakan kepada responden terkait kesiapan menghadapi persalinan adalah mengenai hari perkiraan lahir, penolong persalinan, pendamping persalinan, kesiapan biaya persalinan, transportasi, persiapan bila terjadi kegawatdaruratan, pengambil keputusan, dan dukungan keluarga. Hal tersebut penting untuk didiskusikan oleh ibu baik bersama keluarga maupun bidan

sehingga proses persalinan dapat berjalan dengan aman. Ibu hamil yang memiliki kesiapan baik dalam persalinan juga akan menjaga kehamilannya dan menyiapkan semua yang dibutuhkan untuk menghadapi persalinan dan dapat mengurangi kecemasan menjelang persalinannya.²³

Hubungan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dengan Kesiapan Menghadapi Persalinan Di Masa Pandemi Covid-19

Hasil pada penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Angesti pada tahun 2020 yang menyatakan terdapat hubungan antara dua variabel tersebut.⁹ Hal tersebut dapat dipengaruhi oleh faktor kurangnya informasi yang didapat oleh ibu hamil, dukungan dari suami, dan pengalaman dalam menghadapi persalinan.⁸ Adanya pandemi Covid-19 semakin meningkatkan kecemasan yang dialami oleh ibu hamil, yang tentunya akan berdampak terhadap kesiapan persalinan.

Di Masa pandemi Covid-19 tidak menutup kemungkinan bahwa banyak ibu hamil yang merasa cemas dan tidak siap untuk melahirkan karena takut dirinya dan bayinya akan tertular Covid-19. Sebuah penelitian menunjukan bahwa terjadi peningkatan kecemasan sebanyak 56,6% selama pandemi covid-19.⁴ Sehingga, perlunya mengelola kecemasan dengan baik agar tidak sampai menimbulkan stres, rasa tidak berdaya, dan kepanikan berlebihan.²⁴ Pengelolaan kecemasan yang baik akan berpengaruh positif terhadap kesiapan ibu dalam menghadapi persalinan baik dari segi kesiapan fisik maupun psikologis.

Kurangnya perencanaan untuk menghadapi proses persalinan dapat berakibat negatif bagi ibu dan bayi, sehingga dengan dilakukannya persiapan yang matang, maka ibu hamil dapat menjalani proses persalinan yang aman dan sehat.²¹

SIMPULAN

Terdapat hubungan antara tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dengan kesiapan menghadapi persalinan di masa pandemi Covid-19. Hal tersebut dikarenakan ketika mendekati waktu persalinan, ibu hamil cenderung mulai merasa takut akan rasa sakit dan bahaya fisik yang akan timbul pada waktu melahirkan, sehingga menyebabkan ibu hamil mengalami kecemasan dan tidak siap untuk menghadapi persalinan.

DAFTAR RUJUKAN

1. BNPB. Peta Sebaran. Published 2021. Accessed April 6, 2021. <https://covid19.go.id/peta-sebaran>
2. Kemenkes RI. *Pedoman Pencegahan Dan Pengendalian Coronavirus Disease (Covid-19)*. 5th ed. Kementerian Kesehatan RI; 2020.
3. Siallagan D, Lestari D. Tingkat Kecemasan Menghadapi Persalinan Berdasarkan Status Kesehatan, Graviditas Dan Usia Di Wilayah Kerja Puskesmas Jombang. *Indones J Midwifery*. 2018;1(2):104-110. doi:10.35473/ijm.v1i2.101
4. Lebel C, Mackinnon A, Bagshawe M, Madsen LT, Giesbrecht G. Elevated Depression and Anxiety Symptoms Among Pregnant Individuals During The COVID-19 Pandemic. *J Affect Disord*. 2020;277:5-13. doi:10.1016/j.jad.2020.07.126
5. Tanton MD. Gangguan Kecemasan Pada Wanita Hamil Di Saat Pandemi COvid-19. *J Penelit Perawat Prof*. 2020;2(4):381-392. doi:10.37287/jppp.v2i4.181
6. Silva MM de J, Nogueira DA, Clapis MJ, Leite EPRC. Anxiety in pregnancy: Prevalence and associated factors. *Rev da Esc Enferm*. 2017;51:1-8. doi:10.1590/S1980-220X2016048003253
7. Dalyono. *Psikologi Pendidikan*. PT Rineka Cipta.; 2005.
8. Elvina L, Nuzul R, Rosdiana E. Faktor Yang Berhubungan dengan Kesiapan Psikologis Ibu Hamil Trimester III dalam Menghadapi Persalinan. *J Healthc Technol Med*. 2018;4(2):176-184.
9. Angesti EPW. Hubungan tingkat kecemasan dan pengetahuan ibu hamil trimester 3 dengan kesiapan menghadapi persalinan di masa pandemi covid-19 di Puskesmas Benowo dan Tenggilis. Published online 2020.
10. Istikhomah H, Mumpuni DAP. Kesiapan Psikologis Ibu Hamil Trimester III Dalam Persiapan Persalinan Pasca Relaksasi Hypnobirthing. *J Kebidanan dan Kesehat Tradis*. 2016;1(1):28-33. doi:10.37341/jkkt.v1i1.24
11. Zainiyah Z, Susanti E. Anxiety in Pregnant Women During Coronavirus (Covid-19) Pandemic in East Java, Indonesia. *Maj Kedokt Bandung*. 2020;52(3):149-153. doi:10.15395/mkb.v52n3.2043
12. Zung WWK. A Rating Instrument For Anxiety Disorders. *Psychosomatics*. 1971;12(6):371-379. doi:10.1016/S0033-3182(71)71479-0
13. Putranti VP. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Tentang Persalinan Dengan Kesiapan Primigravida Menghadapi Persalinan. Published online 2014.
14. Gunarsa S. *Psikologi Perawatan*. 5th ed. BPK GM; 2008.
15. Tyastuti S, Wahyuningsih HP. *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Pusdik SDM Kesehatan; 2016.
16. Bjelica A, Cetkovic N, Trninic-pjevic A, Mladenovic-segedi L. The phenomenon of pregnancy — a psychological view. *Via Medica Journals*. 2018;89(2):102-106. doi:10.5603/GP.a2018.0017
17. Musahib AH, Waskito F, Syamsi N. Hubungan antara pendamping persalinan, umur, dan paritas ibu hamil dengan tingkat kecemasan ibu hamil menjelang persalinan. *J Kesehat Tadulako*. 2015;1(1):11-15.
18. Ismail, Usman S, Maulida M. Berbagai Faktor yang Mempengaruhi Tingkat kecemasan Ibu Hamil Trimester III. *Maj Kesehat Masy Aced e-ISSN 2621-8178*. 2019;2(3):120-130.
19. Prameswari Y, Ulfah Z. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Menghadapi Persalinan di Puskesmas Batu Aji Kota Batam TAHUN 2018. *Psyche (Stuttg)*. 2019;12(1):30-39. <http://lppm.upiypk.ac.id/ojsupi/index.php/PSIKOLOGI/article/download/73/44/>
20. Chaplin J. *Kamus Lengkap Psikologi*. (Kartono K, ed.). PT Radja Grafindo Persada; 2011.
21. Dewi N, Nuzul R. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Persiapan Ibu Hamil Trimester III Menjelang Persalinan di Bidan Praktek Mandiri Yuniar Desa Cot Nambak Kecamatan Blang Bintang

- Kabupaten Aceh Besar. *J Healthc Technol Med.* 2017;3(1):68. doi:10.33143/jhtm.v3i1.260
22. Gitanurani Y. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kesiapan Persalinan di Puskesmas Jetis I Bantul Yogyakarta. *Keperawatan Matern.* Published online 2017.
23. Naha MK, Handayani S. Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Persalinan Dengan Kesiapan Menghadapi Persalinan Pada Trimester III di Puskesmas Umbulharjo I Yogyakarta. *J Keperawatan Respati Yogyakarta.* 2018;5(1):56-61. doi:http://dx.doi.org/10.35842/jkry.v5i0.288
24. Vibriyanti D. Kesehatan Mental Masyarakat: Mengelola Kecemasan Di Tengah Pandemi Covid-19. *J Kependud Indones.* 2020;2902:69-74. doi:10.14203/jki.v0i0.550