

HUBUNGAN TINGKAT KEMAMPUAN DALAM MERAWAT DIRI DAN BAYINYA DAN BAYINYA TERHADAP TINGKAT KECEMASAN IBU PRIMIGRAVIDA TRIMESTER KE TIGA

Emilia Puspitasari Sugiyanto¹, Candra Hadi Prasetyo¹

¹Akademi Keperawatan Widya Husada Semarang

Email: ummu_kifah@yahoo.com

ABSTRAK

Proses kehamilan merupakan bagian dari siklus tumbuh kembang manusia. Perubahan fisik, emosi, sosial yang dialami ibu selama kehamilan akan mempengaruhi psikologis ibu, kehadiran anak pertama bagi ibu primigravida merupakan sebuah krisis dalam kehidupannya. Perasaan mampu atau tidak mampu melaksanakan peranya berdampak pada perubahan psikologisnya, salah satunya kecemasan. Penelitian ini merupakan studi dengan kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Analisis dilakukan pada 24 ibu primigravida trimester ke tiga dilingkungan puskesmas Demak. Hasil penelitian didapatkan ada hubungan antara tingkat kemampuan ibu primigravida dalam merawat diri dan bayinya dengan tingkat kecemasan ibu primigravida.

Kata Kunci: primigravida, kecemasan, kemampuan ibu

RELATIONSHIP OF THE ABILITY TO CARE OF YOURSELF AND HIS BABIES TO THIRD TRIMESTER PRIMIGRAVIDA

ABSTRACT

The process of pregnancy is part of the cycle of human development. The physical, emotional, and social changes experienced by the mother during pregnancy will affect the mother's psychological well-being, the presence of the first child for primigravida mothers is a crisis in his life. The feeling of being able or unable to carry out the effect has an impact on his psychological changes, one of which is anxiety. This study is a quantitative study with a cross sectional approach. The analysis was conducted on 24 mothers in the third trimester primigravida at the health center Demak. The results showed that there was a relationship between the level of ability of primigravida mothers to care for themselves and their babies with primigravida maternal anxiety levels..

Key Words: Primigravida, anxiety, mothers ability

PENDAHULUAN

Seorang wanita akan mengalami proses kehamilan, melahirkan, dan menyusui sebagai salah satu proses dari kehidupannya. Perubahan yang dialami pada masa tersebut menjadi salah satu sebab timbulnya gejala pada setiap tahapannya. Seorang ibu harus dapat beradaptasi terhadap perubahan tersebut. Karina, 2017 menjelaskan kehamilan merupakan proses yang dramatis yang memerlukan proses adaptasi untuk menghadapinya. Ibu primigravida adalah pengalamannya kehamilan pertama oleh seorang wanita, kelahiran anak pertama merupakan situasi krisis bagi seorang wanita karena dalam kehidupannya mengalami perubahan peran dan

pola hidup dalam dirinya. Krisis paling biasanya terjadi pada ibu primigravida, hal tersebut dipengaruhi oleh kurangnya pengalaman ketrampilan yang dimiliki oleh ibu dalam melakukan perawatan mandiri dirinya dan bayinya setelah melahirkan. Keadaan tersebut menjadi salah satu faktor terjadinya masalah psikososial kecemasan pada ibu. Astuti, 2012 menjelaskan dari 47 responden ibu primigravida diantaranya 44 mengalami ansietas ringan dan 3 mengalami ansietas berat. Atas dasar tersebut maka peneliti tertarik untuk mengetahui apakah ada hubungan antara tingkat kemampuan ibu terhadap tingkat kecemasan ibu primigravida semester III di wilayah kerja puskesmas demak 1.

METODE

Penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional yang dilakukan pada 24 ibu primigravida di Puskesmas Demak. Data dianalisis secara univariat menggunakan distribusi frekuensi. Sedangkan hubungan kemampuan ibu dengan tingkat kecemasan ibu dianalisis dengan uji Chi Square.

HASIL

Sebagian besar umur ibu pada rentan usia dewasa muda 75%, berpendidikan SMA 50% dan tidak bekerja (IRT) 79%. Tabel 1 menggambarkan tingkat kemampuan ibu dalam perawatan diri dan bayinya diantaranya ibu memiliki tingkat kemampuan kurang sebanyak 58,3% dan kemampuan cukup sebanyak 41,7%. Tabel 2 menggambarkan tingkat kecemasan ibu primigravida sebagian besar dalam kategori cemas berat sebanyak 13 ibu atau 54,2%.

Tabel 1
Gambaran tingkat kemampuan ibu (n=24)

Tingkat Stadium	f	%
kurang	14	58,3
cukup	10	41,7

Tabel 2
Gambaran tingkat kecemasan ibu (n=24)

Tingkat Stadium	f	%
sedang	9	37,5
berat	13	54,2
Sangat berat	2	8,3

Tabel 3
Hubungan tingkat kemampuan ibu dengan tingkat kecemasan ibu (n=24)

	Sedang		Berat		Sangat berat		P
	f	%	f	%	f	%	
Kurang	5	21	7	29	2	8	0,007
Cukup	4	17	6	25	0	0	

Tabel 3 menggambarkan hubungan tingkat kemampuan ibu terhadap tingkat kecemasan ibu didapatkan nilai p 0,007 dengan kata lain ada hubungan antara tingkat kemampuan ibu dalam perawatan diri dan bayinya dengan kecemasan ibu primigravida trimester III.

PEMBAHASAN

Karakteristik responden sebagian besar dalam kategori usia dewasa muda yaitu sebesar 75 %. Umur berpengaruh dalam tingkat kecemasan ibu primigravida. Karakteristik usia dewasa muda adalah tugas perkembangan dewasa muda salah satunya adalah kesiapan untuk menjalankan peran sebagai istri maupun seorang ibu. Perubahan peran yang akan dihadapi menuntut calon ibu muda untuk mempunyai kemampuan menjalankan perannya. Minimnya pengetahuan dan minimnya

pengalaman ibu muda akan menjadi factor terjadinya kecemasan ibu dalam upaya pemenuhan fungsi dan perannya.

Harlock, (1996) Masa dewasa muda adalah masa usia reproduktif. Masa ini ditandai dengan membentuk rumah tangga. Pada masa ini khususnya wanita, sebelum usia 30 tahun, merupakan masa reproduksi, dimana seorang wanita siap menerima tanggung jawab sebagai seorang ibu. Masa dewasa muda sebagai masa bermasalah. Setiap masa dalam kehidupan manusia, pasti mengalami perubahan, sehingga seseorang harus melakukan penyesuaian diri kembali terhadap diri maupun lingkungannya. Demikian pula pada masa dewasa awal ini, seseorang harus banyak melakukan kegiatan penyesuaian diri dengan kehidupan perkawinan, peran sebagai orang tua dan

sebagai warga negara yang sudah dianggap dewasa secara hukum.

Heriani, (2016) menjelaskan ibu hamil yang usianya kurang dari 20 tahun akan memiliki perasaan cemas dan takut karena kondisi fisik yang belum siap, dan ibu yang berusia lebih dari 35 tahun akan memiliki kecemasan karena beresiko lebih tinggi mengalami penyulit obstetrik dan morbiditas dan mortalitas perinatal.

Hasil dari tingkat pendidikan didapatkan responden lebih banyak pada tingkat pendidikan atas atau SMA. Tingkat pendidikan berhubungan dengan tingkat pemahaman seseorang atau pengetahuan seseorang. Semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin tinggi pula tingkat pemahaman dan daya tangkap dalam penerimaan informasi. Pemahaman terkait informasi kesehatan tentang factor resiko tentang suatu kejadian akan meningkatkan seseorang akan lebih bersifat hati-hati. Hal tersebut timbul karena kekhawatiran yang muncul. Zaode (2013) menjelaskan tidak ada hubungan antara tingkat pendidikan dengan kecemasan ibu hamil.

Pekerjaan berhubungan dengan kemampuan ibu dalam mengalihkan pikirannya dengan pekerjaan. Selain itu pekerjaan berhubungan dengan tingkat pendapatan keluarga dengan ibu bekerja diharapkan kebutuhan financial tercukupi hal ini sejalan dengan penelitian said (2015) bekerja dapat mengalihkan perhatian ibu terhadap kecemasan.

Hasil analisis bivariat menunjukkan ada hubungan antara kemampuan ibu dalam merawat diri dan bayinya mempengaruhi tingkat kecemasan ibu. Hal ini dikarenakan Ibu primigravida adalah seorang wanita yang baru pertama kali mengalami proses kehamilan, kelahiran anak pertama dalam keluarga merupakan situasi krisis bagi seorang wanita karena ada perubahan peran dan pola hidup seseorang. Krisis paling utama terjadi pada ibu primigravida, hal tersebut dipengaruhi oleh minimnya pengalaman yang dimiliki oleh ibu dalam melakukan perawatan mandiri setelah melahirkan. Pernyataan tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Achiria, (2011) menjelaskan kemampuan perawatan bayi baru lahir meliputi merawat tali pusat, memandikan, menyusui, dan perawatan bayi setelah BAK

dan BAB. Desyanti (2012) menjelaskan kemampuan yang dimiliki ibu setelah melahirkan meliputi perawatan perineum, payudara, dan senam nifas.

Ibu yang mempunyai tingkat kemampuan perawatan diri dan bayinya lebih rendah untuk mengalami keemasan disbanding ibu yang tingkat kemampuannya kurang, Dengan kata lain kemampuan ibu akan meningkatkan kepercayaan diri ibu dan secara tidak langsung memberikan penilaian positif terhadap diri ibu sehingga ibu mempunyai kepercayaan diri untuk dapat merawat diri dan bayinya.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Ibu yang mempunyai tingkat kemampuan perawatan diri dan bayinya lebih rendah untuk mengalami keemasan disbanding ibu yang tingkat kemampuannya kurang, Dengan kata lain kemampuan ibu akan meningkatkan kepercayaan diri ibu dan secara tidak langsung memberikan penilaian positif terhadap diri ibu sehingga ibu mempunyai kepercayaan diri untuk dapat merawat diri dan bayinya.

Saran

Pelayanan keperawatan untuk ibu hamil hendaknya memberikan pelatihan terkait perawatan ibu dan bayinya sehingga ibu mempunyai pengalaman dan kesiapan dalam menghadapi proses kehamilan dan persalinan sehingga tidak terjadi kecemasan.

DAFTAR PUSTAKA

- Achiria, (2011). *Pengaruh Discarg planing terhadap kemandirian perawatan bayi pada SC di RSUD Wates Kulon progo*. Skripsi. Stikes Aisyah Yogyakarta
- Astuti, Yunita (2012). *Hubungan Karakteristik ibu Hamil Primigravida trimester ke III Dengan Tingkat Kecemasan Di RSUD Pasar Rebo*. Skripsi Universitas Indonesia, FIK: Jakarta
- Elisabeth, B. Hurlock. 1996. *Psikologi Perkembangan-Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga. Jakarta.
- Ernawati, (2012) *Gambaran Perawatan Diri ibu Post Partum Primipara Normal di*

- rumah: Skripsi Universitas
Indonesia, FIK: Jakarta <http://digilib.unimus.ac.id/files/disk/112/jptunimus>.
- Handayani, (2011) *Hubungan Karakteristik Dan Pengetahuan Ibu Postpartum Dengan Kecemasan Pada Masa Persalinan Di Klinik Bersalin Sumiarini Dan Marianim Medan Johar Tahun 2009*.
<http://repository.usu.ac.id/handle/12345789/30313>
- Herawati, (2015) *Kemandirian Ibu Nifas Primipara Dan Perawatan Bayi Baru Lahir* Jurnal Keperawatan Terapan, Volume 1, No. 1, Maret 2015: 36-40
- Karina, (2017). *Gambaran tingkat kecemasan ibu hamil trimester ke III dalam menghadapi proses persalinan di puskesmas kretek bantul. Stikes jendral ahmadyani Yogyakarta*.
- Mochtar, Rustam (1998) *Sinopsis Obstetri: Obstetri fisiologi & Obstetri Patologi*. Edisi 2 Jakarta: EGC
- Notoadmodjo S. (2010) *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta PT Rineka Cipta
- Nurhidayah (2015). *Tingkat Pengetahuan Tentang Faktor Risiko Persalinan Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Pada Ibu hamil Trimester III di Puskesmas sleman yogyakarta*. Jurnal Ners dan Kebidanan Vol 3, No3
- Putri. (2010) *Pengalaman ibu hamil dalam menghadapi stress persalinan*.
- Said N, Kanine E, Bidjuni H. 2015. *Hubungan Faktor Sosial Ekonomi Dengan Kecemasan Ibu Primigravida di Puskesmas Tuminting*. *Ejournal Keperawatan (e-Kep)*. 3(2): 1-8
- Stuart, G. W. (2013). *Principles and Practice of Psychiatric Nursing (9 ed.)*. Missouri: Mosby, Inc.
- Susmiatin, E. A., Keliat, B. A., Hastono, S. P. dan Susanti, H. (2010): *Pengaruh Terapi Kelompok Terapeutik Terhadap Kemampuan Adaptasi Dan Memberikan Stimulasi Janin Pada Ibu Hamil Di Kelurahan Balumbang Jaya Kecamatan Bogor Kota Bogor*. Tesis: Universitas Indonesia, FIK: Jakarta
- Triwidarsi (2009). *faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan ibu primigravida trimester ke III dalam menghadapi persalinan*.
<http://digilib.unimus.ac.id/files/disk/112/jptunimus>.
- Zaode, 2013. *Faktor-faktor yang mempengaruhi berhubungan dengan kecemasan ibu hamil menjelang persalinan di poli KIA PKM Tuminting*. *ejournal keperawatan (e-Kp) Volume. 1 Nomor. 1*.