

# **PENGARUH KONSELING TENTANG PERSALINAN TERHADAP KECEMASAN IBU PRIMI GRAVIDA TRIMESTER III YANG AKAN MENGHADAPI PERSALINAN**

**Athi' Linda Yani dan Zulfa Khusniyah**

Prodi S1 Keperawatan  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Pesantren Tinggi Darul Ulum Jombang  
Email : [lindayani1987@gmail.com](mailto:lindayani1987@gmail.com)

## **ABSTRAK**

Kehamilan merupakan peristiwa penting bagi seorang wanita, oleh karena itu kematangan perkembangan emosional dan fisiknya sangat diperlukan bagi seorang wanita yang sedang hamil. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui konseling tentang persalinan terhadap kecemasan ibu primi gravid trimester III yang akan menghadapi persalinan, penelitian ini menggunakan pra post test desain dengan penelitian pra experiment. Populasinya adalah seluruh ibu hamil di BPS. Ny hartini, penelitian ini menggunakan teknik consecutive sampling, besar sampel untuk penelitian 30 responden. Untuk menguji pengaruh konseling terhadap kecemasan menggunakan uji statistic T-test dengan tingkatkemaknaan  $\alpha = 0,05$ . Disimpulkan ada pengaruh konseling terhadap kecemasan ibu primi gravid trimester III yang akan menghadapi persalinan. Dari hasil penelitian didapatkan ibu yang telah mendapatkan konseling tentang persalinan sebanyak 19 (63,3%) responden yang mengalami cemas ringan dan 11 (36,7%) responden yang mengalami cemas sedang. Hal tersebut karena pasien lebih rileks dan optimis selama akan menghadapi persalinan setelah mendapatkan dukungan dan konseling dari orang terdekat.

**Kata kunci :** *kecemasan ibu primi gravid, pengaruh konseling persalinan*

## **ABSTRACT**

Pregnancy is an important event for a woman, therefore the development of emotional and physical maturity is necessary for a woman who is pregnant. The purpose of this study is to know about the birth of the anxiety counseling primi gravid mother who will face the third trimester labor, this study used a pre post test research design with pre-experiment. Its population is all pregnant women in the BPS. Mrs. Hartini, this study used a consecutive sampling technique, the sample size for the study 30 respondents. To examine the effect of counseling on anxiety using statistical tests tingkatkemaknaan T-test with  $\alpha = 0.05$ . Concluded no effect on maternal anxiety counseling primi gravid third trimester will face labor. From the results, the mother who had been getting counseling about birth were 19 (63.3%) of respondents who experienced mild anxiety and 11 (36.7%) of respondents who experienced moderate anxiety. This is because the patient is more relaxed and optimistic during childbirth will face after getting the support and counseling of people nearby. So with this will create a comfortable atmosphere for patients so as to defuse any emotional tension, and can also support constructive action on his health.

**Keywords:** *maternal anxiety primi gravid, maternity counseling influence*

## **PENDAHULUAN**

Kehamilan merupakan peristiwa penting bagi seorang wanita karena selama kehamilannya seorang wanita memerlukan waktu untuk beradaptasi dengan berbagai perubahan yang terjadi dalam dirinya baik fisik maupun psikologinya (Al-atiq, 2007). Bagi beberapa wanita yang baru pertama kali mengalami kehamilannya akan merasa cemas dan takut karena baginya kehamilan dan melahirkan bayi merupakan perjuangan yang cukup berat bagi setiap wanita, mereka juga menganggap bahwa kehamilan merupakan suatu periode yang penuh dengan tekanan emosional sehingga mereka merasa sangat cemas saat akan datangnya persalinan dan takut terjadi sesuatu pada bayinya. Beberapa hal yang sering di cemas oleh ibu hamil di antaranya : rasa nyeri waktu partus, ancaman bahaya maut dan keadaan bayi yang cacat atau meninggal (Huliana, 2007)

Berdasarkan hasil survey yang telah dilakukan perawat di pukesmas sragen pada tahun 2008 dari hasil wawancara menyatakan bahwa sekitar 25-80% ibu hamil mengalami cemas dan takut saat akan menghadapi persalinan, selain itu juga berdasarkan pra survey bulan Januari-februari 2009 di RSUD. Dr.F.L Tobing Sibolga terdapat 30 ibu hamil yang akan bersalin, 20 diantaranya ibu primi gravid menyatakan cemas dalam menghadapi proses persalinan, yang disebabkan oleh kurangnya pengetahuan, terutama tentang proses mekanisme persalinan (Hidayat, 2009). Sedangkan berdasarkan dari hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di BPS Hartini Bandung diweek pada tanggal 29 – selesai Januari 2010 di dapatkan 8 ibu primi gravid 75% diantaranya menyatakan cemas saat menghadapi persalinan dan takut rasa nyeri waktu persalinan sehingga berakibat susah tidur dan selalu gelisah.

## **METODOLOGI PENELITIAN**

Metode penelitian adalah suatu cara untuk memperoleh kebenaran ilmu pengetahuan atau pemecahan suatu masalah, Dalam

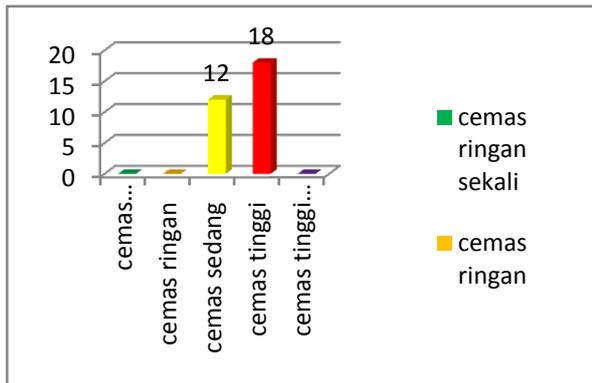
penelitian ini menggunakan metode penelitian pra eksperimen dengan desain penelitian *pra-post tes design* artinya untuk mengetahui sebab akibat dengan cara melibatkan suatu kelompok subjek. Kelompok subjek diobservasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian diobservasi lagi setelah intervensi (Nursalam, 2003). Populasi adalah keseluruhan subyek atau data dengan karakteristik tertentu yang akan diteliti. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil di BPS. Hartini Bandung Diweek Jombang. Dan Sampel adalah bagian populasi yang dipilih dengan tertentu untuk bisa mewakili populasi (Nursalam, 2003). Dan sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah 30 ibu primi gravida dengan kriteria sebagai berikut, Untuk menganalisa pengaruh konseling persalinan terhadap ibu primi gravida yang akan menghadapi persalinan digunakan uji T-test dengan batas kemaknaan  $\alpha \leq 0,05$  yang berarti tingkat kesalahan yang ditoleransi dalam penelitian ini sebanyak 5% bila  $\alpha \leq 0,05$  berarti hipotesa penelitian diterima. Seluruh pengolahan data statistik dilakukan secara komputerisasi dengan menggunakan SPSS (*software product and service solution*)

## **HASIL PENELITIAN**

Analisis pengaruh konseling tentang persalinan dengan tingkat kecemasan ibu primi gravida trimester III saat akan menghadapi persalinan, dengan menggunakan uji statistik T-test dengan fasilitas komputer SPS pada tingkat kemaknaan  $\alpha \leq 0,05$ .

### **Data Khusus**

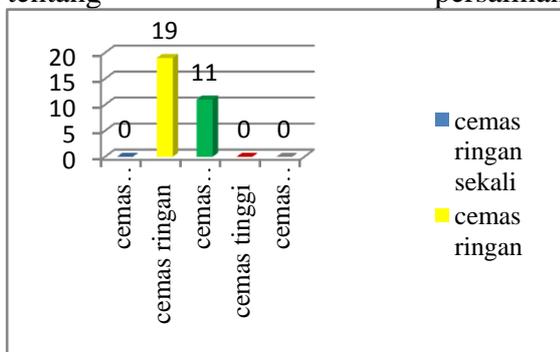
1. Tingkat kecemasan ibu primi gravida trimester III saat akan menghadapi persalinan sebelum diberikan konseling tentang persalinan



Gambar 1. Tingkat kecemasan ibu primi gravida di BPS. Ny Hartini Bandung Diwek Jombang pada bulan Juli-Agustus 2010.

Diagram diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami cemas tinggi sebanyak 18 (60%) dan sebanyak 12 (40%) responden yang mengalami cemas sedang, sebelum diberikan konseling tentang persalinan.

2. Tingkat kecemasan ibu primi gravida trimester III saat akan menghadapi persalinan setelah di berikan konseling tentang persalinan



Gambar 2. Tingkat kecemasan ibu primi gravida di BPS. Ny Hartini Bandung Diwek Jombang pada bulan Juli-Agustus 2010

Diagram diatas menunjukkan bahwa setelah diberikan konseling tentang persalinan sebagian besar responden mengalami cemas ringan sebanyak 19 (63,3%) responden dan yang mengalami cemas sedang sebanyak 11 (36,7%) responden.

3. Pengaruh konseling tentang persalinan terhadap tingkat kecemasan ibu primi gravida trimester III yang akan menghadapi persalinan di BPS. Ny Hartini Bandung Diwek Jombang bulan Juli-Agustus 2010

Tabel 5.1 Distribusi pengaruh konseling persalinan terhadap tingkat kecemasan ibu primi gravida yang akan menghadapi persalinan di BPS. Ny Hartini Bandung Diwek Jombang Juli-Agustus 2010

Tingkat Kecemasan	Pemberian Konseling			
	Pre-test		Post-test	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%
Ringan sekali	0	0	0	0
Ringan	0	0	19	63,3
Sedang	12	40	11	36,7
Tinggi	18	60	0	0
Tinggi sekali	0	0	0	0
Mean	85,3		61	
Koefesien $\alpha = 0,000$				

Dari hasil tabel diatas menunjukkan bahwa pada ibu primi gravida yang setelah diberi konseling tentang persalinan 11 orang (36,7%) mengalami cemas sedang dan 19 orang (63,3%) mengalami cemas ringan, sedangkan pada ibu primi gravida yang sebelum mendapat konseling tentang persalinan 18 orang (60%) mengalami cemas tinggi dan 12 orang (40%) diantaranya mengalami cemas sedang, dengan nilai rata-rata mean 24.86 dan standart deviasi 9.29 dan t = dila 15.126 dilakukan uji T-test dengan signifikan  $\alpha = 0,000$  rerata A1= 85.733 dan rerata A2= 59.667 ( $A2 < A1$ ). dengan demikian ada pengaruh konseling tentang persalinan terhadap kecemasan ibu primi gravida trimester III yang akan menghadapi persalinan.

## PEMBAHASAN

### **Pengaruh Konseling Tentang Persalinan Terhadap Kecemasan Ibu Primi Gravida Trimester III Saat Akan Menghadapi Persalinan**

Dari hasil tabel diatas menunjukkan bahwa pada ibu primi gravida yang sebelum mendapat konseling tentang persalinan didapatkan sebanyak 18 (60%) responden yang mengalami cemas tinggi, sedangkan yang cemas sedang sebanyak 12 (40%) responden. Sedangkan untuk ibu primi gravida yang setelah mendapatkan konseling tentang persalinan didapatkan sebanyak 11 (36,7%) responden yang mengalami cemas sedang dan 19 (63,3%) responden yang lain mengalami cemas ringan. Dengan nilai rata-rata mean 24.86 dan standart deviasi 9.29. dan dilakukan uji T-test dengan signifikan  $\alpha = 0,000$  dengan demikian pengaruh konseling tentang persalinan terhadap kecemasan ibu primi gravida trimester III saat akan menghadapi persalinan.

Menurut Hurlock (1998) bahwa kecemasan yang terjadi pada ibu akan mengalami keadaan takut yang ringan setiap menghadapi situasi yang dianggap sebagai ancaman potensial. Rasa cemas lebih ditimbulkan oleh sebab yang dibayangkan, dibandingkan dengan sebab yang nyata. Menurut Lefrancoi, pada kecemasan bahaya bersifat kabur, misalnya ada ancaman, adanya hambatan terhadap keinginan pribadi, adanya perasaan-perasaan tertekan yang muncul dalam kesadaran. Tidak jauh berbeda dengan pendapat Lefrancois adalah pendapat yang dikemukakan oleh Johnston (1971) yang menyatakan bahwa kecemasan dapat terjadi karena kekecewaan, ketidakpuasan, perasaan tidak aman atau adanya permusuhan dengan orang lain.

Dari hasil penelitian pada ibu yang belum mendapatkan konseling tentang persalinan didapatkan 12 (40%) responden yang mengalami cemas sedang dan 18 (60%)

responden yang mengalami cemas tinggi. Hal tersebut dikarenakan melahirkan merupakan pengalaman pertama sehingga mekanisme koping terhadap kecemasan masih belum efektif, kecemasan tersebut juga disebabkan karena kurangnya pengetahuan dan kurangnya persiapan pasien dalam menghadapi proses persalinan. Sesuai dengan pendapat Halminton (1995) ketidaktahuan menyebabkan ketakutan yang berlebih sehingga akhirnya berujung pada stress. Kondisi ini yang dapat meningkatkan detak jantung, produksi adrenalin yang meningkat, serta otot-otot tubuh yang merenggang, terutama otot yang berada di jalan rahim ikut menjadi kaku dan keras sehingga sulit mengembang (Wendy,2001).

Pemberian konseling dan peningkatan support mental serta dengan memberi motivasi, menjelaskan bahwa persalinan merupakan hal yang fisiologis, menganjurkan melakukan pemeriksaan secara teratur, dan memberikan informasi tentang perubahan fisik dan psikologisnya sehingga upaya ini dapat mengurangi kecemasan ibu (Hidayat, 2000). Dari hasil penelitian didapatkan ibu yang telah mendapatkan konseling tentang persalinan sebanyak 19 (63,3%) responden yang mengalami cemas ringan dan 11 (36,7%) responden yang mengalami cemas sedang. Hal tersebut karena pasien lebih rileks dan optimis selama akan menghadapi persalinan setelah mendapatkan dukungan dan konseling dari orang terdekat. Maka dengan ini akan terciptanya suasana nyaman bagi pasien sehingga mampu meredakan segala ketegangan emosi, serta dapat pula mendukung tindakan konstruktif terhadap kesehatannya.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada bulan Juli – Agustus 2010 di BPS. Ny Hartini di Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang dapat disimpulkan sebagai berikut :

- 1) Sebelum diberikan konseling terhadap ibu primi gravida yang akan menghadapi persalinan, sebagian besar ibu mengalami respon kecemasan dengan 18 orang (60%) mengalami cemas tinggi dan 12 orang (40%) mengalami cemas sedang.
- 2) Setelah dilakukan observasi pada ibu primi gravida yang setelah diberikan konseling tentang persalinan, sebagian besar ibu mengalami penurunan terhadap respon cemas
- 3) Ada pengaruh konseling tentang persalinan terhadap kecemasan ibu primi gravida trimester III yang akan menghadapi persalinan di BPS. Ny Hartini Bandung Diwek
- 4) Jombang. Dari data yang diperoleh setelah mendapatkan konseling 11 orang (36,7%) mengalami cemas sedang dan 19 orang (63,35%) mengalami cemas ringan, sedangkan pada ibu primi gravida yang belum mendapatkan konseling 12 orang (40%) mengalami cemas sedang dan 18 orang (60%) mengalami cemas tinggi dengan nilai rata-rata 24,86 dan standar deviasi 9,29 dan signifikasi  $\alpha = 0,000$  demikian H1 diterima.

## **SARAN**

- 1) Diharapkan ibu primi gravida untuk selalu mencari informasi tentang seputar kehamilan dan persiapan persalinan
- 2) Ibu hamil dan keluarga lebih mendukung adanya kebijakan yang telah dilakukan oleh petugas kesehatan untuk selalu memberikan konseling dan dukungan selama hamil dan persiapan untuk melahirkan, karena hal ini dapat menurunkan respon cemas.
- 3) Memberikan kenyamanan, konseling, serta dukungan terhadap klien akan menciptakan hubungan baik antara petugas kesehatan dengan klien, sehingga klien akan merasa lebih nyaman.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Arikunto. 2006. *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. Jakarta : Asdi Mahasatya.
- Anwar, Saifudin. 2003. *Sikap dan perilaku manusia*. Yogyakarta : pustaka pelajar.
- Burn,R.B. 1993. *Konsep diri teori dan pengembangan perilaku*. Jakarta : Arcan
- Bobak, Lowdermilk, Jensen. 2005. *Buku ajar keperawatan maternitas Edisi 4*. Jakarta : EGC
- Hawari, dadang. 2001. *Management stress, cemas dan depresi*. Jakarta : FKUI
- Kartono, kartini. 1992. *Psikologi wanita jilid 2*. Bandung : Mandar maju
- Levie, valery. 2006. *praktek kebidanan*. Jakarta: EGC
- Moore, Hacker. 2001. *Esensial obstetric dan ginekologi*. Jakarta : hipokiater
- Nursalam (2002). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Salemba Medika. Jakarta.
- Noack B, Klingenberg J, Weigelt J, Hoffmann T. *Periodontal status and preterm low birth weight: a case control study*. J ClinPeriodontol. 2002; 40: 339-45

