



Kecemasan Ibu Hamil Trimester 3 Di Masa Pandemi Covid-19 Dalam Menghadapi Persalinan

The anxiety of trimester III pregnant woman in facing childbirth during the covid-19 pandemic

Faridha Nasir^{1*}, Nur Aiman², Dela Safitri³

^{1,2,3}Program Studi Aakademi Kebidanan Graha Ananda Palu

*korespondensi penulis: faridanatsir@gmail.com

Abstrak

Wabah Virus Covid-19 sangat berdampak pada permasalahan psikologis ibu hamil seperti kesehatan ibu selama hamil dan keselamatan janin selama di dalam kandungan. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat kecemasan ibu hamil trimester ketiga di masa pandemi Covid-19 dalam menghadapi persalinan. Jenis penelitian deskriptif dengan pendekatan crosssectional. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 33 orang dengan menggunakan teknik total sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner the perinatal anxiety screening scale (PASS) dengan nilai croancbach alpha sebesar 0,90, 0,89, 0,86, dan 0,87 untuk ke empat indikator kecemasan. Mayoritas ibu hamil trimester ketiga mengalami cemas ringan-sedang sebanyak 20 responden (60,6%), cemas berat sebanyak 11 responden (33,3%) dan tidak mengalami cemas sebanyak 2 orang (6,1%). Kecemasan yang dialami responden disebabkan oleh pengalaman ibu melahirkan sebelumnya, ketakutan ibu terinfeksi dan menginfeksi Covid-19 dan informasi yang diperoleh dari media masa mengenai protokol kesehatan selama masa pandemi Covid-19.

Kata Kunci: covid-19; ibu hamil trimester III; kecemasan

Abstract

The outbreak of the Covid-19 virus has greatly impacted the psychological problems of pregnant women, such as the health of the mother during pregnancy and the safety of the fetus. This study aims to identify the level of anxiety of pregnant women in the third trimester during the Covid-19 pandemic in dealing with childbirth. This type of research is descriptive with a cross-sectional approach. The sample selection used total sampling with 33 respondents. Data is collected using the perinatal anxiety screening scale (PASS) questionnaire with croancbac alpha values of 0.90, 0.89, 0.86, and 0.87 for sub-dimensions, respectively. The majority of third trimester pregnant women experience mild-moderate anxiety as many as 20 respondents (60.6%), severe anxiety as many as 11 respondents (33.3%) and 2 people did not experience anxiety (6.1%). The anxiety experienced by respondents is caused by the experience of previous mothers giving birth, the mother's fear of being infected and infecting Covid-19 and information obtained from the mass media regarding health protocols during the Covid-19 pandemic. Suggestions for further research, it is necessary to examine the differences in anxiety of pregnant women before and after the Covid-19 pandemic.

Keywords: covid-19; third trimester pregnant women; anxiety

PENDAHULUAN

Setiap orang tanpa terkecuali pernah mengalami kecemasan. Kecemasan dapat disebabkan oleh pertumbuhan, adanya pengalaman baru Heriani (2016) dan kecemasan yang mengarah kepada masalah psikiatri dapat terjadi jika seseorang mengalami tekanan dan perasaan yang mendalam dalam jangka waktu yang lama gangguan kecemasan lebih banyak terjadi pada wanita (30,5%) daripada pria (19,2%)⁽¹⁾

Kehamilan merupakan salah satu sumber stressor yang dialami oleh wanita. Pada umumnya seorang wanita yang mengetahui dirinya sedang hamil untuk pertama kalinya akan merasa senang dan disaat yang bersamaan rasa cemas juga timbul pada wanita tersebut akibat perubahan yang terjadi pada dirinya serta perkembangan janin yang ada dalam kandungannya⁽¹⁾.

Menurut Kemenkes (2021), bahwa Virus Covid-19 pertama kali ditemukan pada tanggal 2 Maret 2020 dimana dari 1.078.314 jiwa positif menderita Covid-19, ditemukan sebanyak 29.998 jiwa mengalami kematian dan 873.221 jiwa telah sembuh serta dalam masa pemulihan sebanyak 175.095 jiwa. Hasil penelitian Yuliani, Diki Retno (2020) di Kecamatan Baturaden, ditemukan sebanyak 57,5% ibu hamil trimester ketiga mengalami kecemasan dimana 40% diantaranya ibu hamil tersebut mengalami tingkat kecemasan ringan hingga sedang. Adapun faktor penyebab dari kecemasan yang dialami ibu hamil tersebut antara lain resiko terpapar Covid-19, masa karantina dan langkah-langkah yang diadopsi selama masa pandemi Covid-19 yang dapat memperburuk pada pemikiran dan emosi ibu dan dapat menimbulkan timbulnya gejala depresi pada ibu hamil tersebut⁽²⁾.

Pernyataan di atas didukung oleh penelitian Cella (2016), dimana dari 107.000.000 orang ibu hamil trimester III ditemukan sebanyak 59% ibu mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan di masa Pandemi Covid-19. Menurut Alibasjah et al.,(2016) kecemasan ibu hamil trimester III ini diakibatkan karena rasa takut para ibu tidak mendapatkan prenatal care yang adekuat selama terjadinya pandemi sehingga dapat memicu terjadinya berbagai gejala dan penyakit, sementara menurut Siallagan & Lestari (2018), kelahiran bayi prematur serta keguguran dapat terjadi apabila ibu sering mengalami kecemasan. Survei awal yang dilakukan peneliti pada bulan Maret tahun 2021, didapatkan bahwa jumlah kunjungan ibu yang rajin melakukan pemeriksaan kehamilan di Klinik Bersalin Umbansari sebanyak 46 orang dimana sebanyak 36 orang multigravida dan 10 orang ibu hamil primigravida⁽³⁾.

Dari wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada 3 orang ibu hamil multigravida trimester III kebanyakan ibu hamil mengatakan memiliki rasa cemas dalam menghadapi persalinan dimasa pandemi Covid-19 dimana faktor utamanya adalah kekhawatiran ibu hamil dimasa pandemi Virus Covid-19 diantaranya adalah banyaknya berita dimedia massa dan media sosial yang menyatakan kerentanan ibu hamil terpapar Virus Covid-19, kekhawatiran akan terinfeksi dan menginfeksi bayi dalam kandungannya, pengalaman persalinan sebelumnya, dan faktor ekonomi menjelang persalinan nantinya jika harus dirujuk ke rumah sakit ketika diperlukan penanganan lebih lanjut dikarenakan kondisi keuangan. Salah satu terapi nonfarmakologi yang dapat mengurangi kecemasan dalam menghadapi persalinan adalah terapi aroma⁽⁴⁾.

Selain itu terapi perilaku seperti menerapkan protokol kesehatan selama melaksanakan pemeriksaan kehamilan antara lain mencuci tangan dengan menggunakan sabun atau handsanitizier, menggunakan masker serta menjaga jarak diharapkan dapat menimbulkan perasaan nyaman pada ibu hamil⁽⁵⁾.

Berdasarkan data tersebut, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi”Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Masa Pandemi Covid-19 dalam menghadapi persalinan di Klinik Umbansari Tahun 2021”

METODE

Jenis penelitian deskriptif dengan pendekatan cross sectional. Penelitian dilaksanakan di Klinik Bersalin Umbansari Pekanbaru pada bulan Maret sampai April 2021. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil multigravida trimester III yang rutin melaksanakan pemeriksaan kehamilan di Klinik Bersalin Umbansari. Jumlah responden sebanyak 33 orang dengan teknik pengambilan sampel total sampling. Pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner The Perinatal Anxiety Screening Scale (PASS) yang diadopsi dari penelitian Yuliani terdiri dari 31 pertanyaan dengan 4 domain diantaranya; Kekhawatiran Berlebihan dan Ketakutan Khusus; Perfeksionisme, Kontrol dan Trauma; Kecemasan Sosial; dan Kecemasan Akut dan Penyesuaian. Nilai validitas dan reliabilitas dari masing-masing

indikator adalah 0,90, 0,89, 0,86, 0,87. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan penyajian data dalam bentuk tabel distribusi dan frekuensi.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden (n=33)

Karakteristik Responden	F	%
Usia		
a. ≤ 20 tahun	2	6,0
b. 20-35 tahun	25	75,8
c. ≥ 35 tahun	6	18,2
Pendidikan Ibu		
a. SD	2	6,0
b. SMP	5	15,2
c. SMA	21	63,6
d. Perguruan Tinggi	5	15,2
Pekerjaan		
a. Bekerja	19	57,6
b. Tidak Bekerja	14	42,4

Tabel 1 Menunjukkan mayoritas responden berada pada rentang usia 20-35 tahun sebanyak 25 orang (75,8%), dengan pendidikan responden sebagian besar SMA sebanyak 21 orang (63,6%) serta sebagian besar responden bekerja sebanyak 19 orang (57,6%).

Tabel 2. Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dalam menghadapi Persalinan (n=33)

Tingkat kecemasan	F	%
a. Tidak cemas	2	6,1
b. Kecemasan ringan-sedang	20	60,6
c. Kecemasan berat	11	33,3

Tabel 2 menunjukkan mayoritas responden mengalami kecemasan ringan-sedang sebanyak 20 orang (60,6) dalam menghadapi persalinan di masa pandemi Covid-19 di Klinik Bersalin Umbansari Tahun 2021.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden Penelitian

Karakteristik responden berdasarkan usia, didapatkan ibu hamil multigravida trimester III pada kelompok usia 35 tahun berjumlah 6 orang (18,2%) dimana mayoritas memiliki tingkat kecemasan berat sebanyak 3 orang. Hasil penelitian di atas didukung oleh penelitian Asiyah (2021) dimana kecemasan berat mayoritas ditemukan pada ibu usia muda sebanyak 12 orang (1,4%), dan mayoritas kecemasan ringan ditemukan pada ibu hamil dengan usia cukup yaitu sebanyak 50 orang (71,4%).

Menurut peneliti, psikologis seorang wanita dalam menghadapi kehamilan dan persalinan dapat dipengaruhi oleh usia, dimana semakin tinggi usia maka tingkat kematangan emosi serta kematangan seseorang dalam menyelesaikan suatu permasalahan semakin tinggi. Secara fisiologis, usia 20-35 tahun merupakan usia reproduksi sehat dimana secara fisik usia tersebut sudah siap hamil dimana organ reproduksinya sudah terbentuk sempurna sedangkan penyulit obstetrik dan angka mortalitas persalinan lebih banyak terjadi pada wanita berusia 35 tahun ke atas.

Karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan, dimana ibu hamil multigravida trimester III dengan tingkat pendidikan SD berjumlah 2 orang (6,0%) memiliki tingkat kecemasan berat. Pada tingkat pendidikan SMP berjumlah 5 orang (15,2%) dimana mayoritas memiliki tingkat kecemasan ringan-sedang sebanyak 3 orang. Pada tingkat pendidikan SMA berjumlah 21 orang (63,6%) dimana mayoritas memiliki tingkat kecemasan ringan-sedang sebanyak 14 orang, sedangkan pada tingkat pendidikan perguruan tinggi berjumlah 5 orang (18,2%) mayoritas memiliki tingkat kecemasan ringan-

sedang sebanyak 3 orang. Hasil penelitian di atas didukung oleh penelitian Rinata & Andayani (2018) dimana mayoritas ibu hamil mengalami kecemasan ringan sebanyak 40 orang (75,5%) dengan tingkat pendidikan menengah ke atas dan sebanyak 6 orang (54,5%) ibu hamil mengalami kecemasan berat dengan tingkat pendidikan menengah ke bawah dan sebanyak 7 orang (13,2%) ibu hamil tidak mengalami kecemasan.

Menurut peneliti, pendidikan dapat mempengaruhi ibu hamil dalam hal berpikir, mengelola informasi dan mengambil keputusan dalam menghadapi suatu masalah. Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan ibu hamil, dimana semakin tinggi pendidikan ibu maka semakin tinggi tingkat pengetahuannya. Ibu hamil yang berpendidikan tinggi memiliki pengetahuan yang lebih mengenai kehamilan sehingga memungkinkan ibu tersebut mengantisipasi dirinya menghadapi kecemasan dalam persalinan, berbanding terbalik dengan tingkat pendidikan ibu yang rendah. Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan, ibu hamil multigravida trimester III dengan status bekerja berjumlah 19 orang (57,6%) dimana mayoritas tingkat kecemasan ringan-sedang sebanyak 14 orang. Pada status tidak bekerja berjumlah 14 orang (42,4%) dimana mayoritas memiliki tingkat kecemasan ringan-sedang sebanyak 7 orang.

Hasil penelitian tersebut didukung oleh penelitian Puspitasari dan Wahyuntari (2020) dimana dari 42 orang responden ibu hamil sebanyak 10 orang (23,8%) ibu tidak mengalami kecemasan selama hamil dan sebanyak 32 orang (76,2%) kecemasan lebih banyak ditemukan pada ibu yang tidak bekerja. Menurut peneliti, ibu yang tidak bekerja lebih banyak menghabiskan waktunya di rumah sehingga terbatas untuk mencari informasi seputar kehamilannya dan menyebabkan lebih banyak memikirkan hal-hal negatif yang berdampak pada kehamilannya dibandingkan dengan ibu yang memiliki pekerjaan. Pernyataan peneliti di atas didukung oleh Notoatmodjo (2010) dalam Puspitasari & Wahyuntari (2020) bahwa pekerjaan dapat menghilangkan kecemasan seseorang tidak terkecuali pada ibu hamil.

Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Masa Pandemi Covid-19 dalam menghadapi persalinan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa, tingkat kecemasan ibu hamil multigravida trimester III di masa pandemi Covid-19 ditemukan sebanyak 20 orang (60,6%) mengalami kecemasan ringan sampai sedang dan sebanyak 11 orang (33,3%) mengalami kecemasan berat. Kecemasan yang dialami dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti risiko terpapar Covid-19, perasaan menjelang persalinan, informasi dari tenaga kesehatan mengenai kesehatan dan risiko terhadap ibu dan calon bayi serta dukungan suami dan keluarga selama kehamilan hingga persalinan nantinya.

Tingkat kecemasan yang ditemukan pada ibu hamil trimester ketiga berada pada kategori kecemasan ringan-sedang hingga kecemasan berat. Adapun yang menjadi faktor penyebab timbulnya kecemasan pada ibu hamil tersebut antara lain rasa khawatir ibu terhadap pandemi virus corona, dimana banyak ibu yang mengalami kecemasan menjelang persalinan, kedua ketakutan ibu hamil untuk terinfeksi dan menginfeksi orang lain, ketiga informasi yang diperoleh mengenai manajemen Covid-19 (protokol 5M; menggunakan masker, mencuci tangan, menjaga jarak, menjauhi kerumunan dan mengurangi mobilisasi), pencegahan dan penanganan yang diperoleh dari media masa, keempat adalah kejenuhan ibu hamil yang membuat mereka abai bahkan menjadi tidak percaya dengan gejala Covid-19, serta faktor ekonomi dikarenakan keadaan pekerjaan suami yang mayoritas bekerja sebagai petani, peternak dan pegawai pabrik yang di PHK ditambah lagi dengan biaya persalinan yang cukup besar dikarenakan kondisi ekonomi dan faktor keluarga tidak memiliki BPJS.

Aspek-aspek kecemasan dibagi menjadi empat bentuk, antara lain aspek kognitif (dalam pikiran seseorang) kekhawatiran ini dapat terjadi mulai dari tingkat khawatir yang ringan lalu panik, cemas dan merasa akan terjadi malapetaka. Saat individu mengalami kondisi ini ia tidak dapat berkonsentrasi, tidak dapat mengambil keputusan, dan mengalami kesulitan tidur. Termasuk dimensi kognitif antara lain menjadi sulit tidur di malam hari, mudah bingung dan lupa. Aspek motorik (dalam tindakan seseorang) yaitu perasaan tidak menyenangkan yang muncul dalam bentuk tingkah laku seperti meremas jari, tangan gemetar, tidak dapat duduk atau diam ditempat, menggigit bibir, dan gugup. Biasanya orang yang cemas menunjukkan pergerakan secara acak. Aspek somatis (dalam reaksi fisik/biologis) yaitu perasaan yang

tidak menyenangkan yang muncul dalam reaksi fisik biologis seperti mulut terasa kering, kesulitan bernafas, jantung berdebar, tangan dan kaki dingin, diare, pusing seperti hendak pingsan, banyak berkeringat, tekanan darah naik, otot tegang terutama kepala, leher, bahu dan dada serta sulit mencerna makanan. Aspek afektif (dalam emosi seseorang) perasaan tegang karena luapan emosi yang berlebihan seperti dihadapkan pada suatu teror. Luapan emosi ini biasanya berupa kegelisahan atau kekhawatiran bahwa ia dekat dengan bahaya padahal tidak terjadi apapun.

Secara umum, kecemasan pada ibu hamil bisa berakibat pada kesehatan ibu serta bayi. Dengan terdapatnya pandemi Covid- 19 bisa menambah insiden maupun tingkatan kecemasan pada ibu hamil, sehingga kasus tersebut membutuhkan penindakan lebih lanjut, untuk mengurangi dampak negatif pada kesejahteraan ibu serta bayi. Oleh karena itu peneliti menyarankan jika dalam tiap kunjungan antenatal pada masa pandemi, baik secara tatap muka ataupun secara daring, pengkajian pada psikologis ibu hamil bisa dilaksanakan dengan lebih maksimal, sehingga bila ditemukan menderita kasus psikologis seperti kecemasan, tindakan mengurangi kecemasan bisa dilaksanakan dengan sesegera mungkin. Kualitas prenatal care yang baik adalah prioritas untuk ibu hamil dan perubahan perawatan memungkinkan meningkatkan gejala kecemasan. Dukungan sosial yang baik berhubungan dengan rendahnya gejala kecemasan. Dukungan sosial sangat penting bagi kondisi fisik dan psikis, khususnya selama kehamilan.

Dukungan sosial secara langsung berdampak pada kesehatan mental dengan mendorong perilaku positif, meningkatkan perasaan positif dan meningkatkan respon stres fisiologis. Kesejahteraan janin menjadi fokus utama ibu hamil. Meskipun kemungkinan terjadinya penularan atau transmisi secara nyata, ibu mungkin merasakan kekhawatiran tentang risiko atau infeksi pada periode bayinya lahir. Dukungan petugas kesehatan juga sangat berpengaruh dalam penanganan kecemasan ibu hamil karena dengan pemberian informasi yang baik dapat membekali seorang ibu dalam menjelang persalinan.

KESIMPULAN

Karakteristik responden berdasarkan usia ibu, rentang usia responden berada pada 20-35 tahun yaitu sebesar 75,8%. Berdasarkan pendidikan ibu, mayoritas responden berpendidikan SMA sebesar 63,6%. Berdasarkan status pekerjaan mayoritas responden memiliki pekerjaan yaitu sebesar 57,6% serta mayoritas ibu mempunyai tingkat kecemasan pada rentang kecemasan ringan sedang yaitu sebanyak 20 orang (60,6%)

SARAN

Perlu dilakukan edukasi terkait dengan kondisi ibu hamil selama masa pandemi Covid-19 dan dukungan dari tenaga kesehatan atau bidan serta keluarga agar kondisi kecemasan pada ibu hamil dapat di minimalkan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Astuti H, Tembilahan JP, Hilir KI. The Effect of Back Massage Techniques on Pain Intensity in Primigravida Maternity Mothers in Active Phase 1 during the COVID-19 Pandemic and the New Normal. (081365902080):12-7.
2. Bappenas KP. Studi Pembelajaran Penanganan COVID-19 Indonesia. 2021. 1-275 p.
3. Ariyanti, Kesbi FG, Tari AR, Siagian G, Jamilatun S, Barroso Fg, Et Al. Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester Iii Masa Pandemi Covid 19 Di Puskesmas Sikumana Kota Kupang. J Apl Teknol Pangan. 2021;4(1):1-2.
4. Suhery, Putra T, Jasmalinda. Jurnal Inovasi Penelitian. J Inov Penelit. 2020;1(3):1-4.
5. Diki YR, Ulfah M, Suparmi. Buku Ajar Aplikasi Asuhan Kehamilan Ter-Update Disertai Program Pemerintah Berkaitan Dengan Antenatal Care. Jakarta Timur: CV. TRans Info Media; 2017.