

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan proses fisiologis yang menyebabkan perubahan pada ibu baik secara fisik maupun psikologis. Transformasi psikologis selama kehamilan sangat signifikan, yang menandakan perubahan posisi ibu dan peralihan dari masa kanak-kanak ke masa menjadi orang tua, disertai dengan berbagai sifat dan tanggung jawab yang harus dipenuhi. Perubahan psikologis yang dialami ibu hamil pada trimester III disebabkan oleh kecemasan sebelum melahirkan (N. Hikmah et al., 2019).

Kecemasan merupakan respons emosional yang ditandai dengan kekhawatiran samar dan dikaitkan dengan perasaan tidak pasti. Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pada ibu hamil selama trimester III meliputi pengetahuan, keadaan psikologis, status ekonomi, pengalaman sebelumnya, dukungan keluarga, dan dukungan suami. Selama trimester III, ibu hamil sering mengalami kecemasan yang ditandai dengan kekhawatiran mengenai kemampuan melahirkan normal, kekhawatiran tentang nyeri persalinan yang bertahan lama, kesehatan bayi baru lahir pascapersalinan, kelancaran proses persalinan, keadaan ibu setelah melahirkan, kemungkinan pengalaman melahirkan yang tidak memuaskan, dan berkurangnya perhatian dari orang lain (R. Hikmah et al., 2023)

Kekhawatiran ibu dapat meningkatkan kadar hormon stres, sehingga menghambat dilatasi serviks normal, yang dapat meningkatkan persepsi nyeri dan memperpanjang durasi persalinan. Kecemasan memicu ketegangan yang

menghambat relaksasi tubuh, yang menyebabkan kelelahan ibu, yang kemudian memengaruhi kondisi janin dalam kandungan. Emosi ibu yang berfluktuasi memperburuk ketidaknyamanan ibu. Selama persalinan, ibu hamil membutuhkan ketenangan untuk memfasilitasi prosedur yang tenang dan tanpa hambatan. Seorang ibu yang tetap tenang selama persalinan akan memperlancar proses persalinan tanpa kesulitan (Gultom et al., 2023).

Pada tahun 2019, *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa sekitar 12.230.142 ibu hamil di seluruh dunia mengalami masalah selama trimester III persalinan, dengan 30% menunjukkan kecemasan yang terkait dengan proses persalinan. Sebanyak 81% wanita di Inggris mengalami masalah psikologis selama kehamilan (Sari et al., 2019). Prevalensi kecemasan pada ibu hamil di Indonesia adalah 373.000.000, dengan 107.000.000 (28,7%) menyatakan kecemasan saat mendekati persalinan. Penelitian pada wanita primigravida menunjukkan bahwa 22,5% mengalami kecemasan ringan, 30% kecemasan sedang, 27,5% kecemasan berat, dan 20% kecemasan sangat berat (Nainggolan, 2020).

Menurut Survei Kesehatan Indonesia 2023, prevalensi masalah kesehatan mental dalam sebulan terakhir di antara mereka yang berusia di atas 15 tahun di Bali adalah 0,3%, dengan 95% CI (0,2-0,5). Kesehatan jiwa yang dialami oleh perempuan sebesar 2,6% dengan 95% CI (2,5-2,8).

Kecemasan pada ibu hamil menghadapi persalinan meningkat selama trimester III, yang berdampak pada proses persalinan. Kecemasan berlebihan dapat berdampak buruk pada kesehatan janin. Perubahan psikologis yang terjadi pada trimester III menyebabkan ibu hamil mengalami peningkatan kepekaan, kelesuan, keinginan untuk diperhatikan, peningkatan kecemburuan, kecemasan, dan

kekhawatiran sesekali tentang persalinan yang akan segera terjadi. Kecemasan ibu berdampak buruk terhadap prevalensi bayi berat lahir rendah dan bayi prematur. (Basaria Manurung et al., 2024)

Liyawati dan Yuntika Ima (2020) menjelaskan tingkat kecemasan ibu hamil pada trimester III dipengaruhi oleh pengalaman melahirkan sebelumnya. Penelitian mereka menunjukkan bahwa ibu dengan pengalaman sebelumnya yang negatif dapat mengalami kecemasan dan trauma saat mengantisipasi kelahiran berikutnya

Penelitian Aisyah tahun 2019 tentang tingkat kecemasan ibu hamil primigravida dan multigravida saat persalinan menunjukkan bahwa mayoritas primigravida menderita kecemasan yang bersumber dari penyebab seperti ketegangan, rasa tidak aman, dan berkurangnya kepercayaan diri

Self Efficacy pada ibu hamil merupakan konstruksi psikologis penting yang meramalkan perilaku ibu dan meningkatkan rasa percaya diri serta kemampuan selama kehamilan. *Self Efficacy* terbentuk melalui empat sumber informasi mendasar: pencapaian kinerja kehamilan sebelumnya, pengalaman yang disampaikan oleh ibu hamil lainnya, dukungan verbal dari orang lain, dan respons fisiologis seperti kelelahan, ketegangan, kecemasan, dan gangguan tidur. *Self Efficacy* merupakan faktor penting dalam memahami perilaku, menjaga kesehatan perilaku, dan mengakui dampak dukungan sosial terhadap praktik sehat selama kehamilan (Izadirad et al., 2017).

Banyak faktor yang dapat memengaruhi pengelolaan kecemasan seseorang. *Self Efficacy* merupakan variabel yang berbeda di antara setiap individu. *Self Efficacy* dan kecemasan saling berhubungan; individu yang memandang dirinya tidak mampu mengatasi tantangan hidup sering kali memendam kekhawatiran

mengenai kapasitas mereka untuk menangani kesulitan di masa mendatang (N. Hikmah et al., 2019).

Penelitian tentang hubungan antara *Self Efficacy* dan dukungan suami mengenai kecemasan saat persalinan pada ibu hamil trimester III di Bumil Pamil, Jakarta Selatan, menunjukkan adanya korelasi yang signifikan, dengan nilai $R = 0,876$, $R^2 = 0,768$, dan $p = 0,000$; $p < 0,05$, yang menunjukkan adanya hubungan yang substantif antara *Self Efficacy*, dukungan pasangan, dan kecemasan dalam persiapan persalinan (Ika Fitriyanti Soleha & Rilla Sovitriana, 2024).

Self Efficacy merupakan prediktor signifikan pengambilan keputusan individu tentang perilaku kesehatan, memfasilitasi penerapan tindakan yang meningkatkan kesehatan dan pengurangan tindakan yang merugikan. Orang yang memiliki *Self Efficacy* rendah umumnya menghadapi kegiatan yang menuntut dengan rasa khawatir, yang menyebabkan kurangnya rasa percaya diri terhadap kemampuan mereka. Tingkatkan perilaku yang bermanfaat dan kurangi perilaku yang merugikan. *Self Efficacy* yang tidak memadai memicu kondisi emosional dan psikologis, termasuk kejengkelan, kemarahan, dan kesedihan, terutama pada wanita hamil. *Self Efficacy* pada wanita hamil merupakan konstruksi psikologis penting yang meramalkan perilaku ibu dan meningkatkan kepercayaan diri serta kemampuan mereka selama kehamilan. *Self Efficacy* dipengaruhi oleh kompetensi selama masa kehamilan. *Self Efficacy* terbentuk melalui empat sumber informasi utama: pencapaian kinerja, yang mencakup kehamilan sebelumnya; pengalaman tidak langsung, seperti mengamati wanita hamil lainnya; dorongan verbal dari orang lain; dan reaksi fisiologis, termasuk kelelahan, stres, kecemasan, dan gangguan tidur.

Individu yang memiliki *Self Efficacy* yang tinggi cenderung menganggap tantangan sebagai masalah yang dapat dipecahkan, bukan sebagai ancaman yang harus dihindari. Ibu hamil yang memiliki pengendalian diri yang efektif dapat mengurangi rasa sakit selama persalinan, sedangkan ibu yang menunjukkan *Self Efficacy* yang kuat menunjukkan peningkatan kepuasan terhadap pengalaman kehamilan dan terhadap penyedia layanan kesehatan, sehingga mengurangi tingkat kekhawatiran (Fitri et al., 2023).

Sebuah studi awal terhadap ibu hamil di trimester III mengungkapkan bahwa 8 dari 10 ibu hamil menganggap melahirkan sebagai pengalaman yang menakutkan, dan menimbulkan rasa sakit, cemas dan tidak percaya diri dalam melahirkan. Dua orang mengatakan sudah siap untuk melahirkan dan merawat bayi. Peneliti yang tertarik dengan dampak kekhawatiran sebelum melahirkan terhadap kondisi ibu dan bayi, sehingga melakukan penelitian berjudul “Hubungan *Self Efficacy* Ibu Hamil Trimester III dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Persalinan di Klinik Wirati”.

B. Rumusan Masalah

Adakah Hubungan *Self Efficacy* Ibu Hamil Trimester III dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Persalinan di Klinik Wirati?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis Hubungan *Self Efficacy* Ibu Hamil Trimester III dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Persalinan di Klinik Wirati

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi *self efficacy* ibu hamil trimester III di Klinik Wirati.
- b. Mengidentifikasi tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan di Klinik Wirati.
- c. Menganalisis hubungan *self efficacy* ibu hamil trimester III dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan di Klinik Wirati.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Bagi institusi kebidanan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan bacaan referensi pembelajaran dan pengajaran di Poltekkes Kemenkes Denpasar

- b. Bagi perkembangan ilmu kebidanan

Penelitian ini diharapkan sanggup memberi saran serta wawasan dalam pengembangan ilmu pengetahuan ibu tentang *self efficacy* ibu hamil trimester III dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi responden

Penelitian ini membantu ibu hamil pada trimester III dengan meningkatkan kepercayaan diri mereka sebelum melahirkan, sehingga mengurangi kecemasan.

b. Bagi fasilitas pelayanan kesehatan

Temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan untuk konseling dan pemberdayaan, khususnya bagi ibu hamil dan suaminya, dalam meningkatkan *self efficacy* dan mengurangi kecemasan terkait persalinan.

c. Bagi institusi pendidikan kesehatan

Hasil penelitian ini meningkatkan pengetahuan teoritis tentang *Self Efficacy* ibu hamil pada trimester III terkait tingkat kecemasan saat melahirkan. Dengan demikian penelitian mengenai keadaan psikologis ibu hamil semakin berkembang dan dapat menjadi dasar bagi penelitian yang akan datang.