

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan salah satu fase penting dalam siklus kehidupan perempuan yang menimbulkan perubahan fisik maupun psikologis, terutama pada trimester III (Shahid, 2021). Ibu hamil trimester III menghadapi perubahan bentuk tubuh yang makin nyata dan proses persalinan yang semakin dekat. Kehamilan sehat tidak hanya ditentukan oleh kondisi fisik, tetapi juga dari kondisi mental ibu. Kesehatan mental ibu hamil perlu diperhatikan karena dapat memengaruhi proses pembentukan ikatan emosional ibu dengan janin sejak masa kehamilan dan kesiapan ibu menghadapi persalinan (Tadanki dkk, 2025). Salah satu masalah psikologis yang sering muncul pada trimester III adalah kecemasan (Asih dkk., 2021).

Kecemasan pada masa kehamilan merupakan keadaan emosi negatif yang menimbulkan kekhawatiran terkait perubahan diri ibu selama kehamilan, perkembangan dan kesehatan janin, serta bayangan proses persalinan yang akan datang (Halil dan Puspitasari, 2023). Kecemasan dipengaruhi oleh berbagai faktor baik faktor internal maupun eksternal. Faktor internal meliputi perubahan hormonal selama kehamilan, kondisi kesehatan, masalah psikologis seperti rasa kurang percaya diri, perubahan penampilan fisik, serta persepsi terhadap nyeri persalinan. Faktor eksternal meliputi pengetahuan ibu, dukungan psikologis oleh suami dan keluarga, kondisi sosial ekonomi, serta pengaruh lingkungan berupa cerita negatif yang meningkatkan kekhawatiran (Ana dkk., 2025). Ibu hamil trimester III umumnya membutuhkan dukungan lebih kuat untuk menjaga kesiapan mental.

World Health Organization (WHO) melaporkan gangguan mental secara global pada perempuan (4,6%) lebih tinggi daripada laki-laki (2,6%). Prevalensi kecemasan pada ibu hamil diperkirakan antara 7-20% di negara maju dan 20% atau lebih di negara berkembang (WHO, 2025). Prevalensi gejala kecemasan di Indonesia dilaporkan mencapai 71,90% dan meningkat menjelang persalinan (Astuti dkk., 2025). Gambaran lain dilaporkan di UPTD Puskesmas I Ubud yang menunjukkan prevalensi kecemasan pada ibu hamil menjelang persalinan mencapai 63% (63 dari 100 ibu hamil) selama Maret hingga April 2023 dengan peluang cemas tertinggi pada ibu hamil trimester III yaitu 4,40 kali dibandingkan trimester II 3,69 kali dan trimester I 3,32 kali (Dewi dkk., 2024).

Penelitian oleh Asih dkk., (2021) pada ibu hamil trimester III di Puskesmas II Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat tahun 2021 juga menunjukkan bahwa dari 74 responden, 41 orang (55,4%) responden mengalami cemas ringan, 32 orang (43,2%) responden mengalami cemas sedang, dan 1 orang (1,4%) responden mengalami cemas berat. Beberapa penelitian tersebut menunjukkan bahwa kecemasan dalam kehamilan masih menjadi masalah yang perlu mendapat perhatian karena berpotensi memengaruhi kesehatan ibu, janin serta kesiapan psikologis ibu dalam menjalani persalinan dan peran sebagai orang tua.

Kecemasan selama kehamilan berdampak pada kondisi ibu dan janin. Kecemasan berlebihan dapat menurunkan kontraksi uterus, meningkatkan risiko atonia uteri, menyebabkan kelelahan ibu dan syok, serta meningkatkan risiko kelahiran prematur dan BBLR (Nazir dkk., 2025). Kecemasan juga dapat mengganggu ikatan emosional ibu dengan janin, padahal hubungan ini penting terbentuk sejak masa kehamilan untuk mendukung perkembangan kognitif, motorik

dan sosial anak. Ikatan emosional ibu dengan janin sejak masa kehamilan inilah yang dikenal sebagai *prenatal attachment* (Baroah dkk., 2020).

Prenatal attachment merupakan ikatan emosional yang berkembang selama kehamilan antara ibu dengan janin yang tercermin dalam perasaan, pikiran atau representasi tentang bayi, serta perilaku interaksi terhadap janin dan cenderung meningkat seiring bertambahnya usia kehamilan. Ikatan ini dapat tampak melalui perilaku mengelus perut, berbicara dengan janin, melakukan pemeriksaan antenatal, serta mempersiapkan persalinan (Putri dan Rahmadiani, 2021). Kualitas *prenatal attachment* penting karena berperan sebagai dasar hubungan ibu dengan anak setelah lahir dan dapat memengaruhi kualitas interaksi pada masa postpartum (Fernanda dan Figueiredo, 2024).

Kecemasan pada ibu hamil dapat melemahkan *prenatal attachment* melalui aktivasi sistem stres yang meningkatkan kadar kortisol. Peningkatan kortisol dapat menurunkan kapasitas kognitif dan emosional ibu dalam membentuk pikiran serta perasaan positif terhadap janin. Ibu hamil yang mengalami kecemasan juga cenderung berfokus pada ancaman potensial seperti persalinan sulit atau kekhawatiran adanya kelainan pada janin, dibandingkan pada keberadaan janin itu sendiri (Özdemir dkk., 2020). Penelitian oleh Lestari dan Pratiwi (2024) menunjukkan adanya hubungan negatif antara tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dan skor *prenatal attachment*, yang berarti semakin tinggi kecemasan maka skor *prenatal attachment* cenderung semakin rendah.

Unit Pelaksana Teknis Daerah Puskesmas IV Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan merupakan fasilitas kesehatan tingkat pertama yang menyelenggarakan pelayanan kesehatan ibu dan anak termasuk pelayanan antenatal

yang komprehensif. Puskesmas memiliki peran strategis dalam melakukan deteksi dini dan penanganan masalah kesehatan ibu hamil, termasuk aspek kesehatan mental yang dapat berdampak pada kesejahteraan ibu dan janin. Peran tersebut dilaksanakan melalui pelayanan antenatal, termasuk skrining kesehatan jiwa untuk mendeteksi dini masalah psikologis pada ibu hamil. Wilayah kerja Unit Pelaksana Teknis Daerah Puskesmas IV Denpasar Selatan sebagai kawasan perkotaan yang padat dan heterogen memiliki variasi akses ANC serta kondisi sosial yang dapat memengaruhi kecemasan ibu hamil trimester III.

Hasil studi pendahuluan di Unit Pelaksana Teknis Daerah Puskesmas IV Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan menunjukkan bahwa pada tahun 2025 terdapat 450 ibu hamil trimester III yang melakukan pemeriksaan kehamilan. Sebanyak 187 ibu menjalani skrining kesehatan jiwa dan 85 ibu (45,5%) terindikasi mengalami masalah psikologis. Tindak lanjut pada kelompok yang terindikasi menunjukkan 18 ibu teridentifikasi mengalami gangguan kecemasan (21,2% dari 85 ibu). Proporsi ini setara dengan 9,6% dari 187 ibu yang menjalani skrining.

Kecemasan pada ibu hamil trimester III masih menjadi masalah pada tingkat global, nasional, maupun lokal termasuk di wilayah kerja Unit Pelaksana Teknis Daerah Puskesmas IV Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan. Kecemasan pada masa kehamilan berpotensi memengaruhi kesehatan ibu, kesehatan janin dan pembentukan *prenatal attachment*, sehingga upaya deteksi dini perlu ditingkatkan. Bukti empiris yang menguji hubungan antara tingkat kecemasan ibu dengan *prenatal attachment* pada ibu hamil trimester III di wilayah kerja Unit Pelaksana Teknis Daerah Puskesmas IV Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan secara spesifik dengan menggunakan instrumen yang tervalidasi masih belum ditemukan.

Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan antara tingkat kecemasan ibu dengan *prenatal attachment* pada ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas IV Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka peneliti merumuskan masalah penelitian “Apakah ada hubungan antara tingkat kecemasan ibu dengan *prenatal attachment* pada ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas IV Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan ibu dengan *prenatal attachment* pada ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas IV Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan.

2. Tujuan khusus

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini yaitu sebagai berikut

- a. Mengidentifikasi tingkat kecemasan ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas IV Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan.
- b. Mengidentifikasi tingkat *prenatal attachment* ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas IV Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan.
- c. Menganalisis hubungan antara tingkat kecemasan ibu dengan *prenatal attachment* ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas IV Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Manfaat dari penelitian ini untuk menambah wawasan terkait hubungan antara tingkat kecemasan selama kehamilan dengan *prenatal attachment* pada ibu hamil trimester III, sekaligus menjadi acuan bagi penelitian lebih lanjut di bidang psikologi prenatal dan kebidanan.

2. Manfaat praktis

a. Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini dapat memberikan masukan untuk mendukung program kesehatan di masyarakat, khususnya dalam mengintegrasikan skrining kesehatan jiwa dan edukasi mengenai *prenatal attachment* ke dalam program pengabdian masyarakat.

b. Bagi ibu hamil

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi dan kesadaran bagi ibu hamil mengenai pentingnya mengelola kecemasan untuk membangun hubungan emosional ibu dengan janin.

c. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi Dinas Kesehatan Kota Denpasar khususnya melalui UPTD Puskesmas IV Dinas Kesehatan Denpasar Selatan dalam mengoptimalkan layanan *Antenatal Care* (ANC) melalui deteksi dini risiko gangguan psikologis pada ibu hamil.