

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Stres, kecemasan, dan depresi merupakan gangguan kesehatan mental yang paling sering dijumpai selama kehamilan. Kondisi ini memengaruhi sejumlah besar ibu hamil dan dapat menimbulkan komplikasi baik pada ibu maupun proses persalinan. Gangguan kesehatan mental selama kehamilan juga berkaitan dengan berbagai faktor, seperti konflik keluarga, kondisi rumah tangga yang tidak harmonis, permasalahan dengan pasangan, ketidakseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi, serta adanya penyakit penyerta (Jalal dkk, 2024).

Organisasi Kesehatan Dunia (*World Health Organization*) mendefinisikan kesehatan mental ibu sebagai kondisi kesejahteraan di mana seorang ibu mampu mengenali potensi dirinya, mengelola stres kehidupan sehari-hari, berfungsi secara produktif, serta berkontribusi dalam lingkungan sosialnya. Masalah kesehatan mental ibu telah diakui secara luas sebagai isu kesehatan masyarakat global yang serius. Secara global, prevalensi gangguan kesehatan mental pada ibu selama masa kehamilan menunjukkan peningkatan yang mengkhawatirkan. *World Health Organization* melaporkan bahwa sekitar 10% perempuan hamil dan 13% perempuan pascapersalinan mengalami gangguan kesehatan mental (WHO, 2016).

Studi meta-analisis berskala global menyatakan bahwa prevalensi kecemasan pada ibu hamil mencapai sekitar 19% pada trimester kedua dan meningkat menjadi lebih dari 24% pada trimester ketiga. Data tersebut menunjukkan adanya tren peningkatan kecemasan seiring dengan bertambahnya umur kehamilan dan mendekatnya proses persalinan (Dennis dkk, 2017).

Derajat kesehatan merupakan indikator kesejahteraan suatu bangsa, tingginya angka kematian ibu (AKI) di Indonesia menunjukkan masih rendahnya status kesehatan ibu. Berdasarkan data dari Profil Kesehatan Provinsi Bali tahun 2024 angka kematian ibu mencapai angka 58 orang dari jumlah persalinan 59.670 orang, terdapat 4 kabupaten tertinggi dengan kasus kematian ibu yaitu Denpasar 14 kasus, Kabupaten Buleleng dan Gianyar 9 kasus, dan kemudian Badung 8 kasus. Berdasarkan data Profil Kesehatan Provinsi Bali penyebab kematian ibu tertinggi yaitu sebab lain-lain sebanyak 44,83%, gangguan hipertensi 24,14%, perdarahan 13,79%, kelainan jantung dan pembuluh darah 12,07% dan gangguan autoimun 5,17% (Dinkes Provinsi Bali, dkk, 2024).

Kecemasan selama kehamilan didefinisikan sebagai tingkat kekhawatiran atau ketakutan yang berlebihan yang dialami wanita selama masa kehamilan. Berbeda dengan kecemasan umum, kecemasan kehamilan berfokus pada isu-isu spesifik seperti kesehatan janin, proses persalinan, perubahan fisik ibu, serta kesiapan dalam merawat bayi. Kehamilan yang tidak direncanakan sering kali meningkatkan tingkat stres dan ketidakpastian, sementara faktor lain seperti masalah ekonomi, kurangnya dukungan pasangan, serta konflik keluarga dapat memperparah kecemasan. Kecemasan juga lebih sering ditemukan pada ibu hamil primigravida, dengan sekitar 37–42% di antaranya mengalami kecemasan signifikan, terutama yang berkaitan dengan proses persalinan. Gejala kecemasan pada kehamilan meliputi kekhawatiran berlebihan terhadap kesehatan janin, ketakutan akan persalinan, gangguan tidur, perubahan emosi, serta keluhan fisik seperti jantung berdebar, sesak napas, dan ketegangan otot (Jalal dkk, 2024).

Memasuki trimester ketiga, tingkat kecemasan ibu hamil cenderung meningkat. Hal ini berkaitan dengan semakin dekatnya waktu persalinan, ketakutan terhadap nyeri saat melahirkan, kekhawatiran akan komplikasi persalinan, serta kecemasan terhadap keselamatan ibu dan bayi. Perubahan fisik yang semakin berat, gangguan tidur, kelelahan, serta ketidaknyamanan juga turut berkontribusi terhadap peningkatan kecemasan. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa trimester ketiga merupakan periode dengan prevalensi kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan trimester sebelumnya (Oudijk, 2025).

Ibu hamil pada trimester ketiga mengalami kecemasan dengan tingkat ringan hingga sedang, bahkan sebagian mengalami kecemasan berat. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan tersebut meliputi umur ibu, paritas, tingkat pendidikan, dukungan keluarga, pengalaman persalinan sebelumnya, serta pengetahuan ibu tentang kehamilan dan persalinan (Rinata, 2018).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Unit Pelaksana Teknis Daerah Puskesmas Sukawati 1, diketahui terdapat 20 ibu hamil trimester III yang melakukan kunjungan *antenatal care*. Melalui metode wawancara diketahui 10 orang ibu hamil mengalami kecemasan. Kecemasan yang dirasakan semakin meningkat seiring bertambahnya umur kehamilan menjelang persalinan. Dari 10 ibu hamil, 5 orang ibu hamil mengatakan cemas yang dirasakan adalah rasa nyeri yang dirasakan ketika bersalin dan 3 orang ibu hamil mengatakan cemas dengan kondisi janin, khawatir janin mengalami cacat atau kelainan lainnya. Sedangkan 2 orang ibu hamil mengatakan cemas karena khawatir terjadi perubahan bentuk tubuh setelah bersalin. Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh hubungan tentang

tingkat kecemasan pada ibu hamil ditinjau dari karakteristiknya. Informasi tersebut diharapkan dapat meningkatkan pelayanan kesehatan pada ibu hamil.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah diuraikan, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimanakah Hubungan Karakteristik dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Di Unit Pelaksana Teknis Daerah Puskesmas Sukawati 1?”

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui secara umum mengenai hubungan karakteristik dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik ibu hamil berdasarkan umur, paritas, tingkat pendidikan, dan pekerjaan.
- b. Mengidentifikasi tingkat kecemasan ibu hamil trimester III.
- c. Mengetahui hubungan antara umur dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III
- d. Mengetahui hubungan antara paritas dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III
- e. Mengetahui hubungan antara tingkat pendidikan dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III
- f. Mengetahui hubungan antara pekerjaan dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III

D. Manfaat

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang kebidanan dan kesehatan reproduksi dan psikologis, mengenai hubungan karakteristik dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III. Hasil penelitian ini juga dapat memperkaya literatur dan menjadi dasar bagi penelitian lanjutan yang relevan.

2. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini dapat memberikan masukan langsung kepada tenaga kesehatan (bidan, perawat, dokter) mengenai pentingnya penilaian psikologis, terutama kecemasan ibu hamil trimester III, sebagai upaya pencegahan kecemasan dalam kehamilan. Selain itu, hasil penelitian dapat dijadikan dasar penyusunan program konseling, edukasi, dan intervensi psikososial di fasilitas kesehatan.

a. Manfaat bagi masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat, khususnya ibu hamil dan keluarganya, mengenai pentingnya mengelola kecemasan menjelang persalinan. Dengan demikian, masyarakat dapat lebih aktif mendukung ibu hamil dalam mempersiapkan persalinan dengan baik sehingga dapat menurunkan risiko komplikasi seperti kecemasan.

b. Manfaat bagi tempat penelitian

Bagi tempat penelitian, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan evaluasi pelayanan kesehatan ibu hamil. Hasilnya dapat mendukung program peningkatan mutu pelayanan antenatal care, serta menjadi dasar dalam merancang intervensi untuk mengurangi kecemasan ibu hamil.

c. Manfaat bagi institusi pendidikan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi, literatur, maupun rujukan untuk mahasiswa maupun dosen dalam bidang kebidanan dan kesehatan masyarakat. Selain itu, penelitian ini juga memperkuat peran institusi pendidikan sebagai penghasil penelitian yang relevan dan aplikatif terhadap permasalahan kesehatan ibu dan anak.

d. Manfaat bagi peneliti

Penelitian ini memberikan pengalaman langsung kepada peneliti dalam melakukan penelitian ilmiah, memperdalam pengetahuan tentang keterkaitan antara faktor psikologis dan kesehatan ibu hamil, serta melatih kemampuan peneliti dalam menyusun karya ilmiah yang bermanfaat bagi dunia akademik maupun praktik kebidanan.