



uin

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Kecemasan sebagai suatu keadaan emosional yang ditandai dengan adanya keterangan secara fisiologis perasaan tegang yang kurang menyenangkan serta perasaan apresiasi mengenai sesuatu buruk yang akan terjadi. (Annisa 2016). Kecemasan itu sendiri bisa muncul sebagai sebuah respon fisiologis sebagai antisipasi suatu permasalahan yang bisa hadir sebagai gangguan jika timbul secara berlebihan (Malfasi, Eka. Devita, Yeni. Erlin 2018).

Menurut Spielberger, CD., Chairman & James (1972) terdapat tiga komponen utama yang dapat mempengaruhi penghayatan individu terhadap kecemasan yang dialaminya yaitu perasaan akan ketidakpastian yang dirasakan oleh individu tersebut (*uncertainty*), perasaan akan ketidakberdayaan (*helplessness*), kemudian perasaan yang dialami individu tersebut tertuju pada problematika yang dihadapi oleh individu tersebut. Selain itu terdapat faktor lainnya yang memberikan pengaruh terhadap kecemasan yaitu perilaku, psikoanalitis, keadaan interpersonal, perspektif keluarga, serta faktor biologis. Sedangkan faktor presipitasi yaitu ancaman terhadap integritas sistem yang ada pada diri (Stuart & Sundeen, 2007 dalam (Prameswari, 2019))

Sebagian negara berkembang ternyata memiliki risiko untuk mengalami gangguan psikologis misalnya pada ibu hamil sekitar 15,6%, Ibu pasca melahirkan yaitu 19,8%. Jumlah kecemasan pada ibu hamil di Indonesia yaitu sekitar 373 juta jiwa dan sebanyak 107 juta jiwa atau sekitar 28,7% jumlah kecemasan yang dialami oleh ibu hamil menjelang persalinan (Depkes RI, 2008). Data tersebut diperkuat oleh penelitian dari primigravida hasil menunjukkan bahwa sekitar 22,5% ibu hamil kecemasan ringan kemudian 30% mengalami cemas sedang, 27,5% mengalami cemas yang berat dan 20% mengalami cemas yang sangat berat (Sarifah, 2016)

Ibu hamil yang mengalami kecemasan merupakan reaksi yang dialami ketika terjadinya perubahan pada diri mereka dan juga lingkungannya sehingga membawa perasaan ketidaksenangan atau merasa kurang nyaman Hal tersebut diakibatkan adanya asumsi terkait Bahaya atau frustrasi yang mengancam ibu hamil, kehidupan seorang individu atau kelompok sosialnya. Ternyata kecemasan dapat terjadi pada semua orang, salah satunya ialah ibu hamil. Pada ibu hamil mengalami kecemasan di

antaranya reaksi emosional dalam mengkhawatirkan dirinya sendiri dan janin yang di kandunginya. Keberlangsungan ketika ia mengandung, melahirkan, dan masa setelah ia melahirkan dan yang terakhir yaitu masa ketika ia menjadi ibu (Suristyawati et al. 2019) Apalagi pada saat ini adanya virus covid 19 yang membuat ibu hamil takut. Apabila ibu hamil merasa cemas akan masa pandemik, tentunya itu hal yang wajar di alami karena ibu hamil merupakan golongan yang rentan terkena virus. Bukan hanya ibu hamil, kita semuapun cemas akan masa ini karena dampaknya banyak orang yang mengalami gejala berat hingga banyak juga yang meninggal. Akan tetapi, apabila rasa cemas itu menghalangi kegiatan ibu hamil tersebut maka itu masuk ke dalam gangguan psikologis. Contohnya, ibu hamil sama sekali tidak mau keluar rumah dan dia mengurung diri di dalam rumah agar tidak terkena virus.

Menurut Karsid selaku pengawai kelurahan Pasirjati, beliau mengatakan bahwa fenomena kecemasan pada ibu hamil di masa pandemik itu banyak, karena aktifitas orang banyak di batasi, kemudian banyak pasangan yang pekerjaan menjadi bermasalah seperti di PHK, diberhentikan sementara yang menyebabkan stres pada ibu hamil itu bertambah, banyak juga ibu hamil di desa Pasirjati yang terjangkit virus yang membuat penderita takut akan kesehatan bayi dalam kandungannya. Dan pada saat menjalani kontrol kehamilan ke bidan, puskesmas bahkan rumah sakit pun mereka takut terkena virus.

Penyebab ibu hamil mengalami kecemasan pada tiap orangnya mungkin berbeda. Terdapat beberapa penyebab kecemasan yang pertama adalah perubahan kadar hormon di dalam tubuh, Perubahan kadar hormon pada saat hamil dapat mempengaruhi kadar zat kimia di otak yang berfungsi untuk pengaturan perasaan. Kedua, ibu hamil memiliki trauma pada kehamilan sebelumnya, misalnya pada kehamilan sebelumnya mengalami keguguran atau komplikasi pada saat mengandung dan akhirnya pada saat dia hamil kembali ia takut hal yang sama terulang kembali. Ketiga, ibu hamil memiliki konflik dalam rumah tangga, pada saat ibu hamil mempunyai masalah dengan suami atau keluarga yang lain akan membuat ibu hamil cepat sekali mengalami kecemasan dan ia tidak tenang. Keempat, hamil pada usia di bawah 20 tahun, ketika ibu hamil mengandung di usia muda lebih rentan dan secara mental pun belum siap dan menyebabkan kecemasan pada ibu hamil. Kelima, Kemudian kecemasan lebih meningkat pada ibu hamil anak kembar. Yang terakhir, tidak mendapatkan dukungan sosial, dukungan sosial merupakan hal yang penting

dalam mendukung kehamilan pada ibu hamil, pada saat ibu hamil tidak mendapatkan hal itu, ibu hamil merasa berat dalam menjalani kehamilannya berbeda dengan ibu hamil yang di dukung orang sekitar akan lebih tenang dalam menjalani kehamilannya.

Dengan begitu besarnya dampak kecemasan terhadap ibu, maka kesehatan mental menjadi hal yang sangat urgensi terhadap ibu hamil menjelang persalinan. Karena saat mengalami kecemasan pada masa kehamilan banyak sekali hal yang dapat merugikan ibu dan bayi yang di kandunginya. Dampak kecemasan pada saat individu tidak hamil pun sangat banyak seperti yang di jelaskan Gunarsa (Firmansyah, 2007) dampak dampak yang dialami oleh individu ketika cemas yaitu mereka akan cenderung merasa khawatir terhadap kondisi yang buruk yaitu kondisi yang menimpa mereka atau orang lain yang dikenalnya. Selain itu individu yang mengalami kecemasan ditandai dengan perasaan tidak sabaran, mudah tersinggung, sering berkeluh kesah, sulit dalam berkonsentrasi, serta sulit untuk tidur. Penyintas gangguan kecemasan memiliki gejala seperti jantung yang berdebar serta berkeringat yang berlebihan dingin pada area tertentu seperti tangan atau kaki, mengalami masalah pencernaan, mulut terasa kering wajah pucat serta sering buang air kecil. Apalagi pada saat individu tersebut sedang hamil yang apabila kecemasan akan berdampak buruk juga terhadap bayi yang di kandunginya.

Kehamilan salah satu peristiwa terpenting dan momen yang tidak akan terlupakan di dalam kehidupan wanita, walaupun diaitkan dengan banyaknya perasaan positif, . WHO menjelaskan tentang definisi kehamilan atau *pregnancy* merupakan proses biologis perempuan selama 9 bulan atau lebih mengandung janin atau embrio di dalam rahim.

Apabila ibu hamil mengalami mental yang sehat akan berdampak baik pada bayi dan ibunya. Seperti para ibu hamil yang berada di kelurahan Pasirjati tercatat pada tahun 2022 terdapat sebanyak 67 orang ibu hamil. Mengingat kehamilan serta kelahiran merupakan stresor yang dapat menyebabkan Kecemasan. Kecemasan pun mulai dirasakan oleh para ibu hamil di kelurahan Pasirjati.

Kecemasan pada ibu hamil beraneka ragam tergantung dari individu tersebut. Menurut Spielberg and Saranson, 1982 terdapat beberapa faktor yang berpengaruh terhadap kecemasan ibu hamil seperti karena pengalaman kehamilan dari anak yang tidak sah, keturunan, serta kehamilan dari anak yang tidak dikehendaki (Hidayati Savitri, 2014).

Kecemasan di desa Pasirjati terlihat dengan adanya tingkat cemas yang tinggi akan kehamilan ibu hamil terhadap dirinya sendiri ataupun terhadap lingkungan sekitarnya, karena di masa pandemik ini ibu hamil yang rentan terkena virus, faktor lainnya banyak kepala keluarga yang di phk karena adanya virus ini yang menjadi tambah meningkatnya cemas ibu hamil akan keberlangsungan hidupnya, takutnya ibu hamil beraktivitas di luar rumah yang akan membahayakan dirinya.

Konsep diri ibu hamil di desa Pasirjati banyaknya ibu hamil yang takut yang berfikir bahwa ia tidak akan bisa melahirkan dengan baik, tidak bisa menjadi ibu yang baik untuk anaknya kelak, memandang dirinya negatif dan merasa bahwa dirinya tidak bisa melakukan banyak hal.

Dukungan keluarga di desa Pasirjati sangat penting karena apabila ibu hamil mendapat dukungan maka ia tidak akan merasa sendiri, merasa di sanyangi dan di pedulikan oleh anggota keluarganya, sehingga ibu hamil akan santai menjalani kehamilannya karena ada keluarga yang selalu ada untuknya. Berbeda dengan yang tidak di dukung oleh keluarganya akan merasa sendiri dan semakin cemas.

Sehubungan dengan hal itu, peneliti kemudian melakukan wawancara online dengan menggunakan aplikasi *WhatsApp* kepada 10 orang orang Ibu hamil -di Kelurahan Pasirjati. Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti, menghasilkan respon – respon yang berbeda saat menghadapi masa pandemi di tengah usia kehamilan mereka. Peneliti dalam wawancara bertanya, di antaranya adalah

“Apa yang subjek rasakan saat pandemi dengan kondisi sedang hamil ?”

“apakah anda merasa ketakutan selama hamil di masa pandemik ? a.ya b. tidak jika ya, Ketakutan-ketakutan apa yang sering muncul dalam pikiran subjek saat pandemi dengan kondisi hamil?”

“Adakah dukungan dari keluarga ? a. Ya b. tidak , Jika ya dukungan apa saja yang anda dapatkan dari keluarga?”,

dan yang terakhir “Hal apa yang anda lakukan ketika sedang merasa takut akan kondisi kehamilan subjek di tengah pandemi ini?”.

Dari pertanyaan tersebut, menghasilkan respon jawaban yang berbeda pada Ibu hamil di Kelurahan Pasirjati. 10 dari 10 atau sebesar 100% ibu hamil menjawab masa kehamilan yang dialami di tengah pandemi covid-19 ini membuat mereka merasakan kecemasan akan kondisi kehamilan mereka. Adapun kecemasan yang dirasakan ibu

hamil di Kelurahan Pasirjati ini diketahui dari jawaban mereka yang merasakan ketakutan, adanya rasa khawatir yang mengganggu akan terkena atau tertular covid-19 saat sedang hamil ini. Hal ini menghasilkan perilaku takut dan khawatir untuk keluar rumah, merasa stres karena menjadi tidak bebas untuk keluar rumah, menjadi lebih waspada dengan protect untuk menjaga kebersihan, bahkan saat harus sudah waktunya kontrol dengan dokter harus berpikir dua kali untuk pergi keluar rumah atau tidak.

Dari wawancara responden menjawab ketakutan pastinya dialami oleh setiap ibu yang sedang hamil tentang bagaimana persalinan mereka nantinya, selain hal itu 9 dari 10 atau sebesar 90% ibu hamil merasa ketakutan yang dirasakan semakin bertambah karena adanya pandemi ini. Seperti yang diketahui meningkatnya virus corona di Indonesia menyebabkan banyaknya orang yang meninggal. Hal ini juga menghasilkan respon yang berbeda-beda pada ibu hamil di kelurahan Pasirjati. Diantaranya para ibu hamil tersebut merasa takut atau was-was saat berada di tempat-tempat umum seperti klinik bunda nanda yang biasanya terdapat banyak orang, adanya kekhawatiran jika terkena Covid-19 akan berdampak bagi kesehatan janin mereka dan hal inilah yang menyebabkan stress seringkali muncul saat harus bertemu dengan banyak orang.

10 dari 10 atau 100% ibu hamil menjawab dukungan dari keluarga juga sangat diperlukan bagi ibu hamil, diketahui dari hasil wawancara. Adanya dukungan sosial, finansial, moral, dan dukungan secara mental menurut para ibu hamil tersebut sangat mereka butuhkan. Selain itu adanya 3 dari 10 atau 30% ibu hamil menjawab “dengan adanya edukasi yang di berikan keluarga, saya merasa kecemasan saya berkurang karena telah mendapat edukasi tersebut. apalagi ditengah pandemi yang mengharuskan untuk lebih berhati-hati lagi menjaga kandungan”. 10 dari 10 atau 100% ibu menjawab Saat adanya dukungan dari keluarganya, membantu mengurangi kecemasan yang dirasakan oleh para ibu hamil tersebut.

Kemudian dari hasil wawancara juga diketahui respon yang positif dan negatif dari para ibu hamil tersebut, mengenai bagaimana cara mereka mengatasi ketakutan, kecemasan atau kekhawatiran yang mereka rasakan saat sedang hamil di tengah pandemi covid-19 ini. 9 dari 10 atau 90% ibu hamil dengan respon positif tersebut meagatakan bahwa mereka harus selalu berpikiran positif seperti, harus percaya diri bahwa saat melahirkan akan baik-baik saja, tidak akan ada yang terjadi pada bayi

mereka walaupun melahirkan di tengah pandemi, mendengarkan dan menerima nasihat-nasihat yang diberikan dari keluarga agar tidak terlalu cemas. Sedangkan para ibu hamil dengan respon negatif tersebut mengatakan bahwa mereka menyerah dan takut jika persalinan mereka tidak akan berjalan dengan lancar saat adanya pandemi ini.

Berdasarkan dari hasil wawancara tersebut, kepada para ibu hamil di Kelurahan Pasirjati, adanya respon positif dan negatif dari para ibu hamil tersebut memperlihatkan bagaimana cara pandang mereka dalam menghadapi situasi yang sulit ini yaitu kehamilan di masa pandemi. Bagaimana cara mereka menyikapi situasi ini dapat diketahui dari bagaimana konsep diri pada ibu hamil tersebut. Dengan adanya respon di atas, konsep diri/variabel pertama dapat memunculkan kecemasan. Dan didukung dengan adanya penelitian sebelumnya tentang konsep diri dan kecemasan.

Trimester ketiga di dalam kehamilan banyak atau sebagai periode Penantian, di mana seorang ibu hamil menentukan kehadiran sang bayi ada perasaan tidak sabar untuk segera melihat kondisi bayi yang selama ibu hamil kandung. Keadaan gelisah dialami Ketika sang bayi tidak kunjung lahir tepat pada waktunya hal tersebut menjadi fakta yang membuat ibu mengalami gelisah karena harus menunggu tanda-tanda atau gejala persalinan (Kusmiyati dan Yuni 2009). Terdapat banyak kasus yang dialami ibu pada proses persalinan terutama ibu yang baru pertama kali melahirkan, adanya perubahan secara psikologis yang ditandai dengan perasaan tidak nyaman, ragu serta takut akan proses persalinan yang dijalani. Tingkat keseringan ibu dalam memikirkan proses persalinan Apakah dapat berjalan Paranormal, anggapan ibu bahwa proses persalinan sebagai ujian, Apakah pada saat persalinan ibu akan ditolong secara bijaksana dan sabar, bayi yang dilahirkannya Normal atau tidak kemudian Apakah ibu sanggup akan merawat bayi yang dilahirkannya, (Sumarah dkk., 2008)

Hal tersebut didukung oleh penelitian dari Darmayanti (dalam Diani dan Susilawati, 2013) sekitar 80% dari ibu hamil mengalami rasa was-was, gelisah, khawatir, takut, serta cemas dalam menghadapi kehamilannya titik perasaan yang muncul tersebut berkaitan dengan keadaan atau kondisi janin yang dikandungnya, kekuatan dalam menghadapi persalinan serta perubahan fisik dan psikis yang terjadi pada ibu hamil (Diani and Susilawati 2013)

Konsep diri menurut Rogers sebagai hal yang penting dalam kepribadian individu Yaitu mencakup beberapa aspek diantaranya seperti perasaan, pemikiran

yang disadari baik akan dirinya sendiri (Alwisol, 2009) . Menurut Berzonsky (1981) konsep diri sebagai suatu gambaran individu baik secara persepsi mengenai dirinya maupun penilaian akan harapan hidupnya (Burns, 1993) konsep diri merupakan suatu hubungan mengenai sikap serta keyakinan dalam diri individu.

Menurut Berzonsky (1981) cara mengetahui konsep diri dalam diri individu maka dapat diketahui dengan cara penilaian terhadap dirinya penilaian tersebut meliputi beberapa aspek seperti aspek fisik, moral, psikis, serta sosial. Sosial sebagai salah satu aspek yang dapat menjadi faktor lain yang memberikan pengaruh terhadap kecemasan ibu hamil terutama dalam segi dukungan keluarga di lihat dari hasil wawancara tersebut, kepada para ibu hamil di kelurahan pasirjati, mereka mengatakan bahwa merasakan adanya dukungan dari keluarganya, membantu mengurangi kecemasan yang dirasakan oleh ibu hamil sehingga tingkat kecemasan berkurang apabila ibu hamil tersebut mendapat dukungan dari keluarganya. Berbeda dengan ibu hamil yang tidak mendapat dukungan keluarga apalagi di masa pandemik ini akan membuat ibu hamil naik tingkat kecemasannya. Dan di dukung oleh adanya penelitian sebelumnya tentang dukungan keluarga dan kecemasan yang dialami oleh ibu hamil memberikan penguatan terhadap variabel ini.

Diperkuat oleh hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan Latifah (2018) dalam penelitian yang membahas hubungan kecemasan ibu hamil dengan dukungan keluarga mengungkapkan adanya hubungan dari dukungan keluarga terhadap kecemasan pada ibu hamil. Penelitian ini dilakukan secara khusus pada ibu hamil. Selain itu juga pada penelitian ini diteliti apakah ibu hamil mengalami kecemasan dan untuk mengetahui seberapa besar tingkat dukungan keluarga saat mereka hamil apakah kurang cukup atau baik.

Menurut (Friedman dan M. Marilyn, 1998), dukungan keluarga sebagai sikap atau tindakan dari penerimaan keluarga terhadap rasa sakit yang dialami oleh anggota keluarga lainnya di mana melihat bahwa individu itu bersifat sportif atau mendukung serta selalu sedia memberikan bantuan atau pertolongan yang diperlukan. Menurut Taylor dan Shelley E. (2009) dukungan keluarga merupakan suatu sikap memberi informasi dengan proses pencarian sendiri serta mendapatkan dari orang lain sehingga mampu dihargai oleh seorang tersebut informasi yang diperoleh melalui berbagai cara diantaranya dengan bantuan instrumental perhatian informasi tersebut mampu

memberikan perasaan akan dihargai dan bisa mengurangi beban yang dialami seseorang apabila dihadapkan pada persoalan yang dialaminya.

Menurut House, J. S., Kahn, R. L. & (1985), terdapat beberapa aspek dalam dukungan keluarga diantaranya dukungan instrumental, emosional informasi, serta yang terakhir yaitu penilaian. Dukungan keluarga sebagai faktor yang sangat besar untuk menentukan kesehatan pada ibu hamil jika semua anggota dalam keluarga berharap terhadap kehamilan Ibu, maka mereka akan mendukung serta memberikan perhatian dalam berbagai hal sehingga ibu hamil akan lebih merasa percaya diri bahagia serta siap untuk menjalani Setiap proses kehamilannya hingga persalinan dan masa nifas.

Mengacu pada teori Buffering Hypothesis yang berpendapat bahwa ternyata dukungan sosial memberikan pengaruh terhadap kesehatan dengan proses mekanismenya yaitu melindungi individu dari berbagai dampak negatif akibat stres. Perlindungan tersebut bersifat efektif yaitu ketika individu dihadapkan dengan stressor yang berat, dukungan keluarga terutama dari suami menjadikan ibu hamil lebih merasa tenang akan dirinya dan timbulnya perasaan senang pada diri istri (Dagun, 1990). Dengan penjelasan tersebut maka dapat diketahui bahwa ternyata dukungan keluarga mampu memberikan dampak yang positif terhadap ibu hamil seperti ditandai dengan tumbuhnya perasaan aman, tenang, serta nyaman dan bisa menurunkan kecemasan pada ibu hamil.

Seiring berjalanya proses persalinan melalui fase aktif, ketakutan yang dirasakan oleh ibu hamil akan meningkat kontraksi yang dirasakan pada menjelang proses persalinan yang kuat dan sering memberikan gambaran bahwa jelas bagi ibu hamil merasa bahwa semua itu di luar kendali dirinya kenyataannya membuat Ibu menjadi lebih serius. Kemudian di fase transisi Ibu biasanya mengalami perasaan gelisah yang meningkat perasaan yang kurang nyaman, linglung, emosi yang tidak stabil akibat dari keparahan kontraksi pada saat proses persalinan munculnya frustrasi, kesadaran akan soft casting yang turun, mudah cepat marah, adanya penolakan terhadap hal-hal yang ditawarkan kepadanya, serta ketakutan berlebih.

Mengacu pada beberapa penjelasan dan fenomena di atas, maka peneliti tertarik untuk menelaah lebih lanjut tentang ***“Pengaruh Konsep diri dan dukungan keluarga terhadap Kecemasan Ibu Hamil di desa Pasirjati pada masa pandemik”***

Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan dari latar belakang penelitian ini maka diperoleh rumusan masalah yaitu

1. Apakah terdapat pengaruh konsep diri terhadap kecemasan pada ibu terus hamil di desa pasirjati pada saat pandemik ?
2. Apakah terdapat pengaruh dukungan keluarga terhadap kecemasan pada ibu hamil di desa pasirjati pada saat pandemik ?
3. Apakah terdapat pengaruh konsep diri dan dukungan keluarga terhadap kecemasan pada ibu terus hamil di desa pasirjati pada saat pandemik ?

Tujuan Penelitian

Sejalan dengan rumusan masalah penelitian maka tujuan penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh konsep diri terhadap kecemasan ibu hamil di desa Pasirjati pada saat pandemik
2. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh dari dukungan keluarga terhadap kecemasan Ibu Hamil di desa Pasirjati pada saat pandemik
3. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh dari konsep diri dan dukungan keluarga terhadap kecemasan Ibu Hamil di desa Pasirjati pada saat pandemik

Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi kegunaan Secara teoritis maupun praktis:

1. Kegunaan Teoritis

Penelitian ini secara kegunaan teoritis mampu memberikan manfaat khusus dalam bidang psikolgi klinis dan dapat digunakan dalam referensi penelitian lainnya yang berhubungan dengan kecemasan, konsep diri dan dukungan keluarga

2. Kegunaan Praktis

Dan secara kegunaan praktis mampu memberikan informasi yang berguna khususnya bagi ibu hamil di masa pandemik. Tidak hanya itu , penelitian ini diharapkan memberi manfaat bagi masyarakat agar dapat menghindari kecemasan saat hamil. Dan untuk Peneliti Selanjutnya semoga dapat menjadi referensi untuk

penelitian selanjutnya dan mencari lagi faktor lain yang memberikan pengaruh pada kecemasan yang dialami oleh ibu hamil.

