

**ARTIKEL RISET**URL Artikel : <http://ejournal.helvetia.ac.id/index.php/jpp>**HUBUNGAN TINGKAT EMOSIONAL IBU PRIMIGRAVIDA DENGAN PERSIAPAN MENGHADAPI PERSALINAN PADA USIA KEHAMILAN TRIMESTER III DI KLINIK DINA BROMO MEDAN***The Relationship Of Emotional Level At Mother Primigravida With Preparation For Childbirth At The Age Of Third Trimesters Of Pregnancy At Dina's Clinic***Putri Eka Ramadhani<sup>1\*</sup>**<sup>1</sup> Mahasiswa Prodi D3 Kebidanan, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia<sup>\*</sup> Penulis Korespondensi**ABSTRAK**

Proses kehamilan memberikan perasaan yang dilema, antara bahagia dan kekhawatiran tentang apa yang akan dialaminya semasa kehamilan. Emosi dapat muncul karena masa panjang menanti kelahiran menyebabkan ibu meningkat emosinya. Dan ibu harus mempersiapkan diri agar lebih siap dan tenang dalam menghadapi persalinan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dua variabel. Penelitian menggunakan studi korelasi dengan sampel 30 responden, pengumpulan data menggunakan data primer dan data sekunder. Data yang diperoleh dianalisis dengan uji *chi-square*. Setelah dilakukan uji *chi-square* nilai signifikan probabilitas adalah  $\text{sig-p} (0,043) < \text{nilai } \alpha (0,05)$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hal ini membuktikan bahwa ada hubungan signifikan antara tingkat emosional ibu primigravida dengan persiapan menghadapi persalinan di usia kehamilan trimester III. Bagi tenaga kesehatan tempat penelitian untuk lebih berperan aktif dalam memberikan konseling terkait dengan psikologis terutama perubahan emosional yang dialami oleh ibu hamil, agar ibu hamil dapat mengendalikan emosinya ketika beradaptasi dengan perubahan hormon pada saat hamil.

Kata Kunci : Tingkat Emosional, persiapan persalinan

**ABSTRACT**

*Pregnancy process gives the feeling of the troubled, the happy and hopeful with concerns about what is going on when pregnant naturally. Emotions may arise due to the long period of waiting for the full birth uncertain cause increased emotional. And it helps the mother prepare everything to be more prepared and calm in the face of labor. The purpose of this study was to determine relationship between two variables. This research used correlation study with sample as many 30 respondent, data collection used primary and secondary data. Data were analyze with chi-square test. Results of significant probability value with chi square test is  $\text{sig-p} (0,043) < a (0,05)$  so  $H_0$  is denied and  $H_a$  is accepted. This proves that there is a relationship of emotional level at mother primigravida with preparation for childbirth at the age of third trimester of pregnancy.*

*For health personnel to research places more active role in giving counseling psychology associated with expectant mothers, the first about emotional alteration the pregnancy mother, in order to control the emotional adaptif for changes hormone during pregnancy.*

Keyword : the level emotional of primigravida, childbirth of preparation

## PENDAHULUAN

Kehamilan atau mengandung artinya telah terjadi proses pembuahan antara sel sperma dan sel telur. Setelah terjadi pembuahan, sel telur dalam rahim akan berkembang menjadi janin yang semakin membesar dari minggu ke minggu. Membesarnya janin akan membuat perut semakin membesar. Kehamilan bisa terjadi hanya setelah proses pembuahan terjadi secara sempurna. Agar proses pembuahan dapat terjadi secara sempurna, ada beberapa faktor yang berpengaruh, diantaranya kesuburan organ pada alat reproduksi pria dan wanita (1).

Konsepsi dan implantasi (nidasi) sebagai titik awal kehamilan yang ditandai dengan keterlambatan datang bulan dapat menimbulkan perubahan baik rohani maupun jasmani. Bagi pasangan dengan perkawinan yang didasari cinta keterlambatan datang bulan merupakan sesuatu hal yang menggembirakan, karena ini merupakan dan akan membuat semakin kokoh hubungan mereka yang didambakan, dan keluarga yang ingin mendapat keturunan mendesak untuk memeriksa kehamilan setelah terbukti hamil, perasaan cinta dan gembira semakin bertambah. Rasa takut mengalami kehamilan dan menghadapi persalinan masih dapat dibenarkan bagi mereka yang mempunyai pengalaman buruk saat hamil dan bersalin. Untuk dapat menghilangkan rasa takut diperlukan kesabaran untuk meningkatkan rasa percaya diri dalam menghadapi persalinan. Tindakan yang mungkin dilakukan dalam menghadapi rasa takut adalah mengurangi pengaruh negatif dari kehamilan menjelang persalinan. Ketika ketakutan hadir ketika menjelang masa bersalin terutama untuk ibu primigravida disini dibutuhkan pembinaan hubungan antara penolong dan ibu untuk saling mendukung dengan penuh kesabaran agar persalinan dapat berjalan dengan baik(2).

Kematian maternal dan perinatal di Indonesia masih cukup tinggi. Menurut SDKI tahun 2003-2007 AKI sebesar 228 per 100.000 kelahiran hidup. Banyak faktor penyebab tingginya AKI. Salah satunya adalah kondisi emosi ibu hamil selama kehamilan hingga melahirkan bayinya. Proses kehamilan hingga persalinan merupakan mata rantai satu

kesatuan dari konsepsi, nidasi, pengenalan adaptasi ibu terhadap nidasi, pemeliharaan kehamilan perubahan endokrin sebagai persiapan menyongsong kelahiran bayi. Pada kehamilan terdapat perubahan dalam bentuk psikologisnya. Tugas psikologis pertama sebagai calon ibu untuk dapat menerima kenyataan akan kehamilan. Ibu hamil juga akan mengalami peningkatan hormon, akibat dari dampak terjadinya peningkatan hormon estrogen dan progesteron pada tubuh ibu hamil akan mengalami perubahan pada fisik sehingga banyak ibu yang merasakan kekecewaan, penolakan, kecemasan, dan kesedihan (3).

Sejumlah ketakutan terlihat selama mengalami kehamilan, terutama pada trimester 3 pada primigravida. Ibu hamil mungkin khawatir terhadap hidupnya dan bayinya, dia tidak tahu kapan dia melahirkan. Ibu mulai merasa takut akan sakit dan bahaya fisik yang akan timbul pada waktu persalinan. Rasa tidak nyaman timbul kembali karena perubahan *body image* karena perubahan tubuhnya yang tidak indah lagi (4).

Ketakutan ibu dalam menghadapi persalinan terutama primigravida, berkaitan dengan emosi ibu yang berpengaruh dalam proses persalinan. Namun, Bahagia tapi juga perasaan tidak nyaman menyambut datangnya persalinan. Merupakan hal yang sering dialami para ibu hamil. Fluktuasi emosi tersebut adalah hal yang normal, tetapi harus diatasi agar tidak berkembang menjadi depresi. Secara umum kondisi psikologis ibu hamil (5).

Perasaan emosional negatif yang dialami seperti mudah marah, tersinggung, sedih, sering menangis bisa berkembang menjadi rasa depresi. Bila tidak diatasi, depresi ini akan berlanjut sampai setelah melahirkan atau yang disebut dengan *baby blues syndrome* atau *post partum depression*. Di sini pentingnya peran suami dan orang di sekitar ibu hamil. Suami bisa mengurangi emosi ibu hamil dengan membantu mencari informasi seputar kehamilan. Selain itu tetap menjadi suami siaga selama kehamilan, Untuk menjadi suami siaga yang baik, yang perlu dilakukan adalah mendengarkan keluhan istri dan mengucapkan kata-kata penghiburan dengan memeluk, membelai, atau menemani istri. Agar suami bisa memahami kebutuhan istri, dan istri tidak diam saja tapi juga mengungkapkan secara jelas juga terbuka apa yang menjadi

keinginannya tidak hanya istri yang cemas akan masa kehamilan ini, namun juga calon ayah. Komunikasi yang terjalin baik bisa membantu meredakan kecemasan sehingga emosi ibu hamil lebih stabil dan bisa menjalani kehamilannya dengan bahagia. Tidak ada yang dapat mengalahkan kegelisahan perasaan seorang wanita yang hendak melahirkan bayinya, semua perasaan senang, takut, sendu, menjadi satu pada trimester 3 ini. Mental, emosional, fisik dan spiritual menjelang persalinan sangat mempengaruhi ibu, untuk itu aroma terapi juga dapat membantu *freshing* pada ibu dalam menyiapkan persalinan dengan lebih tenang (6).

Emosi adalah komponen paling penting dalam bahasan psikologi. Emosi masuk dalam komponen afektif manusia. Emosi merupakan pusat penggerak di samping motivasi, yang mendasari manusia bertingkah laku. Secara harfiah, emosi menurut *Oxford English Dictionary* sebagai suatu agitasi atau gangguan dalam pikiran, perasaan, nafsu, atau suatu keadaan ketergugahan mental. Emosi dibahas dalam bandingannya dengan motivasi, karena keduanya berakar dari kata yang sama dalam bahasa Latin *movere* yang berarti menggerakkan. Kecenderungan untuk bertindak yang terkandung dalam pengertian tersebut (7).

Kehadiran emosi memiliki pengaruh yang sangat kuat bagi kualitas pengalaman hidup. Kemampuan menghadapi emosi yang mendera secara jujur dan benar lebur bersama emosi tersebut, merupakan hal penting untuk menghidupkan kehidupan yang utuh. Langkah untuk mengatasi emosional memanglah bukan hal yang mudah. Sebab, hal ini membutuhkan waktu yang tidak singkat dalam prosesnya (8).

Beban emosional awal menjadi faktor yang membuat semakin kuat emosi-emosi yang dialami ketika pemicu pertama kali dipelajari akan semakin susah untuk memperlemah pengaruh-pengaruhnya jika episode ejekan merupakan episode yang lembut atau moderat dari pada episode yang kuat jika perasaan terhina tidak berguna dan kebencian atas kehilangan kekuatan itu lebih lemah daripada kuat, maka akan menjadi lebih mudah untuk mendinginkan pemicunya(9).

Berdasarkan survey awal yang telah dilakukan pada ibu hamil di klinik Dina Bromo ada 7 ibu hamil yang diwawancarai, 4 ibu mengatakan perasaan belum siap, dan takut akan menghadapi persalinan kini menghampiri

ibu di trimester III ini, karena mendengarkan cerita dari pengalaman orang bahwa persalinan itu rasanya seribu penyakit menjadi satu. Dan 3 ibu mengatakan, ibu merasa takut namun kebahagiaan lebih kuat dirasa karena bayi yang dinanti akan lahir, jadi jika teringat anak yang akan dilahirkan, semua perasaan takut akan berubah menjadi lebih tenang dalam menghadapi persalinan yang akan datang. Dari latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang Tingkat Emosional Ibu Primigravida Dengan Persiapan Menghadapi Persalinan Pada Usia Kehamilan Trimester III di klinik Dina Bromo.

## **METODE PENELITIAN**

Desain penelitian ini bersifat korelasi (*Correlation study*) dengan pendekatan *Cross Sectional* yang dilakukan untuk menjelaskan Hubungan Tingkat Emosional Ibu Primigravida dengan Persiapan Menghadapi Persalinan Pada Usia Kehamilan Trimester III Di Klinik Dina Bromo Medan. Penelitian ini dilakukan di Klinik Dina Bromo dengan alasan: Dari hasil survey awal sebelumnya di klinik Dina Bromo, terdapat 7 ibu primigravida yang mengalami perubahan emosional dalam persiapan menghadapi persalinannya di klinik Dina Bromo. Memilih lokasi di klinik Dina Bromo sebagai tempat penelitian karena peneliti pernah dinas di lokasi tersebut dan lokasi tersebut belum pernah di teliti. Penelitian dilakukan dari bulan April sampai Juni 2013. Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian yang diteliti (Iman, 2011). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu primigravida usia kehamilan trimester III, terdapat 30 ibu yang melakukan pemeriksaan ANC di klinik Dina Bromo Medan tahun 2013. Sampel adalah objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Iman, 2011). Sampel dalam penelitian ini di ambil dengan menggunakan teknik Total Sampling yaitu jumlah keseluruhan populasi. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 30 responden. Menyangkut 2 jenis pengumpulan data yaitu: Data Primer Diperoleh melalui wawancara dengan menggunakan kuesioner yang dibagikan kepada responden untuk mendapatkan data dan mengetahui emosional ibu dalam persiapan menghadapi persalinan. Data Sekunder Data diperoleh dari klinik Dina Bromo Medan. Aspek pengukuran Berikut

untuk mengungkapkan adanya konflik peran ganda pada persiapan emosional ibu menghadapi persalinan menggunakan skala konflik peran ganda, dimana subjek diminta untuk menyatakan frekuensi relatif timbulnya perasaan dalam diri sebagaimana yang digambarkan dalam aitem. Dengan pilihan jawaban adalah *HTP*: Tidak pernah, *SJ*: Sangat Jarang, *KD*: Kadang-kadang, *SS*: Sangat Sering, *HSL*: Hampir Selalu. Jawaban *HSL* dan *SS* berarti frekuensi perasaan yang tinggi dan mengindikasikan tingginya tingkat konflik peran ganda yang dialami subjek (tingkat emosional tinggi), *KD* berarti frekuensi perasaan yang biasa biasa saja (Tingkat emosional sedang), sebaliknya *HTP* dan *SJ* mengindikasikan peran konflik ganda yang dialami responden termasuk rendah (tingkat emosional rendah) (10). Analisa data dilakukan secara korelasi (Notoatmodjo, 2010) dengan melihat presentase data yang terkumpul dan disajikan dalam tabel frekuensi dan membahas hasil penelitian berdasarkan teori dan kepustakaan yang ada. SPSS 16.0

dengan langkah-langkah analisa datanya adalah: Analisa Univariat dan Analisa Bivariat, Analisa bivariat digunakan untuk mengetahui apakah ada hubungan Tingkat Emosional Ibu Primigravida Dengan Persiapan Menghadapi Persalinan Pada Usia Kehamilan Trimester III, yaitu dengan menggunakan perangkat lunak seperti statistic SPSS 16.0 uji *chi square* test (Notoatmodjo, 2010). Dari hasil perhitungan statistik akan diketahui ada tidaknya hubungan signifikan antar variabel yang diteliti dengan tingkat kepercayaan yang digunakan 95%,  $\alpha = 0,05$  artinya bila *chi square* hitung lebih besar daripada *chi square* tabel terdapat hubungan antara variabel bebas dan terikat, tetapi bila *chi square* hitung lebih kecil dari nilai *chi square* tabel maka tidak terdapat hubungan antara variabel bebas dengan terikat. Bisa juga melihat nilai P, bila nilai  $P < 0,05$  berarti terdapat hubungan yang bermakna antar kedua variabel.

### HASIL PENELITIAN

**Tabel 1**

*Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Emosional pada Ibu Primigravida Trimester III Di Klinik Dina Kelurahan Binjai Kecamatan Medan Denai Kota Madya Medan*

NO	Tingkat Emosional	Jumlah	
		F	%
1	Tinggi	22	73,3
2	Sedang	5	16,7
3	Rendah	3	10
<b>Jumlah</b>		<b>30</b>	<b>100</b>

Dari tabel 4.2.1 menjelaskan bahwa jumlah responden sebanyak 30 orang, dimana mayoritas responden yang mengalami tingkat

emosional tinggi sebanyak 22 orang (73,3%), dan minoritas tingkat emosional rendah sebanyak 3 orang (10%).

**Tabel 2**

*Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Persiapan Menghadapi Persalinan pada Ibu Primigravida Trimester III Di Klinik Dina Kelurahan Binjai Kecamatan Medan Denai Kota Madya Medan*

NO	Persiapan Persalinan	Jumlah	
		F	%
1	Ada persiapan	24	80
2	Tidak Ada Persiapan	6	20
<b>Total</b>		<b>30</b>	<b>100</b>

Dari tabel 2 menjelaskan bahwa jumlah responden sebanyak 30 orang, dimana mayoritas responden yang ada melakukan persiapan menghadapi persalinan sebanyak 24 orang (80%),

dan minoritas responden yang tidak ada melakukan persiapan persalinan sebanyak 6 orang (20%).

**Tabel 4.3**

**Tabulasi Silang Tingkat Emosional Ibu Primigravida dengan Persiapan Menghadapi Persalinan pada Usia Kehamilan Trimester III Di Klinik Dina Kelurahan Binjai Kecamatan Medan Denai Kota Madya Medan**

NO	Tingkat Emosional	Persiapan Persalinan						sig P
		Ada Persiapan		Tidak Ada Persiapan		Jumlah		
		f	%	f	%	F	%	
1	Tinggi	19	63,3	3	10	22	73,3	0,043
2	Sedang	2	6,7	3	10	5	16,7	
3	Rendah	3	10	0	0	3	10	
<b>Total</b>		<b>24</b>	<b>80</b>	<b>6</b>	<b>20</b>	<b>30</b>	<b>100</b>	

Tabel 3 di atas antara tingkat emosional ibu primigravida trimester III dengan persiapan persalinan terdapat 24 orang (80%), pada tingkat emosional tinggi, ada melakukan persiapan persalinan sebanyak 19 orang (63,3%), tidak ada melakukan persiapan persalinan sebanyak 3 orang (10%), pada tingkat emosional sedang, ada melakukan persiapan persalinan sebanyak 2 orang (6,7%), yang tidak melakukan persiapan persalinan sebanyak 3 orang (10%), dan tingkat emosional

rendah, ada melakukan persiapan persalinan sebanyak 3 orang (10%).

Hasil uji *chi-square* pada tingkat kepercayaan 95% dengan ( $\alpha = 0,05$ ) di peroleh nilai Sig p = 0,043 < nilai  $\alpha$  (0,05) maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hal ini membuktikan bahwa ada hubungan signifikan antara tingkat emosional ibu primigravida dengan persiapan menghadapi persalinan pada usia kehamilan trimester III di klinik Dina bromo Medan

## PEMBAHASAN PENELITIAN

### 1. Tingkat Emosional Ibu

Hasil penelitian yang telah dilakukan Di klinik Dina bromo Medan Tahun 2018 Berdasarkan tabel 4.1 dapat kita lihat bahwa dari 30 responden, mayoritas ibu yang mengalami tingkat emosional tinggi sebanyak 22 orang (73,3%), dan minoritas tingkat emosional rendah sebanyak 3 orang (10%). Dengan begitu dapat disimpulkan bahwa sebagian besar ibu primigravida trimester III yang mengalami tingkat emosional adalah tinggi 22 orang (73,3%).

Emosi adalah perasaan intens manusia yang ditunjukkan kepada seseorang atau terhadap sesuatu. Reaksi emosi ini biasa di tunjukan dengan sikap seperti, rasa senang, marah, sedih, cemas, dan malu. Ketenangan jiwa yang di padukan dengan proses pemikiran menggunakan kepala dingin dan bersikap lebih tenang, merupakan solusi terbesar bagi seseorang yang memiliki masalah tentang emosional. Hal tersebut memberikan kontrol pada diri kita, gangguan emosional dapat melanda siapa saja, apalagi ibu hamil. Gangguan emosional dalam kehamilan dapat disebabkan oleh banyak faktor. Di mulai dari cemas menghadapi persalinan, takut setelah persalinan tidak terlihat seksi lagi dan sebagainya. Pikiran seperti ini dapat sangat mengganggu perasaan ibu hamil, akibatnya bisa gelisah dan stres. Jika hal ini terjadi akan menurunkan nafsu makan dan kesehatan akan menurun, jika seperti ini ibu tidak akan dapat merasakan bagaimana indahnya masa kehamilan(7).

Keadaan emosional ibu selama kehamilan juga dapat mempengaruhi proses kelahiran. Seorang ibu yang tertekan secara emosional dapat mengalami kontraksi yang tidak teratur sehingga menyebabkan proses kelahiran yang sulit(11).

Hal tersebut didukung hasil penelitian Setyaningrum tahun 2011 mengenai hubungan tingkat kecemasan ibu primigravida dengan kontraksi uterus kala I di RS Panti Wilasa Citarum Semarang pada 30 responden, ibu yang mengalami kecemasan dan memiliki kontraksi yang baik sebanyak 3,3% sedangkan yang memiliki kontraksi tidak baik yaitu sebanyak 60%. Ibu yang tidak mengalami kecemasan dan memiliki kontraksi yang tidak baik yaitu sebanyak 33,3%, sedangkan yang memiliki kontraksi baik yaitu sebanyak 3,3%. Hal ini membuktikan bahwa psikis ibu akan mempengaruhi proses persalinan(11).

Menurut asumsi penulis ibu yang mengalami emosi yang berubah-ubah atau tidak mampu mengontrol emosi dapat berdampak pada proses persalinan yang dijalani seperti ibu cemas dapat berakibat tekanan darah naik, sehingga diharapkan ibu mampu mengontrol emosi ketika menghadapi persalinan.

### 2. Persiapan Persalinan

Hasil penelitian yang telah dilakukan Di klinik Dina bromo Medan Tahun 2018 Berdasarkan tabel 2 dapat kita lihat bahwa dari 30 responden yang mayoritas ada melakukan persiapan menghadapi persalinan sebanyak 24 orang (80%), dan minoritas responden yang tidak

ada melakukan persiapan persalinan sebanyak 6 orang (20%). Dengan begitu dapat disimpulkan sebagian ibu primigravida trimester III yang melakukan persiapan persalinan adalah ada melakukan persiapan persalinan 24 orang (80%).

Persalinan terjadi jika kehamilan sudah cukup umur, banyak hal yang dibutuhkan untuk persalinan. Ketika waktu persalinan semakin dekat, ada baiknya ibu mempersiapkan segala sesuatu agar merasa lebih siap dan tenang dalam menghadapi proses persalinan (12).

Menurut Kushartanti, dkk., kegelisahan dan kecemasan selama kehamilan merupakan kejadian yang tidak terelakkan, hampir selalu menyertai kehamilan, dan bagian dari suatu proses penyesuaian yang wajar terhadap perubahan fisik dan psikologis yang terjadi selama kehamilan. Dengan makin tuanya kehamilan, maka perhatian dan pikiran ibu hamil mulai tertuju pada sesuatu yang dianggap klimaks, sehingga kegelisahan dan ketakutan yang dialami ibu hamil akan semakin intensif saat menjelang persalinan (13). Hal ini sesuai dengan Sigmund Freud (dalam Jess Feist dan Gregory J. Feist 2008) tentang kecemasan, Sigmund Freud berpendapat bahwa kecemasan adalah kondisi yang tidak menyenangkan, bersifat emosional dan sangat terasa kekuatannya, disertai sebuah sensasi fisik yang memperingatkan seseorang terhadap bahaya yang sedang mendekat. Hal ini didukung oleh (Nevid, Rathus & Greene 2005) yang menyatakan kecemasan adalah suatu keadaan aprehensif atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan aprehensif bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi(9).

Menurut asumsi penulis berdasarkan hasil penelitian, ibu yang merasa persalinannya sudah dekat akan melakukan beberapa persiapan yang maksimal sehingga dapat lebih tenang dan siap dari hal yang ditakuti akan dihadapi dalam proses persalinan yang akan tiba pada waktunya. Persiapan yang dilakukan menjelang persalinan seperti: Persiapan materi, mental, perlengkapan yang diburuhkan bayi dan ibu, dll. Jika segala sesuatu suda dipersiapkan dengan matang maka ibu akan yakin dalam menghadapi persalinan.

### **3 Hubungan Tingkat Emosional Ibu Primigravida dengan Persiapan Menghadapi Persalinan pada Usia Kehamilan Trimester III**

Berdasarkan hasil tabulasi silang antara tingkat emosional ibu primigravida trimester III dengan persiapan persalinan bahwa dari 30 responden terdapat 22 orang (73,3%), pada tingkat emosional tinggi, ada melakukan persiapan persalinan sebanyak 19 orang (63,3%), tidak ada melakukan persiapan persalinan sebanyak 3 orang (10%), pada tingkat emosional rendah, ada melakukan persiapan persalinan sebanyak 3 orang (10%).

Trimester ketiga sering kali disebut periode menunggu dan waspada sebab pada saat ibu merasa tidak sabar menunggu kelahiran bayinya. Gerakan bayi dan membesarnya perut merupakan dua hal yang mengingatkan ibu pada bayinya, kadang-kadang ibu merasa khawatir bahwa bayinya akan lahir sewaktu-waktu. ini menyebabkan ibu meningkatkan kewaspadaannya akan timbulnya tanda dan gejala persalinan. Ibu sering kali merasa khawatir dan takut bahwa bayi yang akan dilahirkan nanti terlahir tidak normal, kebanyakan ibu juga akan bersikap melindungi dan akan menghindari orang atau benda apa saja yang di anggap membahayakan bayinya (14).

Pada hasil wawancara yang diperoleh dari subjek mengungkapkan bahwa kecemasan yang dialami memang terbukti tinggi. Hal ini tampak dari subjek yang mengatakan adanya ketakutan akan rasa sakit saat proses melahirkan kemudian subjek juga mengungkapkan rasa takut dan cemas jika proses persalinan tidak berjalan normal atau lancar. Beberapa subjek juga mengungkapkan bahwa ketika mendengar cerita tentang melahirkan mereka mulai merasakan jantung berdetak kencang dan berkeringat dingin, ada pula subjek yang sampai tidak ingin mendengarkan ataupun membayangkan melahirkan karena takut akan merasakan sakit yang luar biasa saat melahirkan nanti.

Hal ini terjadi dikarenakan proses persalinan yang merupakan hal baru atau sesuatu yang belum pernah dialami calon ibu sebelumnya. Hal ini sesuai dengan salah satu aspek kecemasan menurut Daradjat yaitu aspek afektif, yang termasuk aspek ini adalah takut, merasa akan ditimpa bahaya, kurang mampu memusatkan perhatian, merasa tidak berdaya, tidak tentram, kurang percaya diri, ingin lari dari kenyataan hidup. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat diketahui juga bahwa kecerdasan emosi dengan kecemasan memiliki korelasi sedang, hal ini menunjukkan bahwa kecemasan lebih besar dipengaruhi oleh faktor lain diluar dari faktor kecerdasan emosi. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Astria

menunjukkan, bahwa dari 158 responden, sebanyak 47,5 % ibu hamil tidak mengalami kecemasan dan 52,5 % ibu hamil mengalami kecemasan. Dari lima variabel yang diteliti, tiga variabel ternyata tidak dapat membuktikan adanya hubungan, yaitu umur, pekerjaan, dan status sosial, sedangkan variabel yang lain yaitu status kehamilan (graviditas) dan tingkat pendidikan secara statistik dapat membuktikan adanya hubungan yang signifikan dengan kecemasan dalam menghadapi persalinan(15).

Status kehamilan terbukti dapat mempengaruhi kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan. Oleh sebab itu proporsi kecemasan lebih banyak terjadi pada primigravida (ibu yang pertama kali melahirkan) karena kehamilannya yang dialaminya merupakan pengalaman pertama kali dan ketidaktahuan menjadi faktor penunjang terjadinya kecemasan, sehingga trimester III dirasakan semakin mencemaskan karena semakin dekat dengan proses persalinan. Sedangkan ibu yang pernah hamil sebelumnya (multigravida), mungkin kecemasan berhubungan dengan pengalaman masa lalu yang pernah dialaminya (13).

Hal tersebut didukung pula dengan penelitian Arafah & Aizar . Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa kecemasan pada ibu hamil dialami karena persepsi ibu yang kurang tepat mengenai proses persalinan. Persalinan dipersepsikan sebagai proses yang menakutkan dan menimbulkan rasa sakit yang luar biasa. Hal ini membuat ibu hamil merasakan kecemasan yang hebat menjelang kelahiran bayinya. Hasil uji deskriptif diperoleh nilai rerata empirik untuk kecerdasan emosi sebesar 150.68 lebih tinggi dari rerata hipotetik 125 dengan kategori tinggi. Dalam kategorisasi skala kecerdasan emosi, kategori tinggi adalah yang paling dominan yaitu sebanyak 28 ibu hamil, kategori sedang sebanyak 7 ibu hamil, kategori rendah sebanyak 0 ibu hamil, kategori sangat rendah sebanyak 0 ibu hamil, dan kategori sangat tinggi sebanyak 5 ibu hamil, dari total keseluruhan subjek berada dalam kategori tinggi menunjukkan bahwa sebagian besar subjek dalam penelitian ini memiliki kecerdasan emosi yang tinggi. Hal ini sesuai dengan pengertian kecerdasan emosi merupakan kemampuan emosi yang meliputi kemampuan untuk mengendalikan diri, memiliki daya tahan ketika menghadapi suatu masalah, mampu mengendalikan impuls, memotivasi diri, mampu mengatur suasana hati, kemampuan berempati dan membina hubungan dengan orang lain(16).

Menurut asumsi penulis responden yang tingkat emosionalnya tinggi bukan berarti dapat mempengaruhi ibu untuk tidak melakukan persiapan untuk menghadapi persalinan. Disini tinggi emosi yang dialami ibu yang diteliti dapat disebabkan karena ibu belum pernah berpengalaman untuk melahirkan, sehingga menimbulkan perasaan khawatir, menjadi lebih sensitif, sedangkan dalam persiapan persalinan secara fisik ibu matang karena menyambut kelahiran anak pertama adalah kelahiran seorang bayi yang diharapkan. Jadi emosi yang labil adalah hal yang wajar untuk ibu hamil yang masih dapat mengontrol emosinya dan memiliki hasil ukur baik, cukup dan kurang sehingga ditemukan kemampuan pengendalian emosi ibu hamil pada tingkat cukup. Kemampuan seseorang dalam pengendalian emosi bila dilihat dari faktor pendidikan dan pengetahuan, semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin mudah untuk menangkap informasi yang dibutuhkan, dengan kata lain tingkat pengetahuan akan semakin tinggi. Individu yang memiliki pengetahuan yang tinggi akan lebih mudah dalam memahami informasi dan memecahkan masalah dalam kehidupannya.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan tentang Hubungan Tingkat Emosional Ibu Primigravida dengan Persiapan Menghadapi Persalinan pada Usia Kehamilan Trimester III di Klinik Dina Bromo Medan Tahun 2018 dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut: Berdasarkan tingkat emosional ibu primigravida trimester III dari 30 responden, diperoleh mayoritas tingkat emosional tinggi sebanyak 22 orang (73,3%), dan minoritas tingkat emosional rendah sebanyak 3 orang (10%). Berdasarkan persiapan persalinan dari 30 responden, diperoleh Mayoritas responden yang ada melakukan persiapan menghadapi persalinan sebanyak 24 orang (80%), dan minoritas responden yang tidak ada melakukan persiapan persalinan sebanyak 6 orang (20%). Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan *chi-square* maka diperoleh nilai  $P (0,043) < \text{nilai } \alpha (0,05)$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hal ini membuktikan bahwa ada hubungan signifikan antara tingkat emosional ibu primigravida dengan persiapan menghadapi persalinan pada usia kehamilan trimester III di klinik Dina Bromo Medan Tahun 2018.

## SARAN

Mengingat adanya perubahan emosional pada ibu hamil, maka dengan ini disarankan agar:

Bagi tenaga kesehatan tempat penelitian untuk lebih berperan aktif dalam memberikan konseling terkait dengan kondisi psikologis ibu hamil terutama perubahan emosional yang di alami oleh ibu hamil, agar ibu hamil dapat mengendalikan emosinya ketika beradaptasi dengan perubahan hormon pada saat hamil. Bagi institusi Pendidikan diharapkan hasil laporan penelitian dijadikan sebagai bahan evaluasi dan masukan untuk

mengembangkan proses kurikulum dan pembelajaran pada mata kuliah metodologi dan mata kuliah lain yang terkait di instansi Prodi D3 Kebidanan Helvetia Medan Bagi peneliti dengan adanya penelitian ini untuk menambah pengetahuan mahasiswi sebagai referensi untuk penelitian yang akan dilakukan selanjutnya terkait dengan ibu hamil.

#### DAFTAR PUSTAKA

1. Anggarani DR, Gz S, Subakti Y. Kupas tuntas seputar kehamilan. AgroMedia; 2013.
2. Aprillia Y. Hipnostetri. GagasMedia; 2010.
3. Frida Kasumawati SKM. MODUL AJAR.
4. Kasdu D. Solusi problem wanita dewasa. Niaga Swadaya; 2005.
5. Lily Yulaikhah Ss. Seri Asuhan Kebidanan: Kehamilan. In EGC; 2008.
6. Lumongga DRN. Depresi: tinjauan psikologis. Kencana; 2016.
7. Chomaria N, PSi S. Five in One: The Series of Pregnancy, Melahirkan Tanpa Rasa Sakit. Elex Media Komputindo; 2014.
8. Rini S, Kumala F. Panduan Asuhan Nifas dan Evidence Based Practice. Deepublish; 2017.
9. Khan RI. Perilaku asertif, harga diri dan kecenderungan depresi. Pers J Psikol Indones. 2012;1(2).
10. Wahyuningtyas P. Hubungan antara Konflik Peran Ganda Ibu Bekerja dengan Sikap terhadap Pemberian ASI Eksklusif. Universitas Negeri Semarang; 2011.
11. Primasnia P. Hubungan pendampingan suami dengan tingkat kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi proses persalinan kala I di rumah bersalin kota Ungaran. In: Prosiding Seminar Nasional & Internasional. 2017.
12. Sijangga WN. Hubungan antara strategi coping dengan kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil hipertensi. Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2010.
13. Team R. Hubungan karakteristik ibu hamil trimester III dengan kecemasan dalam menghadapi persalinan di poliklinik kebidanan dan kandungan rumah sakit X Jakarta. Maj Keperawatan Unpad. 2010;12(1).
14. Sugara IAA, Mustofa ML. Efektivitas Pemberian Terapi Al-Qur'an terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimister III. Psikoislamika J Psikol dan Psikol Islam. 2014;11(2).
15. Mintarsih W. Pendampingan Kelas Ibu Hamil Melalui Layanan Bimbingan dan Konseling Islam untuk Mengurangi Kecemasan Proses Persalinan. Sawwa J Stud Gend. 2017;12(2):277–96.
16. Walangadi NN, Kundre R, Silolonga W. Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Primigravida Trimester III Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Menghadapi Persalinandi Poli Kia Puskesmas Tuminting. J Keperawatan. 2014;2(2).