

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang masalah

Seorang ibu yang sedang mengalami kehamilan pertama akan merasa berbeda baik secara psikis maupun secara fisik. Perubahan yang terlihat jelas adalah perubahan fisik yang ditandai dengan kenaikan berat badan, perut yang membuncit dan payudara yang membesar. Perubahan fisik tersebut mau tidak mau akan memberikan pengaruh juga terhadap kondisi psikologis ibu. Adanya perubahan tersebut akan menimbulkan suatu kesadaran dalam diri ibu tersebut bahwa ada yang tidak sama, dan dapat memberikan efek negatif dan positif kepada ibu yang bersangkutan (Gredler, 2002).

Pada beberapa wanita, kehamilan pertama juga menimbulkan hal-hal yang berbeda yang tidak dirasakan oleh wanita lainnya secara umum. Pada beberapa wanita kehamilan pertama dapat menjadi suatu beban dan rasa terbuang karena tidak dapat melakukan aktivitas keseharian seperti biasa sebelum adanya kehamilan. Dalam beberapa kasus terjadi wanita yang merasa dirinya terbuang dan disisihkan dari pergaulan dan hal tersebut akan menimbulkan tekanan secara psikologis yang dapat menimbulkan stress pada wanita (Aprianawati dan Sulistyorini, 2010).

Berdasarkan survei LSI, diketahui bahwa dari 100 orang ibu yang mengalami kehamilan untuk pertama kali, terdapat sekitar 52 orang yang mengalami kecemasan dan gangguan psikologis yang disebabkan oleh ketidaktahuan mereka akan kondisi sedang dialami (Hasil Survei LSI tahun 2007). Ketidaktahuan akan kondisi yang

sedang mereka alami tersebut akan menyebabkan penanganan yang salah dalam menyikapi masa kehamilan untuk pertama kalinya.

Berdasarkan data¹ dari Klinik Bersalin Nurul Trisulo di Bekasi tahun 2011 pada bulan Desember-Februari 2011 sejumlah 16 ibu hamil, enam diantaranya ibu hamil kehamilan pertama dengan usia kehamilan sama yaitu sembilan bulan atau masa dimana akan menghadapi persalinan mengalami cemas bahkan stress, karena kondisi emosional ibu hamil yang labil saat menghadapi persalinan berupa rasa tegang di otot dan kelelahan, terutama di otot-otot dada, leher dan punggung, gelisah serta gangguan tidur dan keluhan pada perut. Labilitas emosi tersebut dapat juga ditunjukkan dengan menangis tanpa sebab bahkan beberapa waktu bisa tertawa. Menurut bidan yang menanganinya bahwa ibu yang menangis pada masa kehamilan merupakan bentuk stres ibu hamil kehamilan pertama.

Banyak wanita yang melaporkan bahwa menjadi hamil adalah suatu pengalaman kreatif yang memuaskan suatu narsistik yang mendasar. Perilaku negatif terhadap kehamilan seringkali disertai dengan rasa takut akan kelahiran anak atau peranan menjadi ibu. Selama kehamilan, khususnya jika merupakan kehamilan yang pertama, ibu merekapitulasi stadium awal perkembangannya sendiri. Rasa takut yang tidak disadari dan khayalan yang berhubungan dengan kehamilan pertama sering kali merupakan pusat konsep penggabungan dengan ibunya sendiri. Jika ibunya sendiri merupakan model peran yang buruk, rasa kompetensi maternal wanita tersebut mungkin terganggu, dan tidak adanya kepercayaan sebelum dan sesudah kelahiran bayi terjadi (Kartono, 1998).

¹ Irwan, Irawan, 2001, Daftar Pasien Klinik Bersalin Nurul Trisulo, Bekasi Sukoharjo,

Ibu hamil dituntut menjaga hati, perasaannya agar tidak terpancing emosi. Karena emosi disini akan mengganggu pertumbuhan janin didalam perutnya. Jadi suami atau orang terdekat disekitar ibu hamil harus menjaga kestabilan emosi dengan baik. Emosi itu merupakan bentuk luapan perasaan bisa positif atau negatif yang ditunjukkan kepada seseorang atau sesuatu. Reaksi emosi itu bisa berupa positif berupa rasa senang, bahagia atau negatif berupa marah, sedih bahkan menangis. Kadang ibu hamil cenderung memunculkan gangguan emosional yang berupa perubahan fisik maupun psikis yang terjadi selama kehamilan (Wulandari, 2004).

Dijelaskan Aprianawati dan Sulistyorini (2010) bahwa kecemasan dapat menimbulkan individu mudah marah atau tersinggung, gelisah, tidak mampu memusatkan perhatian, ragu-ragu, bahkan kemungkinan ingin lari dari kenyataan hidup. Kondisi ini dapat menyebabkan kecemasan dan ketegangan lebih lanjut sehingga membentuk suatu siklus umpan balik yang dapat meningkatkan intensitas emosional secara keseluruhan. Oleh sebab itu, ibu hamil perlu mengendalikan diri agar dapat menjaga kestabilan emosinya.

Ketidakstabilan emosi ibu hamil mempengaruhi tingkat kecemasan ibu hamil. Kecemasan ibu hamil dipengaruhi oleh oleh faktor instrinsik dan ekstrinsik. Dijelaskan oleh Kuncoro (dalam Puspitasari, dkk, 2010) bahwa faktor-faktor intrinsik yang mempengaruhi kecemasan antara lain keadaan pribadi individu, tingkat pendidikan, pengalaman yang tidak menyenangkan, dan faktor ekstrinsik yaitu dukungan sosial yang dapat diperoleh dari lingkungan keluarga atau lingkungan tempat tinggal individu.

Salah satu faktor pendukung adalah adanya dukungan dari keluarga khususnya dari anggota keluarga terdekat baik itu orangtua tua kandung maupun orangtua dari suami dan yang paling utama adalah dari suami ibu yang bersangkutan. Suami sebagai orang terdekat memberikan pengaruh yang terbesar dalam kecemasan ibu menghadapi kehamilan. Suami yang memiliki ikatan batin yang kuat dengan isteri dapat menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil dengan memberi masukan atau tindakan-tindakan yang dapat menenangkan ibu hamil. Tindakan suami kepada isteri yang sedang hamil dapat dilakukan dengan cara mengantar isteri ke dokter untuk memeriksa kandungan atau menuruti keinginan isteri yang berhubungan dengan kandungan, yaitu keinginan makan yang disukai.

Dukungan keluarga yang diberikan kepada ibu hamil dapat berupa persiapan dalam masa kehamilan. Selama ibu hamil mempersiapkan kelahiran membutuhkan dukungan dari suami dan anggota keluarga termasuk faktor eksternal, sehingga dapat memberikan ketenangan batin kepada ibu hamil. Ketenangan batin ibu hamil mempengaruhi kenyamanan dan kesiapan ibu hamil termasuk faktor internal, sehingga ibu hamil tidak mengalami kecemasan.

Pernyataan tersebut dijelaskan oleh Sarason dkk., (2000) bahwa dukungan sosial keluarga memiliki peranan penting untuk mencegah dari ancaman kesehatan mental. Individu yang memiliki dukungan sosial yang lebih kecil, lebih memungkinkan mengalami konsekuensi psikis yang negatif. Keuntungan individu yang memperoleh dukungan sosial yang tinggi akan menjadi individu lebih optimis dalam menghadapi kehidupan saat ini maupun masa yang akan datang, lebih terampil dalam memenuhi kebutuhan psikologi dan memiliki sistem yang lebih tinggi, serta tingkat kecemasan yang lebih rendah, mempertinggi interpersonal skill

(keterampilan interpersonal), memiliki kemampuan untuk mencapai apa yang diinginkan dan lebih dapat membimbing individu untuk beradaptasi dengan stres atau kecemasan.

Penelitian yang dilakukan oleh Sugiyati (2006), dalam skripsi yang berjudul “Perbedaan tingkat kecemasan pada ibu hamil Primigravida, Multigravida dan Grademultigravida Pada Rumah Sakit Pati Waluya Sawahan Malang, pada Universitas Islam Negeri Malang, disebutkan bahwa kesiapan psikologi seorang ibu dalam menghadapi kehamilan akan menimbulkan suatu kecemasan, dan hal ini tidak saja dialami oleh wanita yang baru pertama kali mengalami kehamilan. Pada penelitian tersebut Sugiyati menemukan bahwa rasa cemas tersebut selalu dialami oleh wanita yang sedang hamil. Sugiyati menemukan bahwa tingkat kecemasan tertinggi dirasakan oleh wanita yang sedang hamil untuk pertama kali yang disebabkan oleh kesiapan psikologis yang dimiliki oleh wanita yang hamil untuk pertama kali tersebut. Hasil penelitian dari uji linearitas mengenai hubungan tingkat kecemasan pada kehamilan *primigravida*, *multi gravida* dan *grademulti gravida* didapat hasil nilai uji t untuk *primigravida* adalah 4,234; *multigravida*, 3,698 dan *grademulti gravida*; 1,678; dan juga didapat nilai *signifikan* untuk ketiganya adalah lebih kecil dari 0,05 sehingga dari hasil penelitian tersebut didapat bahwa kehamilan primigravida memiliki kecemasan yang paling tinggi.

Setiap ibu yang mengalami kehamilan pertama dalam melakukan perannya memiliki kesamaan antara lain yaitu sama-sama memiliki pengalaman mengenai hal yang baru dirasakan, yaitu lebih merasakan kecemasan, belum ada pengalaman dalam melahirkan, cenderung lebih stres saat akan menghadapi persalinan. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara dukungan

keluarga dengan kecemasan pada kehamilan pertama?”. Sebagai usaha untuk menjawab rumusan masalah tersebut penulis melakukan penelitian dengan mengambil judul “Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Kecemasan pada Ibu yang Hamil Pertama”.

B. Tujuan penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk :

1. Mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan kecemasan pada ibu yang hamil pertama.
2. Besar sumbangan efektif dukungan keluarga terhadap kecemasan pada ibu yang hamil pertama.
3. Mengetahui tingkat dukungan keluarga pada ibu hamil pertama
4. Mengetahui tingkat kecemasan pada ibu yang hamil pertama

C. Manfaat penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi:

1. Ibu hamil

Dapat memberikan informasi dan pengetahuan tambahan mengenai kecemasan. Pemberian informasi dan pengetahuan tambahan tersebut mengurangi tingkat kecemasan dikarenakan ketidaktahuan tentang kondisi psikologis dan fisik saat kehamilan.

2. Kepada instansi (rumah bersalin dan bidan desa)

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai tambahan informasi tentang hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan pada ibu yang hamil pertama,

sehingga petugas klinik bersalin dapat bekerja sama dengan anggota keluarga untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil, khususnya pada kehamilan pertama.

3. Peneliti lain

Penelitian ini diharapkan dapat sebagai tambahan informasi dalam melakukan pengembangan penelitian dengan tema yang serupa yaitu tentang hubungan antara dukungan keluarga dengan kecemasan pada ibu yang hamil pertama.