

**LITERATURE REVIEW: KECEMASAN IBU HAMIL TM III DALAM MENGHADAPI PERSALINAN**

**Romayana Alfiani dan Friska realita**

Universitas Islam Sultan Agung, Indonesia

E-mail: romayanaalfiani@gmail.com dan friskarealita@unissula.ac.id

**Diterima:**

18 Oktober 2021

**Direvisi:**

27 Oktober 2021

**Disetujui:**

15 November  
2021

**Abstrak**

Ibu hamil yg mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan di Indonesia, ada 107.000 (28,7%). Kecemasan akan berdampak negatif pada ibu hamil semenjak masa kehamilan hingga persalinan, seperti janin yg gelisah sehingga Mengganggu pertumbuhannya, melemahkan kontraksi otot rahim, serta lain-lain. akibat tersebut bisa membahayakan ibu serta janin. World Health Organization (WHO) di tahun 2005 mengungkapkan bahwa status kesehatan mental dunia memberikan 25% Fiscardo pernah mengalami gangguan emosi serta sikap, tetapi hanya 40% yg terdiagnosis. Kecemasan atau kecemasan bunda hamil yg akan menghadapi salah satu proses persalinan persoalan emosional seringkali dijumpai gangguan serta akibat psikologis yg cukup serius. Tujuan penelitian ini dipergunakan buat mengetahui taraf kecemasan bunda hamil trimester III dalam menghadapi persalinan. Literature internasional serta literature nasional yg di telusuri melalui media elektro menggunakan kunci. Artikel yg di pilih sebesar 5, yg masing-masing mewakili satu kecemasan ibu hamil tm III dalam menghadapi persalinan. Terdapat gambaran kecemasan ibu hamil TM III dalam menghadapi persalinan.

**Kata kunci:** Kecemasan, ibu hamil, TM III

**Abstract**

*In Indonesia, there are 107,000 (28.7%) pregnant women who experience anxiety in facing childbirth. Anxiety will have a negative impact on pregnant women from pregnancy to delivery, such as a restless fetus that inhibits its growth, weakens uterine muscle contractions, and others. These impacts can harm the mother and fetus. The World Health Organization (WHO) in 2005 explained that the global mental health status showed that 25% of Fiscardo had experienced emotional and behavioral disorders, but only 40% were diagnosed. Anxiety or anxiety of pregnant women who will face one of the delivery processes, emotional problems are often encountered with serious psychological disorders and impacts. The purpose of this study was to determine the level of anxiety of pregnant women in the third trimester in facing childbirth. Methods: international literature and national literature which were searched through electronic media with a key. The selected articles are 5, each of which represents one anxiety of the third trimester of pregnancy in the face of childbirth. Result: there is a picture of the anxiety of pregnant women TM III in the face of childbirth.*

**Keywords:** anxiety of pregnant women TM III

## **Pendahuluan**

Kehamilan adalah pengalaman spiritual penting yang menimbulkan Banyak perubahan psikologis pada wanita hamil. Dalam kehamilan akan terjadi perubahan hormon. Perubahan hormon ini akan mengakibatkan ibu mengalami beberapa perubahan emosional yang akan menimbulkan kecemasan bahkan sampai depresi. Kecemasan dan depresi selama kehamilan adalah masalah utama yang terjadi di masyarakat karena prevalensinya yang tinggi. Kecemasan ini terjadi dari trimester I sampai menjelang persalinan namun beberapa penelitian menyebutkan bahwa tingkat depresi atau kecemasan selama pada awal trimester sama dengan kecemasan biasa, sedangkan tingkat depresi atau kecemasan selama trimester kedua dan ketiga hampir dua kali lipat dari trimester pertama. Ibu hamil trimester III yang tidak dapat melepaskan rasa cemas dan takut sebelum melahirkan akan melepaskan katekolamin (hormon stres) dalam konsentrasi tinggi dan dapat mengakibatkan nyeri persalinan meningkat, persalinan lama, dan terjadi ketegangan pada saat menghadapi persalinan (Batubara, Daulay, & Rangkuti, 2020). di setiap tahapan kehamilan, ibu hamil akan melalui proses psikologis yg tidak selaras. Selama trimester ketiga, semakin dekat dengan tanggal kelahiran Anda, akan terdapat lebih banyak pergolakan dalam menghadapi persalinan serta rasa tanggung jawab seorang bunda dalam mengelola bayinya yg belum lahir. ketika kehidupan psikologis serta emosional bunda hamil dipenuhi dengan pikiran serta perasaan tentang persalinan serta tanggung jawab seorang bunda (Yanuarini, Rahayu, & Hardiati, 2017).

Persalinan yg terjadi di usia kehamilan 37-40 minggu dianggap persalinan normal. di titik ini, tubuh bayi serta bunda siap memasuki fase persalinan. buat itu, persiapan mental menjelang persalinan wajib dimulai (Satriani, 2019). sementara persalinan ialah proses yg alami serta ajaib serta sudah sebagai hal yg lumrah bagi seseorang perempuan, perempuan hamil sering tidak bisa melepaskan diri dari kekhawatiran serta ketakutan yg menyertai proses persalinan (Humaira, 2019).

Mortalitas serta morbiditas di bunda hamil serta ibu hamil adalah persoalan primer di negara berkembang. di tahun 1996, WHO memperkirakan bahwa lebih dari 585.000 bunda mati setiap tahun selama kehamilan atau persalinan. di tahun 1997, WHO menyelenggarakan konsultasi teknis perihal bunda yg safety di Kolombo, Sri Lanka. Konferensi internasional ini menekankan perlunya percepatan penurunan angka kematian bunda (AKI) sampai setengahnya di tahun 2000.berdasarkan Organisasi Kesehatan dunia (WHO), di tahun 2010, tercatat 536.000 bunda mati ketika melahirkan.). rata-rata angka kematian bunda (AKI) tercatat 359 per 100.000 kelahiran hidup, jauh lebih tinggi dibandingkan Survei Demografi serta Kesehatan Indonesia (SDKI) 2007 sebanyak 228 per 100.000 (SDKI, 2014).

Kehamilan serta persalinan merupakan suatu krisis maturitas yg mampu mengakibatkan kecemasan atau bahkan stres, tetapi berharga karena perempuan tersebut menyiapkan diri buat memberi perawatan serta mengemban tanggung jawab yg lebih besar (Zuhrotunida & Yudiharto, 2017). Seiring persiapan menghadapi kiprah baru, perempuan membarui konsep dirinya supaya siap sebagai orang tua. Pertumbuhan ini membutuhkan dominasi tugas-tugas eksklusif, mendapatkan kehamilan, mengidentifikasi kiprah bunda, mengatur korelasi dengan pasangannya, menciptakan korelasi dengan anak yg belum lahir, dan mempersiapkan diri menghadapi persalinan. Kecemasan yaitu periode singkat perasaan takut atau gugup yg dialami seorang ketika dihadapkan di pengalaman yg sulit pada kehidupan (Aprisandityas & Elfida, 2012). Kehamilan adalah asal stressor kecemasan, terutama di seseorang bunda yg labil jiwanya. sejak waktu hamil, bunda sudah mengalami kegelisahan dan kecemasan. Kegelisahan dan kecemasan selama kehamilan ialah peristiwa yg tidak terelakkan, hampir selalu menyertai kehamilan, serta bagian berasal suatu proses penyesuaian yang lumrah terhadap perubahan fisik serta

psikologis yg terjadi selama kehamilan. Perubahan ini terjadi dampak perubahan hormon yg akan mempermudah janin buat tumbuh serta berkembang hingga ketika dilahirkan (Yazidah, 2011).

Trimester III, kecemasan menjelang persalinan akan timbul. Pertanyaan serta bayangan apakah bisa melahirkan normal, cara mengejan, apakah akan terjadi sesuatu ketika melahirkan, atau apakah bayi lahir selamat, akan semakin seringkali ada di benak bunda hamil. Rasa nyeri saat saat persalinan sudah sejak dahulu menjadi primer pembicaraan para perempuan (Heni Setyowati & Kp, 2018). oleh sebab itu, banyak calon bunda muda menghadapi kelahiran anaknya dengan perasaan takut serta cemas (Maramis, 2015). Riset di Indonesia pertanda bunda hamil Mengalami kecemasan tingkat tinggi Akan mempertinggi risiko Bayi prematur bahkan mengalami keguguran. Penelitian lain memberikan bunda hamil menggunakan kecemasan Tinggi selama kehamilan mempertinggi resiko tekanan darah tinggi kehamilan (Handayani, 2014). mempertaruhkan Tekanan darah tinggi mampu terjadi dalam bentuk berikut: Stroke, epilepsi, serta bahkan kematian pada ibu dan janin. Jika Dibiarkan terjadi, maka jumlahnya Mortalitas serta Morbiditas ibu Kehamilan akan meningkat.

### **Metode Penelitian**

Pada Pencarian literatur selain berasal sumber buku dilakukan secara online melalui empat database, yaitu Science Direct (sciencedirect.com,) Google Scholar (scholar.google.co.id). tujuan dari artikel ini ialah buat membahas kecemasan ibu hamil TM III. istilah kunci yg dipergunakan pada pencarian literatur ialah “kecemasan/anxiety”, “kehamilan/pregnancy”, “trimester ketiga/third trimester” serta “persalinan/childbirth”. di penelitian ini kriteria pemilihan literatur yg digunakan membahas tentang kecemasan ibu hamil TM III dalam menghadapi persalinan. Artikel yg sesuai menggunakan kriteria dihasilkan 5 artikel yg terdiri dari 1 artikel internasional serta 4 artikel nasional yg selanjutnya akan di review.

Artikel (1) penelitian yg di teliti oleh yg berjudul “identifikasi faktor risiko, dampak, dan intervensi kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester ketiga” Peneliti memakai tinjauan literatur menggunakan teknik summarize. Summarize adalah teknik tinjauan literatur yg isinya berupaya buat merangkum topik yg diteliti. Penelitian ini dilakukan dengan mengumpulkan aneka macam materi yg relevan menggunakan topik. literatur yang digunakan membahas mengenai kecemasan menghadapi persalinan, faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan menghadapi persalinan, serta dampak dan intervensi kecemasan menghadapi persalinan.

Artikel (2) penelitian yg di teliti oleh yg berjudul “tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan” penelitian ini memakai metode deskriptif kuantitatif, dilakukan pada daerah Kerja Puskesmas Mapane di bulan April–Mei 2019. Populasi pada penelitian ini merupakan ibu hamil, berjumlah 37 orang. Teknik pengambilan sampel ialah memakai Total Sampling. Variabel independennya ialah umur, pendidikan, pekerjaan, gravida, serta dukungan suami. Pengukuran taraf kecemasan pada penelitian ini memakai Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 60% ibu hamil yang mengalami kecemasan adalah primigravida. 11,5% ibu hamil yang mengalami cemas ringan yaitu pada kategori tidak bekerja, 20% ibu hamil yang mengalami cemas ringan yaitu pada kelompok umur berisiko.

Artikel (3) penelitian yg diteliti oleh yg berjudul “hubungan paritas menggunakan taraf kecemasan ibu hamil trimester III pada menghadapi persalinan 2013” pada penelitian ini peneliti memakai desain penelitian hubungan menggunakan pendekatan Cross Sectional, yaitu menelaah korelasi antar variabel dengan mencari, menyebutkan suatu korelasi, memperkirakan serta menguji sesuai teori yg ada, Dari analisa data dengan Uji *Spearman Rank*, didapatkan hasil nilai  $\rho_{xy} = 0,553$  , kemudian dikonsulkan ke tabel harga kritik dengan taraf signifikansi 95 % ( 0,364 ), maka dapat disimpulkan bahwa

hipotesa kerja diterima, yaitu Ada Hubungan Antara Paritas Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Dalam Menghadapi Persalinan.

Artikel (4) penelitian yg diteliti oleh yg berjudul “hubungan karakteristik ibu hamil trimester III menggunakan kecemasan dalam menghadapi persalinan pada poliklinik kebidanan dan kandungan rumah sakit x Jakarta 2018”. Penelitian ini ialah penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian memakai cross sectional (pangkas lintang), pada penelitian ini, teknik pengambilan sampel yg digunakan peneliti ialah accidental sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian dari ibu hamil mengalami kecemasan yaitu status kesehatan ibu diperoleh data bahwa status kesehatan ibu dikelompokkan menjadi dua, yaitu status kesehatan normal sebanyak 84.8% dan status kesehatan tidak normal, primigravida, umur kurang dari 20 tahun merupakan umur yang dianggap terlalu muda untuk bersalin. Hasil menunjukkan bahwa antara karakteristik ibu hamil trimester III yang meliputi umur, graviditas, tingkat pendidikan, pekerjaan, dan status kesehatan dengan kecemasan dalam menghadapi persalinan, ada Hubungan Karakteristik Ibu Hamil Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan.

Artikel (5) penelitian yg diteliti oleh yg berjudul “the role of social support un reducing anxiety among high risk pregnant women in third trimester 2019”. Penelitian ini memakai Desain Cross-Sectional menjadi desain penelitian yg bertujuan buat mengetahui korelasi antara dukungan sosial dengan kecemasan pada bunda hamil risiko tinggi di trimester ketiga pada RS Panembahan Senopati Bantul Yogyakarta, Indonesia. pada penelitian ini, menunjukkan dukungan sosial suami (variabel bebas) ada hubungan dengan kecemasan ibu (variabel terikat) dipelajari secara bersamaan.

### **Hasil dan Pembahasan**

Berdasarkan penelitian yg sudah di paparkan adanya dampak kecemasan di bunda TM III pada menghadapi persalinan. Kecemasan ialah keadaan emosional memakai karakteristik keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yg tidak menyenangkan serta perasaan khawatir bahwa sesuatu yg jelek akan segera terjadi (Nevid, Ratus, & Greene, 2018). di bunda hamil, kecemasan menghadapi persalinan merupakan kecemasan yg awam dirasakan oleh bunda di trimester ketiga (Zulkahfi, 2020).

Terdapat 4 yg menyebabkan kenapa perempuan merasakan kegelisahan atau ketakutan ketika masa kehamilan, kegelisahan tadi berkaitan dengan takut akan kematian, baik kematian pada dirinya sendiri maupun bayi yg akan dilahirkan, stress berat melahirkan suatu ketakutan akan berpisahny bayi dari rahim ibunya, perasaan bersalah/berdosa, dan ketakutan rill misalnya takut Jika bayinya akan lahir stigma, takut Bila beban hidupnya akan semakin berat, takut kehilangan bayinya yg sering muncul semenjak masa kehamilan sampai saat melahirkan, serta takut Jika bayinya akan bernasib jelek disebabkan oleh kesalahan bunda itu sendiri di masa silam (Nasihah & Hidayah, 2015). Jika krisis di wanita hamil tidak dikelola dan dikendalikan dengan baik, itu akan menjadi krisis berkepanjangan dan meninggalkan banyak resiko yg tidak diinginkan pada bunda serta bayinya (Choulet et al., 2014).

Setiap trimester kehamilan ada ciri-ciri kecemasan yang berbeda-beda. di trimester pertama biasanya wanita hamil memberikan adanya rasa cemas, takut, serta panik akan mengalami keguguran bertenaga. Sedangkan di trimester ke 2 umumnya kecemasan timbul sebab wanita hamil mengkhawatirkan soal penampilan fisik serta merasa takut suami tidak akan menyayangi dirinya lagi, serta di trimester ketiga kecemasan timbul menjelang persalinan yg berkaitan menggunakan pertanyaan serta bayangan perihal proses persalinan serta kondisi bayi. Trimester pertama serta ketiga diidentifikasi menjadi periode risiko tinggi mengalami kecemasan, sebab di trimester ini taraf kecemasan lebih tinggi Bila dibandingkan dengan trimester kedua.

Trimester pertama biasanya wanita hamil memberikan adanya rasa cemas, takut, serta panik akan mengalami keguguran bertenaga. Sedangkan di trimester ke 2 biasanya kecemasan timbul sebab wanita hamil mengkhawatirkan soal penampilan fisik serta merasa takut suami tidak akan menyayangi dirinya lagi, serta di trimester ketiga kecemasan timbul menjelang persalinan yg berkaitan menggunakan pertanyaan serta bayangan perihal proses persalinan serta kondisi bayi. Trimester pertama serta ketiga diidentifikasi menjadi periode risiko tinggi mengalami kecemasan, sebab di trimester ini taraf kecemasan lebih tinggi Bila dibandingkan menggunakan trimester ke 2.

Hasil penelitian membagikan bahwa dukungan sosial mempunyai korelasi negatif dengan taraf kecemasan pada bunda hamil risiko tinggi. Dukungan sosial suami sebagai salah satu faktor yg mempengaruhi taraf kecemasan bunda selama kehamilan terhadap proses persalinan. Beberapa bentuk dukungan yg bisa diberikan diantaranya asuhan, pendampingan selama pemeriksaan kehamilan atau selama persalinan, penyediaan transportasi dan penyediaan biaya kehamilan serta persalinan. biaya tenaga kerja. Dukungan sosial suami dalam menjelang persalinan sangat diharapkan bunda sebab kehadiran suami akan meminimalisir kecemasan yg dialami bunda selama proses persalinan. Dukungan yg bisa diberikan melalui doa, sentuhan, motivasi, serta pendampingan akan mengurangi kecemasan, kekhawatiran, ketakutan para bunda dan membuat mereka mampu berjuang dalam melahirkan anak-anaknya. di situasi serta kondisi tadi, dukungan psikososial sangat penting buat mengurangi taraf kecemasan yg dialami bunda menjelang persalinan. perempuan yg mempunyai kekhawatiran serta stres berat selama kehamilan lebih cenderung melahirkan bayi prematur. Bayi-bayi ini bisa mengalami beberapa persoalan, seperti menyusu yg tidak teratur, kembung serta sakit perut, insomnia pada malam hari, tangisan yg lama, serta kebutuhan mendesak buat dipeluk. Bila bunda mengalami cemas, stres, atau depresi ketika kehamilan, anak akan lebih mempunyai kemungkinan mengalami aneka macam hasil perkembangan saraf yg merugikan daripada anak-anak lain berasal ibu yg tidak mengalami cemas, stres atau depresi selama kehamilan. Pengetahuan tentang persalinan dapat mempengaruhi kecemasan ibu hamil menjelang persalinan, karena pada ibu yang memiliki pengetahuan kurang akan memandang proses persalinan sebagai sesuatu yang menakutkan. Dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari pengetahuan (Khasanah & Sari, 2016).

### **Kesimpulan**

Sesuai tinjauan literatur di atas, bisa disimpulkan bahwa kecemasan menghadapi persalinan adalah kecemasan yg sering dirasakan oleh ibu hamil khususnya di trimester ketiga. Hal ini mungkin terkait menggunakan kedekatan saat persalinan yg memicu perasaan takut, gelisah, dan tegang tentang bayangan proses persalinan yg tak gampang dan keadaan bayi serta bunda ketika melahirkan kelak. maka dapat disimpulkan sebagai berikut, kecemasan menjelang persalinan pada ibu hamil Trimester III lebih banyak mengalami tingkat kecemasan ringan. Pada karakteristik usia diketahui ibu kategori reproduksi sehat (usia 20 –35 tahun) lebih banyak mengalami kecemasan ringan. Berdasarkan tingkat pendidikan, diketahui responden dengan pendidikan tinggi lebih banyak mengalami cemas. Berdasarkan data pekerjaan diketahui responden yang tidak bekerja lebih banyak mengalami cemas. Pada karakteristik penghasilan, diketahui ibu hamil yang berpenghasilan sedang banyak mengalami cemas. Pada karakteristik riwayat komplikasi kehamilan, diketahui ibu hamil yang tidak memiliki riwayat komplikasi kehamilan lebih banyak mengalami cemas, dan diketahui responden dengan dukungan social suami ada pengaruh dalam mengalami kecemasan.

**Bibliografi.**

- Aprisandityas, Annie, & Elfida, Diana. (2012). Hubungan antara regulasi emosi dengan kecemasan pada ibu hamil. *Jurnal Psikologi*, 8(2), 80–89.
- Batubara, Novita Sari, Daulay, Nanda Masraini, & Rangkuti, Nur Aliyah. (2020). Pengaruh Belly Dance Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Primigravida Trimester Iii. *Jurnal Education And Development*, 8(4), 536.
- Choulet, Frédéric, Alberti, Adriana, Theil, Sébastien, Glover, Natasha, Barbe, Valérie, Daron, Josquin, Pingault, Lise, Sourdille, Pierre, Couloux, Arnaud, & Paux, Etienne. (2014). Structural and functional partitioning of bread wheat chromosome 3B. *Science*, 345(6194).
- Handayani, Dwi. (2014). *Faktor Risiko Kanker Payudara Pada Wanita Di Rumah Sakit Umum Daerah Panembahan Senopati Bantul*. Yogyakarta: STIKES Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
- Heni Setyowati, E. R., & Kp, S. (2018). *Akupresur untuk kesehatan wanita berbasis hasil penelitian*. Magelang: Unimma press.
- Humaira, Marisa. (2019). *Membangun Karakter dan Melejitkan Potensi Anak*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Khasanah, Uswatun, & Sari, Galuh Kartika. (2016). Hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang diare dengan perilaku pencegahan diare pada balita. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, 7(2), 149–160.
- Maramis, Willy F. (2015). Medical Humanities In Medical Schools. *JURNAL WIDYA MEDIKA*, 3(1).
- Nasihah, Mimatun, & Hidayah, Ninis Nur. (2015). Pengaruh Peran Serta Suami Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Dalam Menghadapi Proses Persalinan Di Desa Tejoasri Kecamatan Laren Kabupaten Lamongan 2015. *Jurnal Midpro*, 7(1), 8.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2018). *Psikologi Abnormal di Dunia Yang Terus Berubah Edisi Kesembilan Jilid 1 (sembilan)*. Erlangga.
- Satriani, Titin. (2019). *Asuhan Kebidanan Continuity Of Care Pada Ny. W Masa Hamil Sampai Keluarga Berencana Di Pmb Lilis Balong Ponorogo*. Ponorogo: Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
- Yanuarini, Triatmi Andri, Rahayu, Dwi Estuning, & Hardiati, Hanna Salehtra. (2017). Hubungan Paritas Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Dalam Menghadapi Persalinan. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1), 41–46.
- Yazidah, Izzatul. (2011). *Hubungan Senam Hamil Terhadap Lama Persalinan Kala Ii Pada Wanita Primigravida Di Rskia Sadewa Yogyakarta Periode 1 Juli–31 Desember 2010*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- Zuhrotunida, Zuhrotunida, & Yudidarto, Ahmad. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Proses Persalinan Di Puskesmas Kecamatan Mauk Kabupaten Tangerang. *Jurnal JKFT*, 2(2), 60–70.
- Zulkahfi, Zulkahfi. (2020). Pengaruh Terapi Murottal Al Quran Surah Maryam Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Wilayah Kerja Puskesmas Meninting. *Prima: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 6(2).



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).