
**PENGARUH EDUKASI TERHADAP TINGKAT KECEMASAN
IBU HAMIL DALAM MENGHADAPI PERSALINAN**

Neni Riyanti¹, Risa Devita²

Program Studi D-III Kebidanan STIKES 'Aisyiyah Palembang^{1,2}

nenipradini@gmail.com¹

risadevita84@gmail.com²

ABSTRAK

Latar Belakang: Menurut Hasim 2019, di Indonesia prevalensi risiko kejadian depresi atau kecemasan dalam menghadapi persalinan pervaginam sebesar 10-25% yang banyak terjadi pada wanita umur 20-44 tahun. Kejadian depresi atau kecemasan mempersulit proses persalinan sekitar 10-15%, sedangkan kecemasan yang terjadi pada pasien operasi seksio sesarea sekitar 15-25%. **Tujuan:** Untuk mengetahui pengaruh edukasi terhadap tingkat kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan di praktik mandiri bidan (PMB) Palembang Tahun 2023. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian *pre-eksperimen* dengan rancangan *One-Group Pretest* dan *Posttest* dengan jumlah 40 responden tehnik pengambilan sampel menggunakan tehnik *Non Random Sampling* dengan *Accidental Sampling*. Penelitian ini dilakukan 17 November – 12 Desember 2023 dengan instrumen lembar kuisioner, Analisa data yang digunakan uji *Wilcoxon*. **Hasil:** hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata sebelum di lakukan edukasi terhadap tingkat kecemasan adalah 2,74 sedangkan setelah di lakukan edukasi tingkat kecemasan nilai rata-rata adalah 1,83. Di dapatkan hasil yang signifikan ρ value $0,001 < \alpha 0,05$. **Saran :** bagi petugas kesehatan agar memberikan edukasi tingkat kecemasan pada ibu hamil dalam menghadapi persalinan sehingga dapat mengurangi rasa ketakutan dan tingkat kecemasan ibu hamil menjelang persalinan.

Kata Kunci : Pengaruh Edukasi, Tingkat Kecemasan

ABSTRACT

Background: According to Hasim 2019, in Indonesia the prevalence of the risk of depression or anxiety in the face of vaginal delivery is 10-25%, which mostly occurs in women aged 20-44 years. The incidence of depression or anxiety complicating the delivery process is around 10-15%, while anxiety that occurs in caesarean section patients is around 15-25%. **Objective:** To determine the effect of education on the level of anxiety of pregnant women in facing childbirth at the independent practice of midwife (PMB) Nurachmi Palembang in 2023. **Method:** This research is a pre-experimental research with a One-Group Pretest and Posttest design with a total of 40 respondents taking technique The sample used a Non-Random Sampling technique with Accidental Sampling, with a questionnaire sheet instrument. There were 2 data analyzes used, namely Univariate (dependent and independent variables) and Bivariate (Wilcoxon test). This research was conducted November 17 - December 12. **Results:** The results of the study showed that the average before the education was carried out, the anxiety level was 2.74, whereas after the education was carried out the anxiety level, the average value was 1.83. A significant result was obtained, ρ value $0.001 < \alpha 0.05$. **Suggestion:** for health workers to provide education on the level of anxiety of pregnant women in facing childbirth so that it can reduce the fear and anxiety level of pregnant women before giving birth.

Keywords: Effect of Education, Level of Anxiety

PENDAHULUAN

Persalinan dan kelahiran merupakan kejadian fisiologis dalam kehidupan. Menurut Reva Rubin (Latifa,dkk 2016). selama hamil perubahan-perubahan tidak semata terjadi pada perubahan fisik, tetapi juga terjadi perubahan psikososial seperti rasa tidak nyaman, rasa kecewa, sikap penolakan, cemas dan sedih.

Peran Edukasi begitu banyak ditawarkan dalam konteks hubungan dan fokus utamanya untuk pemecahan masalah terutama pada praktik kebidanan. Kehamilan pada usia yang terlalu muda dan tua termasuk dalam kriteria kehamilan berisiko dimana keduanya berperan meningkatkan morbiditas dan mortalitas pada ibu maupun janin, sehingga peran bidan sangat berarti dalam pemberian Edukasi untuk mendeteksi secara dini risiko yang terjadi pada ibu hamil (Putri, 2019).

Kehamilan merupakan suatu proses dari kehidupan serespooden wanita. Proses kehamilan yang terjadi pada diri serespooden wanita akan menyebabkan beberapa perubahan. Ada tiga faktor yang mempengaruhi kehamilan yaitu faktor fisik, faktor psikologis dan faktor sosial, budaya dan ekonomi. Stress yang terjadi pada ibu hamil dapat mempengaruhi kesehatan ibu dan janin. Janin dapat

mengalami keterlambatan perkembangan atau gangguan emosi saat lahir nanti jika stress pada ibu tidak tertangani dengan baik (Mandang, dkk., 2018).

Ibu hamil mengalami kecemasan seperti reaksi emosional dalam mengkhawatirkan diri dan janinnya, keberlangsungan kehamilan, persalinan, masa setelah persalinan dan ketika telah berperan menjadi ibu (Alza & Ismarwati, 2017).

Gangguan cemas merupakan gangguan psikiatri yang paling sering dijumpai. Menurut laporan *The National Comorbidity Study*, satu dari empat respooden memenuhi kriteria diagnosis untuk setidaknya satu gangguan kecemasan. Gangguan cemas juga lebih banyak terjadi pada wanita (30,5%) dari pada pria (19,2%). Gejala cemas yang timbul berbeda beda tiap individu. Gejala cemas dapat berupa gelisah, pusing, jantung berdebar, gemeteran dan lain sebagainya. Salah satu sumber stressor kecemasan adalah kehamilan, terutama pada ibu yang labil jiwanya Kecemasan ibu hamil dapat timbul khususnya pada TM III kehamilan hingga saat persalinan, dimana pada periode ini ibu hamil merasa cemas terhadap berbagai hal seperti normal atau tidak normal bayinya lahir, nyeri yang akan dirasakan dan sebagainya

(Sarkhel, 2019)

Dampak yang dapat ditimbulkan dari kecemasan yaitu melemahnya kontraksi persalinan atau melemahnya kekuatan mengedan ibu (*power*), sehingga dapat menghambat kemajuan persalinan dan dapat menyebabkan terjadinya persalinan lama (Zamriati, Hutagaol, & Wowiling, 2019). Bahaya dari partus lama dapat menyebabkan kegawatan janin (*fetal-distress*). Jika kondisi ini dibiarkan maka angka mortalitas dan morbiditas pada ibu bersalin akan semakin meningkat (Susanti, 2008).

Penelitian telah menunjukkan bahwa suatu kondisi seperti kecemasan selama kehamilan berhubungan dengan peningkatan kortisol dalam rahim dan memiliki hubungan dengan gangguan perkembangan kognitif anak (Bergman dkk., 2020).

Dapat juga menyebabkan masalah perilaku dan emosional jangka panjang kecemasan yang dirasakan pada ibu hamil dapat menimbulkan dampak buruk bagi janin dan dirinya. Salah satunya adalah terjadi rangsangan kontraksi rahim. Akibat dari kondisi tersebut dapat meningkatkan tekanan darah pada ibu hamil sehingga dapat memicu terjadinya preeklamsi dan keguguran (Maharani, dalam Hasim, 2018).

Kelahiran bayi dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) dan bayi lahir prematur juga merupakan dampak negatif dari kecemasan pada ibu hamil (Spitz, dalam Hasim, 2018).

Kecemasan pada kehamilan merupakan reaksi emosional yang terjadi pada ibu hamil terkait dengan kekhawatiran ibu dengan kesejahteraan diri dan janinnya, keberlangsungan kehamilan, persalinan, masa setelah persalinan dan ketika telah berperan menjadi ibu.

Menurut (BKKBN, 2020) Kehamilan dan melahirkan adalah momen yang membahagiakan bagi setiap calon ibu di dunia. Namun, tak dipungkiri menjalani kehamilan dan persiapan melahirkan dapat menambah kecemasan sang ibu.

Prevalensi kecemasan dan depresi pada negara maju sekitar 7-20% dan di negara berkembang sekitar lebih dari 20% (Alza & Ismarwati, 2017). Organisasi kesehatan dunia atau *World Health Organization* (WHO) Mencatat sekitar 830 wanita di seluruh dunia meninggal setiap harinya akibat komplikasi yang terkait dengan kehamilan maupun persalinan dan sebanyak 99% diantaranya terdapat di negara berkembang. Di negara berkembang pada tahun 2015 Angka Kematian Ibu mencapai 239 per 100.000 kelahiran hidup, dibandingkan dengan

negara maju yang hanya mencapai 12 per 100.000 kelahiran hidup (WHO, 2018).

Berdasarkan data Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat Kementerian Kesehatan, sebanyak 7.389 kematian ibu terjadi di Indonesia pada tahun 2021. Jumlah tersebut meningkat 56,69% dari tahun sebelumnya. Angka kematian ibu di Indonesia pada tahun 2022 mencapai 207 per 100.000 KH melebihi target rencana strategi atau renstra sebesar 190 per 100.000 KH.

Salah satu komplikasi kehamilan yang terjadi pada ibu hamil hingga menyebabkan kematian ibu adalah gangguan emosional yang dirasakan ibu hamil pada masa kehamilan. Negara berkembang di dunia yang beresiko tinggi mengalami gangguan psikologis pada ibu hamil yaitu 15,6% diantaranya adalah Ethiopia, Nigeria, Afrika Selatan, Uganda, Zimbabwe (*World Health Organization*, 2017). Di Indonesia prevalensi risiko kejadian depresi atau kecemasan dalam menghadapi persalinan pervaginam sebesar 10-25% yang banyak terjadi pada wanita umur 20-44 tahun. Kejadian depresi atau kecemasan mempersulit proses persalinan sekitar 10-15%, sedangkan kecemasan yang terjadi pada pasien operasi seksio sesarea sekitar 15-25% (Ahmad, 2014 dalam Hasim, 2018). Penelitian yang dilakukan pada ibu

hamil primigravida di Magelang sebanyak 85% mengalami cemas ringan, 14% mengalami cemas sedang dan 1.4% mengalami cemas berat (Hasim, 2018).

Berdasarkan data dari *World Health Organization*, menunjukkan bahwa setiap hari, sekitar 810 wanita meninggal akibat kehamilan dan persalinan. Dari tahun 2000 sampai 2017, rasio kematian ibu turun sekitar 38% di seluruh dunia. 94% dari semua kematian ibu terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Perawatan terampil sebelum, selama dan setelah melahirkan dapat menyelamatkan nyawa wanita dan bayi baru lahir (WHO, 2019). Data Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan menyebutkan jumlah kematian ibu meningkat sebanyak 120 respooden dibanding tahun 2017 sebanyak 107 respooden. Penyebab kematian ibu adalah pendarahan, hipertensi dalam kehamilan, infeksi, gangguan sistem peredaran jantung (DINKES Sumsel, 2021).

Data dinas kesehatan kota Palembang tahun 2021 menunjukkan jumlah Jumlah kematian ibu tahun 2018 di Kota Palembang berdasarkan laporan sebanyak 4 respooden dari 26.837 atau 1,4% dari total seluruh kelahiran hidup. Penyebab kematian Ibu adalah perdarahan, hipertensi dalam kehamilan, gangguan

sistem peredaran darah dan lain-lainya. (Dinkes Kota Palembang, 2018).

Terdapat beberapa terapi yang dapat dilakukan untuk menurunkan kecemasan, yaitu terapi farmakologis dan non farmakologis. Terdapat berbagai jenis terapi non farmakologis antara lain: terapi relaksasi, terapi musik, terapi distraksi, masase dan terapi dzikir. Salah satu terapi yang dapat digunakan untuk menurunkan kecemasan, salah satunya adalah terapi spiritual dzikir. Dzikir adalah salah satu cara yang digunakan oleh serespooden hamba untuk mendekati diri kepada Tuhannya. Dzikir dapat membantu individu membentuk persepsi keyakinan bahwa setiap stresor atau perasaan cemas akan sesuatu hal yang dialami dapat dihadapi dengan baik atas bantuan Allah SWT (Sarqawi, 2017). Saat serespooden muslim mengingat Allah dan berserah diri kepadaNya dengan berdzikir maka susunan saraf pusat dan kelenjar hormon endokrin akan bekerja dan memproduksi dengan seimbang. Keseimbangan dari mekanisme hormon ini akan mendatangkan perilaku yang baik, terarah, dan terkendali (Sani, 2017).

Umat Islam percaya bahwa dengan berdzikir menyebut nama Allah dapat memberikan ketenangan jiwa dan menyembuhkan dari berbagai penyakit (Sani, 2017). Salah satu manfaat dzikir

adalah mendapatkan ketenangan batin, sehingga serespooden yang melakukan dzikir dapat membuathati menjadi tenang (Sarqawi, 2017). Sebagaimana firman Allah SWT dalam ayat yang artinya: “(Yaitu) serespooden-serespooden yang beriman dan hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah. Ingatlah hanya dengan mengingat Allah-lah hati (jiwa) menjadi tentram.” (Qs. Ar- Ra’d:15).g pada anak (Shrestha & Pun, 2016).

Hasil studi pendahuluan di Praktik Mandiri Bidan Palembang berdasarkan data yang di dapat oleh peneliti jumlah ibu hamil tahun 2021 Sebanyak 260 ibu hamil, pada tahun 2022 sebanyak 108 ibu hamil, pada tahun 2023 sebanyak 352 ibu hamil.

Berdasarkan Studi Pendahuluan yang di lakukan Peneliti terhadap 4 Respooden Ibu Hamil yang datang ke Praktik Mandiri Bidan Palembang. Setelah di Lakukan Wawancara dari ke 4 Ibu Hamil tersebut Semuanya Mengalami Kecemasan dalam Menghadapi Persalinan.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode *pre-eksperimen* tanpa kelompok *control* dengan pendekatan *one group pretest* dan *posttest design*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 17 November – 12 Desember 2023. Instrumen penelitian

menggunakan lembar kuisioner. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh Ibu Hamil yang datang di Praktik Mandiri Bidan. Pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan menggunakan menggunakan tehnik *Non Random Sampling* dengan *Accidental Sampling*, didapatkan hasil sampel sebanyak 40 responden. Etika penelitian merupakan masalah yang sangat penting dalam penelitian, mengingat penelitian berhubungan langsung dengan manusia, Masalah etika pun harus diperhatikan

antara lain sebagai berikut :*Informed Consent*, Tanpa Nama (*Anonim*), Kerahasiaan (*Confidentiality*).). Analisa data yang digunakan ada 2 yaitu *Univariat* (variabel dependen dan independen) dan *Bivariat* (uji *Wilcoxon*).

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden Analisis ini dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi dan presentasi dari karakteristik responden (usia ibu, paritas)

Tabel 1.

Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Dan Paritas			
No	Variabel	f	%
1	Umur		
	<20 Tahun	3	7,5
	20 Tahun–35 Tahun	35	87,5
	>35 Tahun	2	5
2	Paritas		
	Primipara	12	30
	Multipara	27	67,5
	Grandepara	1	2,5
	Total	40	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 40 responden usia responden penelitian sebagian besar adalah 20-35 tahun yaitu sebanyak 35 respooden (87,5%) sedangkan Usia < 20 tahun sebanyak 3 respooden (7,5%) dan usia yang terendah adalah Usia >35 tahun sebanyak 2 respooden (5,0%).

Responden penelitian sebagian besar adalah ibu multipara yaitu sebanyak 27 respooden (67,5%) sedangkan Ibu primipara sebanyak 12 respooden (30%) dan Ibu grandemultipara yang terendah adalah sebanyak 1 respooden (2,5%).

Tabel 2
Nilai Rata-Rata Kecemasan Sebelum Dan Sesudah Edukasi

Variabel	N	Mean	Median	Max	Min	Max
Kecemasan (Pretest)	40	2,74	3	0,448	2	3
Kecemasan (Posttest)		1,83	2	0,408	1	2

Berdasarkan tabel 2, didapatkan bahwa kecemasan responden sebelum dilakukan edukasi nilai rata-rata sebesar 2,74 dengan nilai terendah 2 dan tertinggi 3, dan setelah diberikan edukasi nilai rata-rata sebesar 1,83 dengan nilai terendah 1 dan tertinggi 2.

Analisis Bivariat

Sebelum melakukan analisis bivariat, peneliti terlebih dahulu melakukan uji normalitas data dengan menggunakan uji *Shapiro-wilk* karena sampel kurang dari 50 responden, dengan ketentuan jika p -value

$\geq 0,05$ maka data terdistribusi normal.

Berdasarkan hasil analisis setelah dilakukan uji normalitas dan homogenitas dari hasil uji normalitas di peroleh p -value 0,001 ($<0,05$) artinya data terdistribusi tidak normal, maka analisis yang digunakan adalah analisis Wilcoxon.

a. Uji Normalitas Data

Data tingkat kecemasan dari 40 responden penelitian tentang kecemasan pada ibu hamil diuji dengan uji *shapiro wilk*. Dari uji tersebut didapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 3
Uji Normalitas Data

Variabel	Skewnes-SE.Skewnes	Shapiro wilk (a)			
		Kurtosis-SE.Kurtosis	Statistic	df	Sign
Kecemasan Pre-Test	-1.117	-804	0,552	34	.000
Kecemasan Post-Test	-2.449	6.000	0,496	6	0,001

Berdasarkan Tabel 3 didapatkan sebelum edukasi nilai sign 0,001 ($<0,05$), dan setelah edukasi nilai sign 0,001 ($<0,05$) , artinya data tersebut terdistribusi tidak normal, maka analisis bivariat menggunakan uji *Wilcoxon*. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat Pengaruh Edukasi Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil dalam

Menghadapi Persalinan di Praktik Mandiri Bidan (PMB) Palembang Tahun 2023.

b. Uji Wilcoxon

Setelah dilakukan uji normalitas data, didapatkan data terdistribusi tidak normal. Maka pengolahan data dilakukan dengan uji wilcoxon. Hasil uji wilcoxon dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 5
Pengaruh Edukasi Terhadap Tingkat Kecemasan

Variabel	Ranks	n	Mean Rank	Sum of Rank	z	p-Value
Kecemasan Pretest dan Posttest	Negatif rank	1 (a)	1,83	1,83	-3,6	0,001
	Positive Rank	39 (b)	71,37	11.847		
	Ties	0 (c)				
	Total	40				

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan Tabel 5 diatas menunjukkan perbedaan kecemasan sebelum dan sesudah diberikan edukasi. Dari seluruh responden penelitian terdapat 1 responden dengan tingkat kecemasan yang masih tinggi setelah diberikan edukasi dengan *rank mean* 1,83. Dan sebagian besar responden penelitian mempunyai tingkat kecemasan yang lebih rendah dari sebelum diberikan edukasi yaitu sebesar 39 responden positive rank sebesar 71,73 .

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan pengaruh edukasi terhadap tingkat kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan di praktik mandiri bidan (PMB) di Palembang Tahun 2023. Dalam penelitian ini, karakteristik subyek penelitian didasarkan pada umur dan paritas. Responden seluruh ibu hamil yang datang ke PMB.

Hasil penelitian data mengenai umur responden menunjukkan hasil bahwa usia responden penelitian sebagian besar adalah

20-35 tahun yaitu sebanyak 35 respooden (87,5%) sedangkan Usia < 20 tahun sebanyak 3 respooden (7,5%) dan usia yang terendah adalah Usia >35 tahun sebanyak 2 respooden (5,0%).

Usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan seserespooden. Usia yang lebih muda lebih mudah menderita stress dari pada usia tua. Semakin tinggi usia semakin baik tingkat kematangan emosi seserespooden serta ke mampuan dalam menghadapi berbagai persoalan. Menurut Rahmi (2016), Ibu dengan umur 18 tahun secara psikologis belum siap 100 % menghadapi kehamilan dikarena masih terlalu muda dan kebanyakan ibu yang hamil pada umur < 20 tahun itu karena pergaulan bebas, putus sekolah dan kebiasaan untuk menikah pada usia dini. Ibu dengan umur > 35 tahun akan lebih berisiko tinggi kehamilan dengan kelainan bawaan dan adanya penyulit pada waktu kehamilan. Dengan hal ini umur ibu < 20 dan > 35 tahun merupakan umur dengan

kategori kehamilan resiko tinggi atau akan mengalami gangguan pada kehamilan.

usia merupakan salah satu unsur yang mempengaruhi tingkat kecemasan seserespooden. Individu dengan usia yang lebih muda akan cenderung mengalami stress daripada individu yang usianya lebih tua. Semakin tinggi usia, semakin baik tingkat perkembangan emosional dan kapasitas seserespooden untuk mengelola berbagai masalah yang ada seperti kecemasan.

Usia mempengaruhi kesiapan persalinan pada ibu dikarenakan wanita yang hamil saat usia muda akan lebih rentan mengalami kecemasan dibandingkan wanita dengan usia dewasa karena masa tersebut adalah masa transisi dari remaja menuju dewasa dimana keadaan psikologis masih lumayan labil sehingga lebih mudah terpengaruh oleh berbagai faktor, seperti dari kondisi fisik, psikologis, maupun sosial, sehingga mudah merasa khawatir dengan keadaan dirinya dan janinnya, sehingga memicu ibu mengalami kecemasan saat persiapan persalinan (Anggarini, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian pendidikan ibu hampir setengahnya ibu hamil berpendidikan sekolah dasar sebanyak 18 ibu hamil dan ada 11 ibu hamil dengan pendidikan tersebut mengalami kecemasan berat.

Hal ini sejalan dengan Penelitian yang di lakukan Kamelia Husen, dkk 2017, dalam Jurnal Pengaruh Pemberian Konseling Individu sebelum Melahirkan Terhadap Tingkat Kecemasan pada Ibu Postpartum, dapat dilihat bahwa usia responden pada kelompok kontrol dan kelompok perlakuan yang terbanyak adalah pada rentan usia 21-30 tahun dengan jumlah responden sebanyak 12 responden (63,2%) pada kelompok kontrol dan 12 responden (63,2%) pada kelompok perlakuan.

Menurut Sukma (2020), Usia produktif yang optimal untuk reproduksi sehat adalah antara 20 - 35 tahun. Risiko akan meningkat pada usia dibawah 20 tahun dan diatas 35 tahun. Wanita hamil pada usia muda akan memiliki beberapa resiko diantaranya keguguran, persalinan prematur, BBLR, kelainan bawaan, mudah terjadi infeksi, anemia pada kehamilan, keracunan kehamilan (gestosis) dan kematian.

Menurut Latifah dkk (2019), dapat diketahui usia respon den kelompok eksperimen paling banyak berusia 20-25 tahun yaitu sebesar 70,6%. Pada kelompok kontrol diketahui bahwa responden terbanyak berusia 26-30 tahun yaitu sebesar 52,94%.

Hasil penelitian Nur Rahmadani (2019), menunjukkan bahwa mayoritas

responden berada pada usia 20-25 tahun yaitu sebanyak 20 responden. Dari 20 responden tersebut sebagian besar mengalami kecemasan sedang. Kecemasan sedang memungkinkan responden untuk memusatkan pada hal yang penting dan mengesampingkan hal lain, sehingga responden mengalami tidak perhatian yang selektif namun dapat melakukan sesuatu yang lebih banyak jika diberi arahan. Tingkat kecemasan sebelum (pretest) sebagian responden pada kelompok kontrol adalah kecemasan ringan yaitu sebesar 52,94% (9 responden), sedangkan responden yang mengalami kecemasan sedang sebesar 47,06% (8 responden). Setelah diberikan posttest kecemasan ibu pada kelompok kontrol tidak mengalami perubahan karena pada kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan konseling. Pada kelompok eksperimen, hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu yang mengalami kecemasan sedang sebesar 58,82 (10 responden), sedangkan ibu yang mengalami kecemasan ringan sebesar 41,18% (7 responden). Setelah diberikan perlakuan berupa konseling kecemasan ibu menurun menjadi kecemasan ringan sebesar 64,70% (11 responden) dan ibu yang tidak cemas sebesar 35,30% (6 responden). Pada kelompok kontrol sebagian besar ibu berusia 26-30 tahun (9 responden), sedangkan pada kelompok

eksperimen sebagian besar ibu berusia 20-25 tahun (12 responden).

Menurut peneliti Usia merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan karena

Pada paritas responden penelitian dari pengisian kuisioner menunjukkan sebagian besar adalah ibu multipara yaitu sebanyak 27 responden (67,5%) sedangkan Ibu primipara sebanyak 12 responden (30%) dan Ibu grandemultipara yang terendah adalah sebanyak 1 responden (2,5%). Menurut Nugrah 2019, Paritas adalah keadaan wanita yang berkaitan dengan jumlah anak yang dilahirkan. Wanita dengan paritas tinggi yaitu wanita yang memiliki ≥ 3 anak dan paritas rendah ≤ 2 anak. Paritas 2-3 merupakan paritas yang aman ditinjau dari sudut kematian maternal. Pengukuran pada paritas terbagi yang pertama yakni tidak beresiko jika ibu melahirkan anak ke 2 atau ke 3. Kedua yakni beresiko jika ibu melahirkan anak kurang dari 2 – lebih dari 3.

Hal ini sejalan dengan Penelitian yang dilakukan Kamelia Husen, dkk 2017, dalam Jurnal Penelitian Pengaruh Pemberian Konseling Individu sebelum Melahirkan Terhadap Tingkat Kecemasan pada Ibu Postpartum, Berdasarkan jumlah

paritas pada kelompok kontrol dan kelompok perlakuan adalah jumlah pada Primipara didapatkan sebanyak 9 responden (47,4%) dan pada multipara didapat sebanyak 10 responden (52,6%).

Menurut Badan Kependudukan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN, 2018) paritas adalah jumlah anak yang pernah dilahirkan hidup yaitu kondisi yang menggambarkan kelahiran sekelompok atau kelompok wanita selama masa reproduksi. Paritas dapat dibedakan menjadi primipara, multipara dan grandemultipara (Prawirohardjo, 2018).

Hasil nilai uji Wilcoxon Berdasarkan hasil uji analisis pada tabel 1.5 menunjukkan bahwa dari 40 responden diperoleh rata-rata skor positif sesudah edukasi adalah 71,37

Menurut WHO Edukasi kesehatan merupakan proses untuk meningkatkan kemampuan masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kemampuan kesehatannya. Selain itu untuk mencapai derajat kesehatan yang sempurna, baik fisik, mental, dan social, maka masyarakat harus mampu mengenal serta mewujudkan aspirasinya, kebutuhannya, dan mampu mengubah atau mengatasi lingkungannya. Edukasi kesehatan adalah proses membantu seseresponden, dengan bertindak secara sendiri-sendiri ataupun secara kolektif, untuk membuat keputusan

berdasarkan pengetahuan mengenai hal-hal yang memengaruhi kesehatan pribadinya dan respooden lain (Syafrudin, 2015).

Menurut latifah dkk (2019), Berdasarkan hasil uji Wilcoxon diperoleh nilai p-value 0,000. Interpretasi $p < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan kecemasan secara signifikan sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) pada kelompok eksperimen.

Kecemasan pada ibu hamil dialami karena persepsi ibu yang kurang tepat mengenai proses persalinan. Persalinan di persepsikan sebagai proses yang menakutkan dan menimbulkan rasa sakit yang luar biasa. Nyeri selama persalinan juga merupakan salah satu faktor yang ditakuti oleh ibu ibu hamil sehingga menyebabkan kecemasan saat menjelang persalinan. Penurunan kecemasan primigravida setelah mengikuti konseling terjadi karena saat konseling primigravida telah mampu mengungkapkan semua perasaan yang mengganggu dan merasa lega serta mencip takan kondisi relaks pada primigravida. Diharapkan dengan kondisi relaks baik pada tubuh dan pikiran dapat memicu pelepasan hormon yang akan membantu menurunkan kecemasan.

Ada beberapa cara yang dapat dilakukan untuk mengurangi kecemasan dan rasa takut untuk mempersiapkan ibu dalam menjaga kehamilan dan proses

persalinannya salah satunya adalah dengan pemberian konseling pra-persalinan 1,3,5 Menurut American Counseling Association konseling membantu responden membuat perubahan yang mereka butuhkan misalnya cara berpikir, perasaan dan berperilaku.6 Beberapa tujuan konseling menurut Corey adalah sebagai pereda kecemasan, penyembuhan gangguan emosional, pencapaian kebahagiaan dan kepuasan, aktualisasi diri, serta penghapusan tingkah laku maladaptif dengan belajar pola-pola tingkah laku adaptif.

Menurut Indah Dewi (2021), Berdasarkan hasil pre-test diketahui bahwa kecemasan ibu hamil menghadapi persalinan sebelum menonton video persalinan normal adalah Cemas Ringan sebanyak 1 responden (20%), Cemas Sedang sebanyak 6 responden (60%), Cemas Berat sebanyak 3 responden (30%), Berdasarkan hasil penelitian dengan menggunakan Uji Wilcoxon Rank Test didapat nilai p value $0,006 < 0,05$ artinya ada Pengaruh Video Persalinan Normal Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Persalinan Di Wilayah Kerja Puskesmas Pangaribuan Kabupaten Tapanuli Utara. Hasil penelitian ini menunjukkan kecemasan ibu hamil sebelum menonton video persalinan normal mayoritas cemas sedang dan setelah menonton video persalinan normal

mayoritas ibu hamil mengalami cemas ringan.

Menurut Walangadi N, (2014) Kecemasan ibu hamil primigravida meningkat pada saat ibu hamil berada di trimester III saat menjelang persalinan, maka kecemasan itu sangat perlu dihindari karena akan berpengaruh bagi kesehatan ibu dan janin. Video persalinan yang dimaksud yaitu video yang berisikan proses persalinan normal yang dapat digunakan sebagai ilmu visualisasi keadaan bagaimana sebenarnya proses melahirkan tersebut berlangsung atau terjadi. Proses kelahiran terjadi dapat dilihat melalui video persalinan normal, video ini berisikan tentang cara mudah melahirkan, lebih santai dan mengurangi nyeri persalinaan serta menurunkan kecemasan menghadapi persalinaan.

Menurut veradilla (2021), Berdasarkan tabel 6 dapat dilihat bahwa rata-rata (mean) pengetahuan persiapan persalinan sebelum konseling tingkat kecemasan adalah 2,77 dengan standar deviasi 0,43.

Hasil penelitian Aditya dan Fitria (2021), diperoleh skor kecemasan ibu hamil berbeda-beda selama pandemic berlangsung dari kondisi tidak cemas, cemas ringan, sedang maupun cemas berat. Sebanyak 62,5% responden memiliki kecemasan berat dengan kesiapan

melahirkan yang kurang dan pengetahuan mengenai Covid-19 yang baik. Data dianalisis menggunakan uji Spearman untuk mengetahui korelasi kecemasan pada ibu. Kecemasan ibu hamil yang akan bersalin sangat mempengaruhi kesiapan ibu dalam melakukan kunjungan antenatal care dan persiapan persalinan

Hasil nilai uji Wilcoxon Berdasarkan hasil uji analisis pada tabel 5.2.5 menunjukkan bahwa dari 40 responden diperoleh rata-rata skor sesudah edukasi adalah 0,00.

Menurut sayfrudin (2015), Edukasi kesehatan atau pendidikan kesehatan merupakan, sisi ilmu dan sisi seni. Dilihat dari sisi seni, yakni aplikasi edukasi kesehatan merupakan penunjang terjadi antara dua responden individu, masing-masing di sebut konselor dan klien bagi program-program kesehatan lain. Ini artinya bahwa setiap program kesehatan yang telah ada misalnya pemberantasan penyakit menular atau tidak menular, program perbaikan gizi, perbaikan sanitasi lingkungan, upaya kesehatan ibu dan anak, program pelayanan kesehatan dan lain sebagainya sangat perlu ditunjang serta didukung oleh adanya promosi kesehatan.

Menurut Hastuti (2017), Ada beberapa cara yang dapat dilakukan untuk mengurangi kecemasan dan rasa takut untuk mempersiapkan ibu dalam menjaga

kehamilan dan proses persalinannya salah satunya adalah dengan pemberian konseling pra-persalinan.1,3,5 Menurut American Counseling Association konseling membantu responden membuat perubahan yang mereka butuhkan misalnya cara berpikir, perasaan dan berperilaku.6 Beberapa tujuan konseling menurut Corey adalah sebagai pereda kecemasan, penyembuhan gangguan emosional, pencapaian kebahagiaan dan kepuasan, aktualisasi diri, serta penghapusan tingkah laku maladaptif dengan belajar pola-pola tingkah laku adaptif.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Indah Dewi (2021), setelah dilakukan intervensi dengan menggunakan Uji Wilcoxon Rank Test didapat nilai p value $0,006 < 0,05$ artinya ada Pengaruh Video Persalinan Normal Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Persalinan Di Wilayah Kerja Puskesmas Pangaribuan Kabupaten Tapanuli Utara. Hasil penelitian ini menunjukkan kecemasan ibu hamil sebelum menonton video persalinan normal mayoritas cemas sedang dan setelah menonton video persalinan normal mayoritas ibu hamil mengalami cemas ringan.

Kecemasan ibu hamil primigravida meningkat pada saat ibu hamil berada di trimester III saat menjelang persalinan, maka kecemasan itu sangat perlu dihindari

karena akan berpengaruh bagi kesehatan ibu dan janin. Video persalinan yang dimaksud yaitu video yang berisikan proses persalinan normal yang dapat digunakan sebagai ilmu visualisasi keadaan bagaimana sebenarnya proses melahirkan tersebut berlangsung atau terjadi. Proses kelahiran terjadi dapat dilihat melalui video persalinan normal, video ini berisikan tentang cara mudah melahirkan, lebih santai dan mengurangi nyeri persalinaan serta menurunkan kecemasan menghadapi persalinaan.

Hasil Penelitian Veradilla (2021), Menyatakan Hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,000 < 0,05$ berarti ada pengaruh konseling tingkat kecemasan terhadap pengetahuan persiapan persalinan pada ibu hamil primi di masa pandemic Covid-19 di PMB Soraya,Am,Keb Palembang tahun 2021.

Kecemasan dan kekhawatiran ibu hamil apabila tidak ditangani dengan seriusakan membawa dampak dan pengaruh terhadap fisik dan psikis baik ibu maupun janinnya.Faktor yang memengaruhi kecemasan pada ibu hamil diantaranya faktor psikologis, dimana adanya rasa cemas yang disebabkan oleh beberapa ketakutan. Takut akan peningkatan nyeri, takut akan kerusakan atau kelainan bentuk tubuh seperti episiotomi, ruptur, jahitan atau seksio

sesaria. Faktor psikis dalam menghadapi persalinan merupakan faktor yang sangat penting mempengaruhi lancar tidaknya proses persalinan.

Upaya untuk meningkatkan pengetahuan adalah dengan pemberian edukasi kesehatan. Edukasi kesehatan dapat dilakukan dengan cara penyuluhan kesehatan atau informasi melalui berbagai media dan teknologi. Edukasi kombinasi kesehatan pengalaman direncanakan berdasarkan belajar teori adalah yang yang menyediakan kesempatan bagi individu, kelompok dan masyarakat untuk memperoleh informasi dan keterampilan yang dibutuhkan untuk membuat keputusan kesehatan yang berkualitas.

Jadi dari hasil analisis edukasi kesehatan yang di lakukan usaha terencana untuk menyebarkan pengaruh terhadap kesehatan respooden lain baik individu, kelompok, atau masyarakat, sehingga perilaku sasaran dapat sesuai dengan yang diharapkan oleh pemberi edukasi dan promosi kesehatan. Di dalam ini juga terkandung poin-poin meliputi input (pendidik dan sasaran edukasi kesehatan), proses (rencana dan strategi), serta output (melakukan sesuai dengan yang diharapkan).Hasil yang diharapkan dari edukasi atau promosi kesehatan untuk peningkatan perilaku sehingga

terpeliharanya kesehatan oleh sasaran dari edukasi kesehatan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan, maka simpulan penelitian ini adalah sebagai berikut : Pengaruh Edukasi Terhadap Tingkat Kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinaan sebelum dilakukan edukasi memiliki rata-rata 2.74 yaitu kategori kecemasan sedang, Pengaruh Edukasi Terhadap Tingkat Kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinaan sesudah dilakukan edukasi memiliki rata-rata 1.83 dan termasuk

kategori kecemasan ringan dari Hasil analisis pre-test dan post-test menunjukkan edukasi memiliki pengaruh dalam menurunkan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil dalam Menghadapi Persalinaan di Praktik Mandiri Bidan (PMB) Palembang Tahun 2023 dengan $p=0.001$ ($p<0,05$).

SARAN

Diharapkan agar petugas kesehatan dapat meningkatkan pelaksanaan penyuluhan dengan membagikan leaflet edukasi tentang tingkat kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinaan serta dapat meningkatkan standar pelayanan kesehatan sebaik-baiknya.

DAFTAR PUSTAKA

- Athi,dkk 2010 “Pengaruh Edukasi tentang Persalinaan terhadap Kecemasan Ibu Primigravida Trimester III yang akan Menghadapi Persalinaan” *Journal manager bu athi Universitas Pesantren Tinggi Darul Ulum Jombang* <http://Journal.manager.bu,athi>.diakses 12 November 2023.
- Andina Vita Sutanto, Y.F. 2018. Asuhan pada Kehamilan : Panduan lengkap Asuhan selama kehamilan bagi Praktisi Kebidanan. Edited by Penerbit Pustaka Baru Press. Yogyakarta: Penerbit Pustaka Baru Press.
- Eka Rora Suci Wisudawati, dkk 2017 “Penurunan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dengan Edukasi Kesehatan terapi Dzikir di Puskesmas 7 Ulu” *Jurnal Adam : Jurnal Pengabdian Masyarakat E. ISSN 2829-744X Volume 2, Nomor 1, Universitas Kader Bangsa Palembang.* Available at <https://jurnal.spada.ipts.ac.id/index.php/adam> diakses 12 November 2023
- Eliyana, Y. and Yunita, E. 2022. ‘Pendidikan Kesehatan Tentang Pentingnya Gizi Ibu Hamil Dimasa Pandemi Covid-19 Di Desa Pademawu Barat’ *Paradigma (Pemberdayaan & 4(April), pp. 18–21.* Available at: <https://stikes-nhm.ejournal.id/PGM/article/view/6660A> <https://stikesnhm.ejournal.id/PGM/article/download/666/624>.diakses 12 November 2023
- Fatimah & Nuryaningsih, 2017.Esensial Obstetri dan Ginekologi, Edisi 3.EGC. Jakarta.

- Halgin, R P., Whitbourne, S K. (2010). Psikologi Abnormal: Perspektif Klinis pada Gangguan Psikologis. Edisi 6. Jakarta: Salemba Humanika.
- Haslian Harlan, 2020. Perawatan Maternitas. Jakarta. EGC JHPIEGO. 2003.Panduan Pengajaran Kebidanan Fisiologi Bagi Dosen Diploma III Kebidanan. Buku Ante Partum. Pusdiknakes.Jakarta
- Indah Dewi Sari dan Sulastri Pakpahan 2021 ” Pengaruh Video Persalinan Normal terhadap Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Persalinan di Wilayah Kerja Puskesmas Pangaribuan Kecamatan Pangaribuan Kabupaten Tapanuli Utara” *JIUBJ: Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, vol 21 no (3), Universitas Batanghari Jambi ISSN 1411-8939. <http://ji.unbari.ac.id/index.php/ilmiah/article/download/1559/998> diakses 12 November 2023
- Kamelia Husen, dkk 2017 “Pengaruh Pemberian Edukasi Individu sebelum Melahirkan Terhadap Tingkat Kecemasan pada Ibu Postpartum” *JKD: Jurnal Kedokteran di Ponogoro* Volume 6, Nomor 2, Universitas
- Diponegoro JL. Prof. H. Soedarto, SH., Tembalang-Semarang 50275.*Online* :<http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/medico> diakses 12 November 2023
- Kromboltz Lubis 2011. Komunikasi & Edukasi dalam Praktik kebidanan, Yogyakarta: FitramayaMoehji, S. 2014. Ilmu Gizi I. Papas Sina.Edited by Papas Sinar Sinanti. Jakarta.
- Latifah Nur Rahmadani, Dkk 2016 “pengaruh Edukasi terhadap tingkat kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan di PMB Hj. Sri Lumintu Tahun 2016” *PLACENTUM Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, Vol.7(1) 2019 Universitas sebelas Maret, Jl. Ir. Sutami 36A, Ketingan, Surakarta. *lain resmi*: <http://jurnal.uns.ac.id/placentum> diakses 12 November 2023.
- Machfoedz & suryani 2009.*Pendidikan Kesehatan Bagian dari Promosi Kesehatan* .Yogyakarta.Fitramaya
- Marmi, S.ST. 2012. Asuhan Kebidanan Pada Persalinan. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- M.Ghufron, Rini, S.2014.Teori-teori Psikologi. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Nursalam. 2009. Metodologi Riset Keperawatan. Jakarta : CV Sagung Seto.
- Rohani, S.ST., dkk. 2011. Asuhan Kebidanan pada Masa Persalinan.Jakarta :Salemba Medika.
- Sondakh, Jenny J.S. 2013. Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir. Penerbit Erlangga.
- Sujiyatini, S.SiT, M.Keb, dkk. 2011. Asuhan Kebidanan II (Persalinan). Yogyakarta: Rohima Press.

Sugiyono 2019.*Metodologi Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif,dan R&D*.Bandung:Alfabeta

Syafrudin 2015.*Ilmu Kesehatan Masyarakat.Jakarta* ; CV Trans Info Media.

Veradilla dan Rohani 2022 “Pengaruh Edukasi Tingkat Kecemasan Terhadap Pengetahuan Persiapan Persalinan Pada Primigravida Dimasa Pandemi Covid-19 Tahun 2022”
Jurnal Kebidanan: Jurnal Medical Science Ilmu Kesehatan Akademi Kebidanan Budi Mulia Palembang Volume.12 No.1 STIKES Mitra Abdiguna Available online
<https://journal.budimulia.ac.id/diakses> 12 November 2023.