GAMBARAN KECEMASAN PRIMIGRAVIDA PADA KEHAMILAN TRIMESTER III DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TASIKMADU

Anggraini Dewi Lestari[1], Ana Wigunantiningsih[2], Hastutik[3]
[1]Prodi D3 kebidanan STIkes Mitra Husada Karanganyar
Email: stikes.mitrahusada@gmail.com
[2]Prodi D3 kebidanan STIkes Mitra Husada Karanganyar
Email: wigunaana@gmail.com
[3]Prodi D3 kebidanan STIkes Mitra Husada Karanganyar
Email: has_2tik@yahoo.co.id

ABSTRACT

Baby born at first is the new experience and hard for mother and as a women in usually. Anxiety in women usually comes to the heart because women must have a new adaptation with physic and psychological . According to the observation and first research on Desember 19, 2014 including interview with 10 women in primigravida in Local Government Clinic Tasikmadu any 3 women who have anxiety for baby born Trimester III. This purpose of the research is to know the anxiety picture of primigravida in pregnancy of trimester III in Local Government Clinic Tasikmadu. This research is qualitative descriptive. The research conduct on April 2015 in Local Government Clinic Tasikmadu Karanganyar. Sampling technique is using purposive sampling in 4 respondents. Research instrument is note, interview and tape recorder. The result of the research is 2 respondents who have soft anxiety in baby born, and 2 respondents in enough anxiety for primigravida trimester III in Local Government Clinic Tasikmadu. The conclusion of the research showed that anxiety in primigravida trimester III is almost women have same anxiety to face baby born.

Keywords: *Anxiety, Primigravida, Trimester III.*

ABSTRAK

Saat menghadapi persalinan anak pertama merupakan suatu pengalaman baru dan merupakan masa-masa yang sulit bagi seorang wanita. Kecemasan yang terjadi pada wanita yang akan memiliki bayi, umumnya disebabkan karena mereka harus menyesuaikan diri dengan kebutuhan fisik dan psikologis. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 19 Desember 2014 dengan wawancara 10 orang ibu primigravida di Puskesmas Tasikmadu didapatkan hasil sebanyak 3 orang mengalami kecemasan terhadap kehamilan dan proses persalinan dan 7 orang diantaranya tidak mengalami kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kecemasan primigravida pada kehamilan trimester III di wilayah kerja puskesmas Tasikmadu. Jenis Penelitian ini adalah *deskriptif kualitatif*. Waktu penelitian dilakukan pada bulan April 2015 di wilayah kerja Puskesmas Tasikmadu Kabupaten Karanganyar. Teknik pengambilan sampelnya menggunakan teknik *purposive sampling* sebanyak 4 responden. Instrumen yang digunakan berupa media perekam suara, catatan atau tulisan tangan dan pedoman wawancara. Hasil penelitian gambaran kecemasan primigravida pada kehamilan trimester III di wilayah kerja Puskesmas Tasikmadu dalam kategori kecemasan ringan sebanyak 2 responden sedangkan kategori kecemasan sedang sebanyak 2 responden. Simpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa gambaran kecemasan primigravida pada kehamilan trimester III sebagian besar mengalami gejala kecemasan yang sama menjelang persalinan.

Kata kunci: Kecemasan, Primigravida, Trimester III

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan proses alamiah untuk menjaga kelangsungan peradaban manusia. Kehamilan baru bisa terjadi jika seorang wanita sudah mengalami pubertas yang ditandai dengan terjadinya menstruasi. Dengan adanya kehamilan maka akan terjadi perubahan pada ibu baik secara fisiologis dan psikologis. (Hani, Kusbandiyah, Marjati dan Yulifah, 2010)

Banyak hal yang dapat berubah pada diri ibu hamil dan sulit untuk memprediksinya. Beberapa teori menjelaskan bahwa perubahan tersebut disebabkan oleh adanya tekanan biologis, sosial, dan psikologis. Tekanan biologis timbul akibat berbagai perubahan fisik, misalnya perubahan bentuk tubuh (perut yang semakin membesar seiring bertambahnya usia kehamilan). Perubahan citra tubuh ini dapat menimbulkan ketakutan pada diri ibu. Tekanan sosial dirasakan ibu ketika kehamilan membatasinya untuk melakukan kegiatan sosial lain, sedangkan tekanan psikologis muncul akibat faktor hormonal dan faktor lainnya. Reaksi psikologis dan emosional yang muncul

pada wanita yang baru pertama kali hamil, antara lain: kecemasan, kegusaran, ketakutan dan kepanikan. Reaksi tersebut dipicu oleh persepsi ibu bahwa kehamilan merupakan ancaman yang menakutkan. Ia takut terjadi keguguran atau terjadi kelainan pada kehamilannya. (Irianti dan Herlina, 2011)

Perubahan psikologis yang terjadi pada ibu hamil trimester III ini antara lain: kekhawatiran akan kesempurnaan kondisi anaknya yang kelak akan dilahirkan, kekhawatiran akan keselamatan dirinya dan bayinya, ketakutan akan kehidupan dirinya. Kondisi stres dan cemas hampir meliputi semua perempuan hamil, lebih-lebih pada kehamilan pertama dimana individu sama sekali kurang mengerti perubahan-perubahan baru yang terjadi. (Taufik, 2010)

Setiap ibu hamil akan menunjukkan ketakutan dan kecemasannya dengan cara yang berbeda. Apabila ibu dapat mengatasi permasalahannya sendiri atau dengan bantuan dan dukungan dari suami, keluarga, atau tenaga kesehatan, kehamilan dapat berjalan sesuai dengan yang diharapkan. Sebaliknya jika ketakutan dan kecemasan tersebut telah melewati ambang batas, hal ini dapat menimbulkan berbagai dampak negatif. (Irianti dan Herlina, 2011)

Dampak negatif yang dapat terjadi salah satunya yaitu gangguan kecemasan dimana seseorang yang menderita gangguan kecemasan umum, dalam ketegangan yang tinggal secara samar-samar merasa takut atau cemas pada hampir sebagian besar waktunya dan cenderung bereaksi secara berlebihan terhadap stres yang ringan sekali pun. (Lukluk dan Bandiyah, 2008)

Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Karanganyar yang tercatat sampai tahun 2014, jumlah ibu hamil adalah 18.432 orang. Sedangkan data di Puskesmas Tasikmadu, Kabupaten Karanganyar jumlah kunjungan ibu primigravida bulan November-Desember 2014 sebanyak 84 orang, dan dari studi pendahuluan yang telah dilakukan pada 19 Desember 2014 dengan wawancara 10 orang ibu primigravida didapatkan hasil sebanyak 3 orang mengalami kecemasan terhadap kehamilannya dan proses persalinan nantinya dan 7 orang diantaranya tidak mengalami kecemasan.

BAHAN dan METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif. Penelitian telah dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Tasikmadu yang beralamatkan di Ngijo, RT.12/05 Tasikmadu Karanganyar pada bulan Maret-April 2015.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil primigravida trimester III di wilayah kerja Puskesmas Tasikmadu.

Tehnik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah dengan teknik *Purposive Sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Dalam penelitian ini, karakteristik dan jumlah responden adalah sebagai berikut : wanita yang hamil anak pertama (primigravida) pada kehamilan trimester III dengan umur di bawah 20 tahun sebanyak 2 responden dan umur di atas 20 tahun sebanyak 2 respon, total responden penelitian berjumlah 4 responden.

Variabel dalam penelitian ini adalah variabel tunggal yaitu kecemasan primigravida pada kehamilan trimester III. instrumen yang digunakan adalah menggunakan media perekam suara, catatan atau tulisan tangan, dan pedoman wawancara.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini peneliti menggunakan data primer. Cara pengambilan data peneliti melakukan wawancara kepada responden dengan mengajukan pertanyaan mengenai kecemasan primigravida trimester III dalam menghadapi kehamilan.

Wawancara yang digunakan adalah wawancara terstruktur. Untuk mencapai keakuratan dalam penelitian ini digunakan teknik trianggulasi. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan trianggulasi dengan sumber. Data yang diperoleh akan di analisa dengan menggunakan teknik analisis data kualitatif. Adapun tahapan tersebut adalah mengorganisasikan data, mengelompokkan data, analisis kasus, dan menguji asumsi.

HASIL DAN PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Tasikmadu pada bulan April 2015 yang terletak di Ngijo, RT.12/05 kecamatan Tasikmadu kabupaten Karanganyar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kecemasan primigravida pada kehamilan trimester III di wilayah kerja puskesmas Tasikmadu.

1. **Bagaimanakah perasaan Ibu menghadapi kehamilan menjelang persalinan ini apakah Ibu merasa tidak sabar menunggu kelahiran bayinya? Bagaimana peran suami/keluarga apakah lebih perhatian ataukah bagaimana?**
   Terdapat perbedaan yang dialami antara responden pertama, kedua, ketiga dan keempat ketika menghadapi kehamilan menjelang persalinan.

Responden pertama Ny. S 27 tahun mengatakan:

> "iya, saya merasa tidak sabar dengan kelahiran bayi saya, suami dan keluarga lebih perhatian selama hamil"

Suami dari responden pertama Ny. S 27 tahun mengatakan:

> "saya rasa istri saya sudah tidak sabar dengan kelahiran bayi, saya dan keluarga lebih perhatian kepada istri"

Responden kedua Ny. Y 19 tahun mengatakan:

> "saya merasa tidak sabar menunggu kelahiran bayi, suami dan keluarga lebih perhatian"

Suami dari responden kedua Ny. Y 19 tahun mengatakan:

> "istri saya tidak sabar menunggu kelahiran bayi, saya dan keluarga lebih perhatian"

Responden ketiga Ny. E 19 tahun mengatakan:

> "iya, saya tidak sabar menunggu kelahiran bayi pengen segera kembali bekerja karena di rumah sumpek, ibu dan suami lebih perhatian mereka sering mengingatkan saya untuk tidak boleh capek, minum obat teratur, jangan telat makan"

Ibu kandung dari responden ketiga Ny. E 19 tahun mengatakan:

> "anak saya tidak sabar, katanya di rumah sudah bosan, suami dan keluarga lebih pehatian selama hamil seperti mengingatkan jangan telat makan"

Responden keempat Ny. S 28 tahun mengatakan:

> "saya menunggu saja dengan kelahiran bayi tapi ada rasa khawatir, suami perhatian, ibu mertua malah lebih perhatian, saudara-saudara juga lebih pehatian. Mereka sering mengingatkan saya untuk makan teratur"

Kakak laki-laki dari responden keempat Ny. S 28 tahun mengatakan:

> "saya rasa adik saya sabar menunggu kelahiran bayinya tapi ada rasa khawatir, suami perhatian, keluarga perhatian"

2. Pada usia kehamilan 7, 8, 9 bulan ini adakah rasa khawatir bila bayinya lahir sewaktu-waktu? Apa yang Ibu akan lakukan apabila mengalami perasaan tersebut? Apakah jalan-jalan, mengerjakan pekerjaan rumah, mengurung diri di kamar, mendengarkan musik atau yang lain?

Responden pertama Ny. S 27 tahun mengatakan :

> "ada rasa khawatir bayi lahir sewaktu-waktu saat main, biasanya saya lebih senang menonton tv dan mendengarkan musik"

Responden kedua Ny. Y 19 tahun mengatakan:

> "ada rasa takut dan khawatir, biasanya saya pergi jalan-jalan dengan suami atau main ke rumah tetangga"

Suami dari responden kedua Ny. Y 19 tahun mengatakan:

> "ada rasa takut dan khawatir, biasanya pergi jalan-jalan atau main ke rumah tetangga"

Responden ketiga Ny. E 19 tahun mengatakan:

> "saya tidak merasa khawatir bayi lahir sewaktu-waktu"

Ibu kandung dari responden ketiga Ny. E 19 tahun mengatakan:

> "anak saya santai tidak ada rasa khawatir bayi lahir sewaktu-waktu"
>
> "ada rasa khawatir bila bayi lahir sewaktu-waktu, biasa saya mengerjakan pekerjaan rumah, jalan-jalan seminggu sekali, dan mendengarkan musik"

Kakak laki-laki dari responden keempat Ny. S 28 tahun mengatakan

> "ada rasa khawatir bila bayi lahir sewaktu-waktu, biasanya mengerjakan pekerjaan rumah, jalan-jalan seminggu sekali, dan mendengarkan musik"

3. Pada usia kehamilan 7, 8, 9 bulan ini adakah rasa khawatir kalau bayinya lahir tidak normal? Bagaimana sikap Ibu jika mengalami hal tersebut? Apakah lebih sering diam, atau disampaikan kepada suami, keluarga, teman, atau bidan?

Responden pertama Ny. S 27 tahun mengatakan:

> "ada rasa khawatir bila bayi saya lahir tidak normal, saya kaget dan kecewa bila mengalaminya, belum pernah curhat, saya cuma lebih sering diam"

Suami dari responden pertama Ny. S 27 tahun mengatakan:

> "istri saya ada rasa khawatir bila bayi lahir tidak normal, pasti kaget dan kecewa bila mengalaminya, belum pernah curhat kepada saya dan keluarga"

Responden kedua Ny. Y 19 tahun mengatakan:

> "saya ada rasa khawatir bila bayi saya lahir tidak normal, tapi saya akan menerimanya dengan ikhlas, saya sering curhat dengan suami dan keluarga"

Suami dari reponden kedua Ny. Y 19 tahun mengatakan:

> "ada rasa khawatir bila bayi lahir tidak normal, tapi akan menerimanya engan ikhlas, sering curhat sekeluarga"

Responden ketiga Ny. E 19 tahun mengatakan:

> "ada rasa khawatir bila bayi saya lahir tidak normal, saya merasa kecewa bila mengalaminya, saya sering curhat dengan suami"

Ibu kandung dari responden ketiga Ny. E 19 tahun mengatakan:

> "pasti ada rasa khawatir, pasti kecewa bila mengalaminya, biasanya curhat kepada suami kalau dengan saya jarang"

Responden keempat Ny. S 28 tahun mengatakan:

> "ada rasa khawatir bila bayi saya lahir tidak normal, saya sering curhat dengan suami"

Kakak laki-laki dari responden keempat Ny. S 28 tahun mengatakan:

> "ada rasa khawatir bila bayi lahir tidak normal, sering curhat dengan suami"

4. Bagaimana sikap Ibu dalam menjaga kehamilan menjelang persalinan ini? Apakah Ibu akan bersikap melindungi janinnya dari orang atau benda yang mungkin dianggap membahayakan bayi?

Responden pertama Ny. S 27 tahun mengatakan:

"saya menjaga dan melindungi janin dan kandungan apalagi ini anak pertama"

Suami dari responden pertama Ny. S 27 tahun mengatakan:

"istri saya menjaga dan melindungi kandungan karena ini anak pertama"

Responden kedua Ny. Y 19 tahun mengatakan:

"saya menjaga kehamilan dan melindungi janin"

Suami dari responden kedua Ny. Y 19 tahun mengatakan:

"iya, selama ini menjaga kehamilan dan melindungi kandungannya"

Responden ketiga Ny. E 19 tahun mengatakan:

"saya menjaga kehamilan dengan tidak boleh capek"

Ibu kandung dari responden ketiga Ny. E 19 tahun mengatakan:

"anak saya menjaga kehamilannya dengan baik"

Responden keempat Ny. S 28 tahun mengatakan:

"saya menjaga kehamilan, bila capek segera istirahat dan tidak dipaksakan"

Kakak laki-laki dari responden keempat Ny. S 28 tahun mengatakan:

"iya, menjaga kehamilan, bila capek segera istirahat dan tidak dipaksakan"

5. Selama kehamilan ini telah terjadi perubahan-perubahan fisik yang terjadi pada Ibu dari sebelum hamil sampai sekarang ini, adakah perasaan aneh atau jelek dalam kehamilan menjelang persalinan ini? Bagaimana sikap Ibu jika mengalami hal tersebut?

Responden pertama Ny. S 27 tahun mengatakan:

"perubahannya berat badan saya naik, nafsu makan berkurang, kadang-kadang pusing, saya merasa aneh dan jelek dengan kehamilan ini tapi saya biasa saja dengan perubahan yang terjadi"

Suami dari responden pertama Ny. S 27 tahun mengatakan:

"perubahannya berat badan naik, nafsu makan berkurang, iya merasa anehdan jelek dengan kehamilan ini tapi istri biasa saja"

Responden kedua Ny. Y 19 tahun mengatakan:

> "perubahannya berat badan bertambah, nafsu makan bertambah, sering bosan, saya merasa aneh dan jelek dengan kehamilan ini tapi saya santai dengan perubahan yang terjadi"

Suami dari responden kedua Ny. Y 19 tahun mengatakan:

> "perubahannya berat badan bertambah, nafsu makan bertambah, istri merasa aneh dan jelek dengan kehamilan ini tapi santai dengan perubahan yang terjadi"

Responden ketiga Ny. E 19 tahun mengatakan:

> "perubahannya berat badan bertambah dulu kurus sekarang gemuk, perut menjadi gendut, nafsu makan sama seperti sebelum hamil, saya tidak merasa aneh dan jelek dengan kehamilan ini"

Ibu kandung dari responden ketiga Ny. E 19 tahun mengatakan:

> "perubahannya berat badan bertambah, tambah gendut, saya rasa anak saya tidak merasa aneh dan jelek dengan kehamilannya"

Responden keempat Ny. S 28 tahun mengatakan:

> "perubahannya nafsu makan bertambah, berat badan bertambah, agak sensitive, tidak merasa aneh dan jelek tapi pipi saya tembem dan wajahnya kelihatan bulat, saya membiarkan saja dengan perubahan yang terjadi karena tidak suka dandan"

Kakak laki-laki dari responden keempat Ny. S 28 tahun mengatakan:

> "nafsu makan bertambah, berat badan bertambah, iya agak sensitive, tidak merasa aneh dan jelek, dibiarkan saja dengan perubahan yang terjadi karena tidak suka dandan"

6. **Selama kehamilan ini apakah Ibu merasa sedih karena akan berpisah dengan bayi yang dikandungannya? Kemudian apakah Ibu merasa kehilangan perhatian khusus yang diterima semasa hamil?**

Responden pertama Ny. S 27 tahun mengatakan:

> "saya tidak merasa sedih berpisah dengan bayi dalam kandungan dan saya tidak merasa kehilangan perhatian khusus yang diberikan suami dan keluarga"

Suami dari responden pertama Ny. S 27 tahun mengatakan:

> "tidak merasa sedih berpisah dengan bayi dalam kandungan dan tidak merasa kehilangan perhatian khusus"

Responden kedua Ny. Y 19 tahun mengatakan:

> "saya merasa sedih berpisah dengan bayi dalam kandungan dan saya ada rasa kehilangan perhatian khusus yang diberikan suami dan keluarga karena nanti perhatian berpindah ke anak"

Suami dari responden kedua Ny. Y 19 tahun mengatakan:

> "iya istri saya pasti merasa sedih berpisah dengan bayi dalam kandungan dan ada rasa kehilangan perhatian khusus karena nanti perhatian berpindah ke anak"

Responden ketiga Ny. E 19 tahun mengatakan:

> "saya tidak merasa sedih berpisah dengan bayi dalam kandungan dan saya tidak merasa kehilangan perhatian khusus yang diberikan suami dan keluarga"

Ibu kandung dari responden ketiga Ny. E 19 tahun mengatakan:

> "anak saya tidak merasa sedih berpisah dengan bayi dalam kandungan dantidak merasa kehilangan perhatian khusus yang diberikan suami dan keluarga"

Responden keempat Ny. S 28 tahun mengatakan:

> "saya ada rasa sedih berpisah dengan bayi dalam kandungan dan saya tidak ada rasa kehilangan perhatian khusus yang diberikan suami dan keluarga"

Kakak laki-laki dari responden keempat Ny. S 28 tahun mengatakan:

> "ada rasa sedih berpisah dengan bayi dalam kandungan dan tidak ada rasa kehilangan perhatian khusus yang diberikan suami dan keluarga"

7. Bagaimana kesiapan Ibu dalam kelahiran bayi apakah rutin memeriksakan kandungan di bidan/dokter? Apabila hasil pemeriksaan tidak sesuai harapan sikap Ibu bagaimana?

Responden pertama Ny. S 27 tahun mengatakan:

> "saya rutin memeriksakan kehamilan di PKD Gaum Ibu Suwarni, saya menerima hasil pemeriksaan"

Responden kedua Ny. Y 19 tahun mengatakan:

> "saya rutin memeriksakan kehamilan di Bidan, saya merasa kecewa bila hasilnya tidak sesuai harapan tapi tetap diterima"

Responden ketiga Ny. E 19 tahun mengatakan:

> "saya rutin memeriksakan kehamilan di Bidan setiap bulan kadang sebulan 2x, saya merasa sedih dan kecewa bila hasilnya tidak sesuai harapan"

Responden keempat Ny. S 28 tahun mengatakan:

> "saya rutin memeriksakan kehamilan di Bidan sebulan sekali, trimester ketiga 3 minggu sekali, saya merasa sedih, kecewa dan was-was bila hasilnya tidak sesuai harapan"

Setelah dilakukan wawancara kepada empat responden di dapatkan hasil perbandingan antara ibu hamil primigravida umur di atas 20 tahun lebih sabar menunggu kelahiran bayinya daripada ibu hamil primigravida yang umurnya di bawah 20 tahun. Sedangkan ibu hamil primigravida yang umurnya di bawah 20 tahun merasa sedih akan berpisah dengan bayi yang dikandungnya dan merasa akan kehilangan perhatian khusus yang diberikan suami atau keluarga semasa hamil karena perhatian tersebut akan berpindah ke anak daripada ibu hamil primigravida yang umurnya di atas 20 tahun tidak merasakan hal tersebut.

Berdasarkan hasil wawancara kepada responden didapatkan hasil bahwa responden pertama Ny.S 27 tahun dan responden ketiga Ny.E 19 tahun mengalami kecemasan ringan, sedangkan responden kedua Ny.Y 19 tahun dan responden keempat Ny.S 28 tahun mengalami kecemasan sedang, pada kasus ini tidak di temukan responden yang mengalami kecemasan berat.

Pada responden pertama dan responden ketiga mengatakan tidak merasa sedih dan tidak merasa kehilangan perhatian khusus yang di berikan suami atau keluarga selama kehamilan sedangkan responden kedua dan responden keempat merasa sedih dan merasa kehilangan perhatian khusus yang di berikan suami atau keluarga selama kehamilan. Dan pada responden yang mengalami kecemasan ringan di dapatkan hasil bahwa tidak merasa khawatir bila bayi lahir sewaktu-waktu daripada responden yang mengalami kecemasan sedang.

PEMBAHASAN

Kehamilan adalah fungsi normal dari masa kehamilan, proses kehamilan dimulai dengan terjadinya konsepsi. Konsepsi adalah bersatunya sel telur (ovum) dan sperma. Proses kehamilan (gestasi) berlangsung selama 40 minggu atau 280 hari dihitung dari hari pertama menstruasi terakhir. Usia kehamilan sendiri adalah 38 minggu, karena dihitung mulai dari tanggal konsepsi (tanggal bersatunya sperma dan sel telur) yang terjadi dua minggu setelahnya. (Kamariyah, Anggasari dan Muflihah, 2014)

Perubahan psikologis trimester III, trimester

waspada sebab pada saat ibu merasa tidak sabar menunggu kelahiran bayinya. Kadang ibu merasa khawatir bila bayinya lahir sewaktu-waktu. Ibu sering merasa khawatir kalau bayinya lahir tidak normal. Rasa tidak nyaman akibat kehamilan timbul kembali pada trimester ketiga dan banyak ibu merasa aneh atau jelek. (Asrinah dkk, 2010)

Kecemasan (ansietas/*anxiety*) adalah gangguan dalam perasaan (*affective*) yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas (*Reality Testing Ability*/RTA, masih baik), kepribadian masih tetap utuh (tidak mengalami keretakan kepribadian/ *splitting of personality*), perilaku dapat terganggu tetapi masih dalam batas-batas normal. (Hawari, 2013)

Hasil penelitian gambaran kecemasan primigravida pada kehamilan trimester III secara keseluruhan memberikan hasil bahwa sebagian besar responden mempunyai tanggapan yang berbeda-beda.

Berdasarkan hasil wawancara kepada responden di dapatkan hasil bahwa responden pertama dan responden ketiga mengalami kecemasan ringan, yaitu ditandai dengan mengatakan tidak merasa khawatir apabila bayi lahir sewaktu-waktu, tidak merasa sedih dan tidak merasa kehilangan perhatian khusus yang di berikan suami atau keluarga selama kehamilan, tetapi tetap menjaga kandungan dari orang atau benda yang dianggap membahayakan, ada rasa aneh dan jelek dengan kehamilan, dan ada rasa khawatir apabila bayi lahir tidak normal.

Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Hawari, 2013 bahwa tingkat kecemasan ringan yaitu berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari dan menyebabkan seseorang menjadi waspada dan meningkatkan lahan persepsinya. Cemas dapat memotivasi belajar dan menghasilkan pertumbuhan dan kreatifitas.

Sedangkan pada responden kedua dan keempat mengalami kecemasan sedang, yaitu ditandai dengan mengatakan ada rasa khawatir apabila bayi lahir sewaktu-waktu, ada rasa sedih dan ada rasa kehilangan perhatian khusus yang diberikan suami atau keluarga selama kehamilan karena perhatian berpindah kepada bayi, ada rasa khawatir apabila bayi lahir tidak normal, ada rasa aneh dan jelek dengan kehamilan tetapi santai dengan perubahan yang terjadi, berat badan bertambah, nafsu makan bertambah, lebih sensitive, sering bosan, merasa sedih, kecewa dan was-was bila hasil pemeriksaan tidak sesuai harapan tetapi tetap menjaga kandungan dari orang atau benda yang dianggap membahayakan dan menerima apapun hasil pemeriksaan.

Hal ini sesuai dengan teori yang di kemukakan oleh Hawari, 2013 bahwa tingkat kecemasan sedang yaitu memungkinkan seseorang untuk memusatkan pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain. Sehingga seseorang mengalami perhatian yang selektif namun dapat melakukan sesuatu yang lebih terarah.

Dari kedua tingkat kecemasan yang dialami oleh empat responden sebagian besar mempunyai keluhan yang sama, hal ini sesuai dengan teori yang di kemukakan Hawari, 2013 yaitu keluhan-keluhan yang sering dikemukakan oleh orang yang mengalami gangguan kecemasan antara lain : cemas, khawatir, tidak tenang, ragu dan bimbang, memandang masa depan dengan rasa was-was (khawatir), kurang percaya diri, gugup apabila tampil di muka umum (demam panggung), sering merasa tidak bersalah, menyalahkan orang lain, tidak mudah mengalah suka "ngotot", gerakan sering serba salah, tidak tenang bila duduk, gelisah, seringkali mengeluh ini itu (keluhan-keluhan somatik), khawatir berlebihan terhadap penyakit, mudah tersinggung, suka membesar-besarkan masalah yang kecil (dramatisasi), dalam mengambil keputusan sering diliputi rasa bimbang dan ragu, bila mengemukakan sesuatu atau bertanya seringkali diulang-ulang, kalau sedang emosi seringkali bertindak histeris. Sedangkan gejala klinis cemas antara lain : cemas, khawatir, firasat buruk, takut akan pikirannya sendiri, mudah tersinggung, merasa tegang, tidak tenang, gelisah, mudah terkejut, takut sendirian, takut pada keramaian dan banyak orang, gangguan pola tidur, mimpi-mimpi yang menegangkan, gangguan konsentrasi dan daya ingat, keluhan--keluhan somatik.

Berdasarkan hasil penelitian dari Ditha Arindra dengan judul Kecemasan Menghadapi Persalinan Anak Pertama Pada Ibu Dewasa Awal yaitu : Bagaimana kecemasan yang dialami oleh ibu dalam menghadapi persalinan anak pertama? Terdapat kesamaan gejala fisik yang dialami antara subjek pertama, subjek kedua, dan subjek ketiga ketika menjelang persalinan. Mereka merasakan gatal-gatal pada daerah sekitar perut, tekanan darah subjek ketika mendekati waktu persalinan, dan nafas subjek tidak menjadi cepat jika teringat mengenai persalinan. Perbedaan gejala fisik terdapat pada meningkatnya detak jantung. Subjek pertama merasa detak jantungnya meningkat jika subjek mendengar cerita mengenai persalinan melalui proses operasi, dan membaca buku-buku yang mambahas mengenai persalinan. Sedangkan pada subjek kedua dan subjek ketiga, detak jantung tidak meningkat jika subjek mendengar cerita mengenai persalinan, membaca buku yang membahas mengenai persalinan, dan menonton acara televisi mengenai persalinan. Dari hasil penelitian diperoleh bahwa ketiga subjek mengalami perubahan detak jantung, seperti meningkatnya detak jantung ketika ketiga subjek mendengar cerita dari orang lain mengenai persalinan

normal maupun persalinan melalui proses operasi, selain itu detak jantung subjek juga dapat meningkat ketika ketiga subjek membaca bukubuku mengenai persalinan. Terdapat perbedaan perilaku yang dilakukan antara ketiga subjek ketika mendapatkan masalah selama menjelang proses persalinan. Subjek pertama lebih senang untuk pergi mencari hiburan dan bercerita kepada sahabatnya untuk sedikit melupakan masalah yang dihadapinya atau membersihkan rumah. Jika mendapatkan masalah, subjek kedua lebih senang mengurung diri didalam kamar, menangis, mendengarkan musik, dan menulis diary dibandingkan melampiaskan kemarahannya kepada orang lain. Sedangkan subjek ketiga lebih senang mengurung diri didalam kamar dan beristirahat untuk melupakan masalah yang sedang dihadapinya. Ketiga subjek tersebut memiliki persamaan dalam menghadapi persalinan, mereka takut menghadapi persalinan yang semakin dekat. Mereka lebih banyak berdoa dan pasrah kepada Tuhan untuk membuat mereka merasa tenang setelah mereka teringat waktu persalinan yang semakin dekat. Jika mendapat masalah kecil, subjek pertama tidak langsung melampiaskan kemarahannya. Sedangkan subjek kedua dan ketiga jika mendapat masalah kecil yang menyinggung perasaan, terkadang mereka langsung melampiaskan kemarahannya terhadap suami mereka. Berdasarkan gejala emosi yang diperoleh, ketiga subjek merasa takut menghadapi persalinan yang semakin dekat. Sedangkan jika mendapat masalah kecil, subjek kedua dan ketiga terkadang langsung melampiaskan kemarahannya kepada suami mereka. Terdapat persamaan antara ketiga subjek mengenai keselamatan bayi dan dirinya serta kondisi bayi setelah dilahirkan. Mereka sangat cemas dengan kondisi bayi, keselamatan bayi yang akan dilahirkan, dan keselamatan diri mereka sendiri. Kecemasan dalam menghadapi persalinan biasanya dialami oleh para ibu jika kehamilannya sudah mendekati tanggal kelahiran. Selama menjelang persalinan, terdapat perbedaan dalam penyelesaian masalah. Subjek pertama lebih sering menyelesaikan masalah yang ada dibandingkan dengan subjek kedua dan ketiga yang selalu menghindar jika masalah datang. Subjek kedua mendapatkan pengetahuan dengan cara bertanya kepada seseorang yang telah melakukan proses persalinan dan menonton acara di televisi yang membahas mengenai peralinan, sedangkan subjek pertama mendapat pengetahuan dengan cara bertanya kepada sahabatnya yang telah melakukan proses persalinan dan membaca buku-buku mengenai persalinan, dan subjek ketiga mendapat pengetahuan dengan cara bertanya kepada teman-teman disekitar tempat kerjanya dan membaca buku mengenai masalah yang sedang dihadapinya berkaitan dengan persalinan.

SIMPULAN

1. Terdapat kecemasan tingkat ringan yang dialami oleh responden pertama Ny.S 27 tahun dan responden ketiga Ny.E 19 tahun.
2. Terdapat kecemasan tingkat sedang yang dialami oleh responden kedua Ny.Y 19 tahun dan responden keempat Ny.S 28 tahun.
3. Gambaran kecemasan primigravida pada kehamilan trimester III sebagian besar mengalami gejala kecemasan yang sama menjelang persalinan.

DAFTAR PUSTAKA

Arindra, D. 2010. *Kecemasan Menghadapi Persalinan Anak Pertama Pada Ibu Dewasa Awal*. http://www.google.co.id/search?q=jurnal+kecemasan+dalam+kehamilan+universitas+guna+darma

Asrinah; Putri, S; Sulistyorini, D; Muflihah, I; Sari, D. 2010. *Asuhan Kebidanan Masa Kehamilan*. Yogyakarta: Graha Ilmu. Hal: 77-116.

Bahiyatun. 2011. *Buku Ajar Bidan Psikologi Ibu dan Anak*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC. Hal: 132-3.

Fausiah, 2003. *Kecemasan Menghadapi Persalinan Anak Pertama Pada Ibu Dewasa Awal*. http://www.google.co.id/search?q=jurnal+kecemasan+dalam+kehamilan+universitas+guna+darma

Freud, S. 2007. *Teori Kecemasan Berdasarkan Psikoanalisis Klasik dan Berbagai Mekanisme Pertahanan terhadap Kecemasan.* http://www.google.co.id/search?q=buku+tentang+jenis-jenis+kecemasan+sigmund+freud

Hani, U; Kusbandiyah, J; Marjiati; Yulifah R. 2011. *Asuhan Kehamilan pada Kehamilan Fisiologis.*Jakarta: Salemba Medika. Hal: 19-47

Hawari, D. 2013. *Manajemen Stres Cemas dan Depresi.* Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. Hal: 63-83.

Hoeksema,2001. *Hubungan Pengetahuan tentang Menstruasi dengan Kecemasan Remaja Putri Menghadapi Menarche.* http://digilib.unimus.ac.id/files/disk1/137/jtptunimus-gdl-restianaka-6828-3-babiik-i.pdf

Irianti, I; Herlina, N. 2011. *Buku Ajar Psikologi untuk Mahasiswa Kebidanan.* Jakarta: Buku Kedokteran ECG. Hal: 122-9.

Kamariyah, N; Anggasari, Y; Muflihah, S. 2014. *Buku Ajar Kehamilan*. Jakarta: Salemba Medika. Hal: 17-37.

Kaplan, dkk. 1997. *Kecemasan Menghadapi Persalinan Anak Pertama Pada Ibu Dewasa Awal.* http://www.google.co.id/search?q=jurnal+kecemasan+dalam+kehamilan+universitas+guna+darma

Kusmiyati, Y; Wahyuningsih, H. 2013. *Asuhan Ibu Hamil.* Yogyakarta: Fitramaya. Hal: 56-96.

_____; Sujiyatini. 2009. *Perawatan Ibu Hamil.* Yogyakarta: Fitramaya. Hal: 53-60.

Lukluk, Z; Bandiyah, S. 2008. *Psikologi Kesehatan.* Yogyakarta: Mitra Cendikia. Hal: 69.

Mansur, H. 2009. *Psikologi Ibu dan Anak untuk Kebidanan.* Jakarta: Salemba Medika. Hal: 132-9.

Ramaiah, 2003. *Hubungan Pengetahuan tentang Menstruasi dengan Kecemasan Remaja Putri Menghadapi Menarche.* http://digilib.unimus.ac.id/files/disk1/137/jtptunimus-gdl-restiana-ka-6828-3-babiik-i.pdf

Sugiyono. 2014. *Metodelogi Penelitian Kuantitatif Kualitataif R&D.* Bandung: Alfabeta. Hal: 15-60.

Sulistyaningsih. 2011. *Metodologi Penelitian Kebidanan Kuantitatif-Kualitatif.* Yogyakarta: Graha Ilmu. Hal 61-4.

Sulistyawati, A. 2009. *Asuhan Kebidanan ada masa Kehamilan*. Jakarta: Salemba Medika. Hal: 61-76.

Suryani, E; Widyasih H. 2012. *Psikologi Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Fitramaya. Hal: 124-13.

Taufik. 2010. *Psikologi untuk Kebidanan.* Surakarta: Eastview. Hal: 129-7.