

**GAMBARAN KESEHATAN MENTAL PADA IBU HAMIL DI
KECAMATAN PAKUSARI, KABUPATEN JEMBER, JAWA TIMUR**

SKRIPSI

**Diajukan Guna Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Strata 1 (S-1) Sarjana Psikologi Pada Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Jember**



Oleh :

Aulia Rossa Lola Lita Azis

NIM 1910811007

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER**

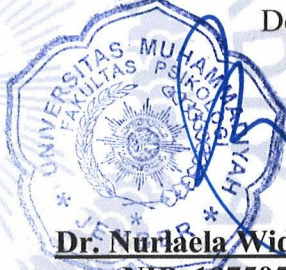
2025

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas
Muhammadiyah Jember untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna
Memperoleh Derajat Sarjana Satu (S1) Psikologi

Pada Tanggal
29 Agustus 2025

Mengesahkan
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Jember
Dekan


Dr. Nurlaela Widyarini, S.Psi., M.Si
NIP. 197505292005012001

Dewan Penguji

Tanda Tangan

Dr. Nurlaela Widyarini, S.Psi., M.Si
(NIP : 197505292005012001)

Ria Wiyatfi Linsiya, M.Si., M.Psi, Psikolog
(NPK : 1992011812003915)

Istiqomah, S.Psi., M.si, Psikolog
(NPK : 1975053111312445)

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Aulia Rossa Lola Lita Azis

Nim : 1910811007

Dengan ini, dihadapan tim penguji skripsi, saya menyatakan bahwa skripsi ini sepenuhnya merupakan hasil karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di perguruan tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan saya, tidak ada karya atau pendapat orang lain yang digunakan tanpa mencantumkan sumbernya secara tertulis dalam naskah ini dan pada daftar pustaka. Apabila di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan ini, saya bersedia menerima konsekuensi berupa pencabutan gelar kesarjanaan yang telah diperoleh.

Jember, 29 Agustus 2025

Yang menyatakan



Aulia Rossa Lola Lita Azis

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya sederhana ini kupersembahkan untuk Mama dan Ayah

Orang terdekat yang selalu menjadi sumber kekuatan, doa dan cinta tanpa syarat.

Terima kasih atas segala pengorbanan, dukungan, dan kasih sayang
yang tak pernah henti mengalir di setiap langkahku



MOTTO

Emancipate yourself from mental slavery.

None but ourselves can free our minds

Bob Marley



KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat, nikmat, dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Kesehatan Mental Pada Ibu Hamil Di Kecamatan Pakusari, Kabupaten Jember, Jawa Timur”** dengan baik hingga tahap akhir.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Jember. Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa penyelesaian penelitian ini tidak akan tercapai tanpa adanya bimbingan, dukungan, dan bantuan dari berbagai pihak.

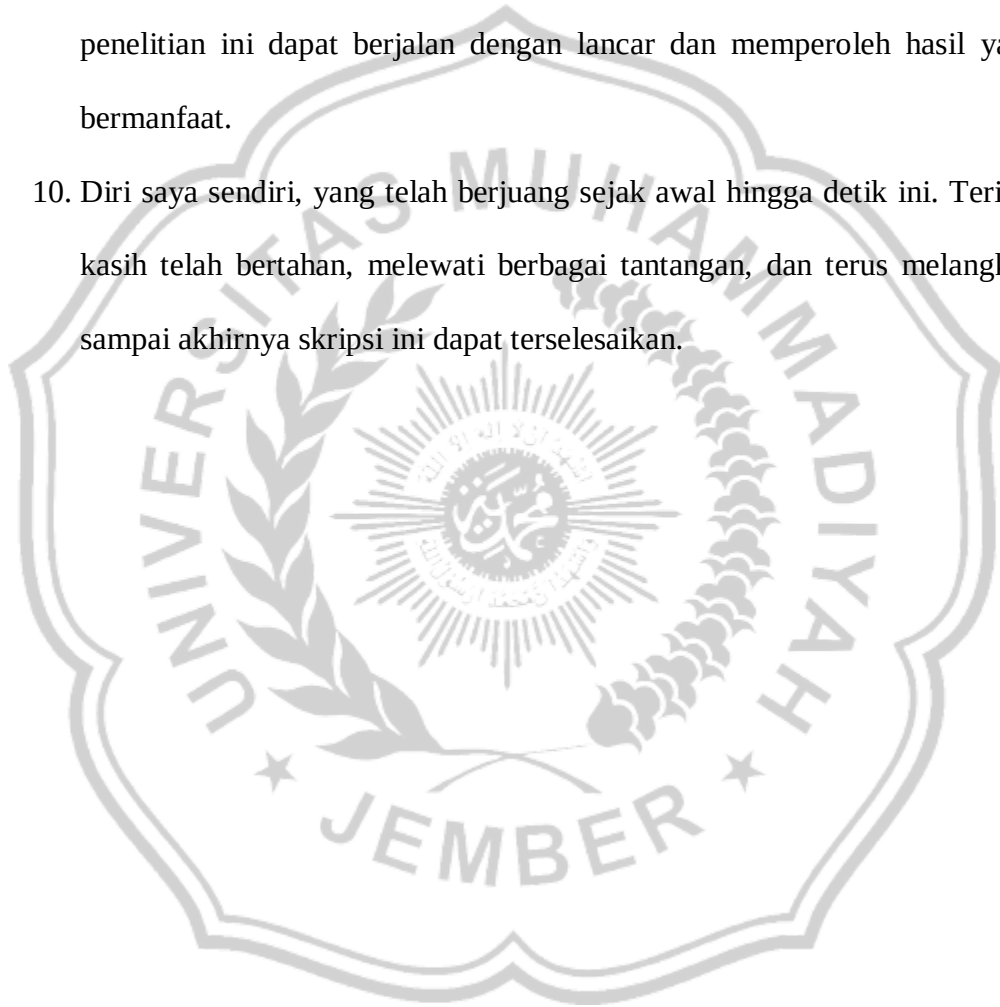
Dengan penuh rasa hormat, penulis ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Dr. Nurlaela Widyarini, S.Psi., M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember dan Dosen penguji, yang selalu menjadi sosok inspiratif sekaligus “ibu” bagi seluruh mahasiswa Psikologi di Universitas Muhammadiyah Jember. Terima kasih atas dukungan, motivasi, dan perhatian yang telah Ibu berikan sehingga penulis dapat menyelesaikan studi dengan baik.
2. Istiqomah S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku dosen wali dan dosen pembimbing I yang senantiasa memberi semangat dan arahan selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini. Penulis sangat

menghargai kepedulian, perhatian, serta dorongan positif yang Ibu berikan di setiap tahap perjalanan akademik ini.

3. Ria Wiyatfi Linsiya, M.Si., M.Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing II yang telah mendampingi penulis dengan penuh kesabaran dan ketelitian. Terima kasih atas arahan yang detail, motivasi yang menenangkan, serta bimbingan yang mengajarkan arti ketekunan dan konsistensi hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
4. Seluruh dosen dan staf Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember, yang telah membekali penulis dengan ilmu, pengalaman, dan wawasan berharga selama masa perkuliahan. Terima kasih atas dedikasi dan kontribusinya dalam perjalanan akademik penulis.
5. Mama dan Ayah tercinta, yang selalu memberikan kasih sayang, dukungan tanpa henti, dan doa yang tak pernah putus. Penulis sangat bersyukur memiliki orang tua yang menjadi sumber kekuatan terbesar dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Pita, Caca, Ira dan Rekan Villonesia, sahabat-sahabat yang selalu ada di garis depan perjuangan ini. Terima kasih telah menyaksikan langsung proses jatuh bangun penulis, saling menguatkan satu sama lain, dan memberi semangat uagar tidak menyerah.
7. Seluruh rekan Angkatan 2019, yang senantiasa saling mendukung dan memberi motivasi selama perjalanan akademik. Terima kasih atas kebersamaan dan semangat kolektif yang membuat masa kuliah ini lebih berwarna.

8. Dinas Kesehatan yang telah memberikan izin, dukungan, serta kesempatan sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.
9. Seluruh responden penelitian, khususnya para ibu yang telah dengan tulus meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk berpartisipasi, sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan lancar dan memperoleh hasil yang bermanfaat.
10. Diri saya sendiri, yang telah berjuang sejak awal hingga detik ini. Terima kasih telah bertahan, melewati berbagai tantangan, dan terus melangkah sampai akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan.



DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
MOTTO.....	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Pendahuluan.....	1
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
1. Manfaat Teoritis	5
2. Manfaat Praktis	5
E. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II.....	11
KAJIAN PUSTAKA.....	11

A. <i>Maternal Mental Health</i>	11
1. Definisi <i>Mental Health</i>	11
2. Ciri - Ciri Sehat mental.....	12
3. Prinsip - Prinsip Kesehatan Mental	14
4. Definisi <i>Maternal Mental Health</i>	19
5. Aspek-Aspek <i>Maternal Mental Health</i>	21
6. Faktor <i>Maternal Mental Health</i>	23
7. Dampak <i>Maternal Mental Health</i>	25
B. Kehamilan.....	34
1. Pengertian Kehamilan.....	34
2. Perubahan Psikologis Pada Ibu Hamil.....	34
C. Dinamika Kesehatan Mental Ibu Hamil	35
BAB III.....	40
METODE PENELITIAN.....	40
A. Jenis Penelitian.....	40
B. Populasi dan Sampel	40
C. Definisi Operasional.....	43
D. Alat Ukur	45
E. Teknik Analisis Data.....	46
1. Uji Validitas	47

2. Uji Realibilitas	47
3. Uji Asumsi	48
BAB IV	49
HASIL DAN PEMBAHASAN	49
Orientasi Kacah dan Persiapan Penelitian.....	49
A. Orientasi Kacah.....	49
B. Persiapan Pelaksana Penelitian	50
C. Pelaksanaan Uji Coba.....	51
D. Hasil Analisis Data.....	52
1. Uji Validitas Alat Ukur.....	52
2. Hasil Uji Coba Reliabilitas	54
3. Uji Normalitas.....	54
4. Uji Deskriptif	55
BAB V.....	63
PENUTUP	63
A. KESIMPULAN	63
B. SARAN.....	65
DAFTAR PUSTAKA	67
DAFTAR LAMPIRAN.....	70

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Alat Ukur SRQ.....	45
Tabel 3. 2 Katagori Reliabilitas.....	48
Tabel 4. 1 Hasil Validitas Uji Coba.....	53
Tabel 4. 2 Hasil Validitas Uji Sebenarnya.....	53
Tabel 4. 3 Hasil Relibilitas Uji Coba.....	54
Tabel 4. 4 Hasil Reliabilitas Uji Sebenarnya.....	54
Tabel 4. 5 Hasil Uji Normalitas.....	55
Tabel 4. 6 Katagorisasi Secara Keseluruhan.....	55
Tabel 4. 7 Katagorisasi Berdasarkan Usia.....	56
Tabel 4. 8 Katagorisasi Berdasarkan Pekerjaan.....	56
Tabel 4. 9 Katagorisasi Pendidikan.....	57
Tabel 4. 10 Katagorisasi Kehamilan.....	58
Tabel 4. 11 Katagorisasi Suku.....	58

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Penelitian.....	70
Lampiran 2 Surat Ijin Dinas Kesehatan	71
Lampiran 3 Skala Alat Ukur SRQ-20.....	72
Lampiran 4 Hasil Uji Sebenarnya.....	75
Lampiran 5 Hasil Validitas Uji Coba.....	79
Lampiran 6 Hasil Validitas Uji Sebenarnya.....	80
Lampiran 7 Hasil Uji Reliabilitas	81
Lampiran 8 Hasil Uji Normalitas	82

