

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Kehamilan adalah masa yang unik sekaligus penuh tantangan dalam perjalanan hidup seorang wanita. Dampak yang ditimbulkannya mencakup berbagai dimensi, bukan hanya perubahan fisik dan biologis semata, melainkan juga memengaruhi kondisi psikologis secara menyeluruh. Perubahan pada aspek psikologis ini dapat berlangsung sejak awal masa kehamilan hingga menjelang persalinan. Oleh karena itu, kehamilan dapat dipandang sebagai suatu kondisi emosional yang khas dan berbeda dari kondisi lainnya, yang berpotensi menjadi sumber tekanan psikologis yang cukup signifikan bagi wanita yang mengalaminya. Stres selama kehamilan dapat menyebabkan berbagai komplikasi yang dapat berdampak luas pada fungsi somatik dan psikis bayi baru lahir (Bedaso et al., 2021). Menjelang waktu persalinan, khususnya pada trimester ketiga, tingkat kecemasan cenderung meningkat karena ibu mulai memikirkan proses kelahiran serta keselamatan bayinya (Heryanti et al., 2023).

Sekitar 45–60% ibu hamil di dunia mengalami ketakutan terhadap proses persalinan, yang dapat menurunkan kesiapan fisik dan psikologis (He et al., 2025). Secara nasional, ketidaksiapan ibu menghadapi persalinan menjadi salah satu faktor penyebab tingginya Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB) (Evareny et al., 2022). Di Indonesia menunjukkan masalah ketidaksiapan ini masih signifikan, di mana persentase ibu hamil trimester III yang memiliki sikap negatif atau tidak siap menghadapi

persalinan berada pada kisaran 58,9% di beberapa wilayah (Muslihatun & Estrio, 2023). Di Kabupaten Jember, tingkat kecemasan pada ibu hamil tergolong cukup tinggi, di mana sekitar 90% ibu hamil dilaporkan mengalami kecemasan dalam menghadapi masa kehamilan (Dewi et al., 2024).

Rumah Sakit Daerah Balung merupakan salah satu rumah sakit rujukan bagi wilayah di sekitarnya. Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Rumah Sakit Daerah Balung Kabupaten Jember, diperoleh data rata - rata satu bulan dalam tiga bulan terakhir yaitu dari bulan Agustus - Oktober 2025 bahwa total ibu hamil pada trimester III tercatat sebanyak 136 orang. Hasil pengisian instrumen penelitian pada 7 ibu hamil trimester III di Rumah Sakit Daerah Balung juga mengindikasikan adanya perbedaan kemampuan dalam menghadapi tekanan menjelang persalinan. Dari hasil pengisian instrumen, 4 ibu menggunakan mekanisme koping maladaptif, sedangkan 3 ibu lainnya menunjukkan mekanisme koping adaptif. Selain itu, penilaian terhadap kesiapan menghadapi persalinan menunjukkan bahwa 5 ibu berada pada kategori siap, sementara 2 ibu berada pada kategori tidak siap. Temuan awal ini memperlihatkan bahwa cara ibu hamil mengelola stres dan kecemasan menjelang persalinan dapat berbeda-beda, dan tingkat kesiapan mereka pun tidak selalu sejalan. Variasi tersebut menunjukkan pentingnya untuk meneliti lebih lanjut apakah mekanisme koping yang digunakan ibu hamil berhubungan dengan tingkat kesiapan mereka dalam menghadapi proses persalinan. Sampai saat ini, kajian mengenai aspek psikologis ibu hamil, khususnya yang berfokus pada mekanisme koping dan kesiapan menjelang

persalinan di wilayah ini, masih belum banyak ditemukan sehingga penelitian ini menjadi relevan untuk dilakukan.

Tekanan psikologis yang dialami ibu hamil menunjukkan perlunya kemampuan adaptasi yang baik agar mereka dapat menghadapi proses persalinan dengan baik. Kemampuan untuk beradaptasi terhadap stres inilah yang disebut mekanisme koping. Mekanisme koping merupakan respon terhadap situasi yang mengancam, baik secara fisik maupun psikologis. Mekanisme ini didefinisikan sebagai upaya mental dan perilaku untuk menguasai, menoleransi, mengurangi, atau meminimalkan situasi yang menimbulkan stres (Puspitasari et al., 2025). Berbagai stresor dan kebutuhan koping pada ibu hamil perlu dipahami sebagai bagian penting dari kesejahteraan selama kehamilan, yang menunjukkan perlunya pendekatan kehamilan yang lebih holistik mencakup aspek fisik dan psikologis (Barbosa-leiker et al., 2021). Ketidakmampuan menggunakan mekanisme koping adaptif pada masa kehamilan akan berlanjut hingga trimester akhir dan secara langsung berdampak pada rendahnya kesiapan menghadapi persalinan (Cersonsky et al., 2024).

Menjelang waktu persalinan, khususnya pada trimester III, tingkat kecemasan cenderung meningkat karena ibu mulai memikirkan proses kelahiran serta keselamatan bayinya. Tekanan psikologis yang tinggi dapat memicu pelepasan hormon stres secara berlebihan sehingga mengganggu sirkulasi darah di rahim dan menurunkan kekuatan kontraksi otot rahim. Dampaknya, proses persalinan bisa berlangsung lebih lama dan berisiko memerlukan tindakan *sectio caesaria* atau alat bantu persalinan. Selain itu,

juga berpotensi menimbulkan konsekuensi pada janin, seperti kelahiran prematur, berat badan lahir rendah (BBLR), maupun gangguan perilaku dan emosional pada anak di masa mendatang (Heryanti et al., 2023).

Ibu dengan koping adaptif akan menunjukkan penyesuaian diri yang positif, yang krusial dalam membentuk kesiapan psikologis dan rasa percaya diri menghadapi persalinan (He et al., 2025). Koping adaptif juga mendukung kemampuan ibu untuk merencanakan persalinan dan mematuhi saran klinis. Sebaliknya, penggunaan koping maladaptif menghambat adaptasi ibu dan menurunkan kemandirian, yang secara langsung berdampak pada rendahnya kesiapan mental (Setiawaty & Yuliana, 2021). Kegagalan dalam mengelola stres melalui koping yang tepat akan berlanjut menjadi dampak klinis, di mana kurangnya kesiapan ibu hamil termasuk kesiapan mental berkorelasi dengan potensi komplikasi persalinan (Satriani et al., 2022).

Ibu hamil trimester III berada pada fase yang sangat dekat dengan proses persalinan, sehingga pengalaman menjelang kelahiran sering dipersepsikan secara berbeda-beda oleh setiap ibu. Variasi persepsi ini berkaitan erat dengan kemampuan koping dalam menghadapi stresor kehamilan dan persalinan, di mana mekanisme koping dapat bersifat adaptif maupun maladaptif. Berbagai temuan tersebut menunjukkan bahwa kelompok ini sangat rentan mengalami stres dan kecemasan menjelang persalinan sehingga membutuhkan strategi koping yang efektif agar mampu mempersiapkan diri secara fisik dan psikologis. Sebagian besar penelitian sebelumnya hanya menyoroti aspek kecemasan dan strategi koping secara terpisah, tanpa mengkaji keterkaitannya dengan kesiapan menghadapi persalinan, khususnya pada ibu hamil trimester

III. Penelitian yang secara khusus menilai hubungan antara mekanisme koping dan kesiapan persalinan pada populasi berisiko di Rumah Sakit Daerah Balung juga masih sangat terbatas. Kesenjangan pengetahuan ini menjadikan penelitian ini penting dilakukan untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor psikologis yang memengaruhi kesiapan persalinan, sekaligus sebagai dasar pengembangan intervensi penguatan koping di fasilitas kesehatan.

## **B. Rumusan Masalah**

### **1. Pernyataan Masalah**

Ibu hamil trimester III merupakan kelompok yang rentan menghadapi tekanan fisik maupun psikologis menjelang persalinan. Variasi kemampuan koping yang dimiliki ibu dapat memengaruhi kesiapan mereka dalam menghadapi proses persalinan. Studi pendahuluan di Rumah Sakit Daerah Balung menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kemampuan ibu dalam menghadapi tekanan menjelang persalinan, serta tingginya jumlah ibu hamil risiko tinggi di wilayah tersebut.

Meskipun mekanisme koping berperan penting dalam membantu ibu menghadapi stres kehamilan dan persalinan, penelitian sebelumnya umumnya membahas kecemasan dan koping secara terpisah, tanpa menilai keterkaitan langsung antara mekanisme koping dan kesiapan menghadapi persalinan, khususnya pada ibu hamil trimester III. Keterbatasan penelitian di wilayah ini menimbulkan kebutuhan untuk mengkaji hubungan kedua variabel tersebut secara lebih mendalam agar dapat menjadi dasar intervensi penguatan koping di fasilitas kesehatan.

## 2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimanakah mekanisme koping pada ibu hamil trimester III di Rumah Sakit Daerah Balung Kabupaten Jember?
- b. Bagaimanakah kesiapan menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III di Rumah Sakit Daerah Balung Kabupaten Jember?
- c. Adakah hubungan mekanisme koping dengan kesiapan menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III di Rumah Sakit Daerah Balung Kabupaten Jember?

## C. Tujuan Penelitian

### 1. Tujuan Umum

Mengidentifikasi hubungan mekanisme koping dengan kesiapan menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III di Rumah Sakit Daerah Balung Kabupaten Jember.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi mekanisme koping pada ibu hamil trimester III di Rumah Sakit Daerah Balung Kabupaten Jember.
- b. Mengidentifikasi kesiapan menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III di Rumah Sakit Daerah Balung Kabupaten Jember.
- c. Menganalisis hubungan mekanisme koping dengan kesiapan menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III di Rumah Sakit Daerah Balung Kabupaten Jember.

## D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi berbagai pihak yang terlibat, manfaat penelitian ini meliputi:

### 1. Ibu Hamil Trimester III

Melalui keterlibatan dalam penelitian ini, ibu hamil diharapkan memperoleh pemahaman lebih baik mengenai pentingnya strategi koping adaptif dalam mengelola stres dan kecemasan menjelang persalinan. Pengetahuan tersebut dapat membantu ibu menjadi lebih tenang, percaya diri, dan siap secara mental dalam menghadapi proses persalinan.

### 2. Keluarga

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada keluarga mengenai pentingnya peran dukungan sosial dan emosional dalam membantu ibu hamil trimester III menghadapi masa menjelang persalinan. Dengan meningkatnya pengetahuan tentang mekanisme koping dan kesiapan persalinan, keluarga dapat lebih peka terhadap kebutuhan ibu, memberikan lingkungan yang tenang dan suportif, serta terlibat aktif dalam membantu ibu menerapkan strategi koping adaptif.

### 3. Tenaga Kesehatan

Penelitian ini dapat menjadi acuan bagi bidan dan perawat dalam memberikan asuhan kehamilan secara holistik, tidak hanya berfokus pada aspek fisik tetapi juga psikologis. Dengan memahami hubungan antara mekanisme koping dan kesiapan menghadapi persalinan, tenaga kesehatan dapat lebih tepat dalam memberikan intervensi edukatif, dukungan emosional, dan konseling bagi ibu hamil.

### 4. Pelayanan Kesehatan (Rumah Sakit)

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi bagi pihak rumah sakit dalam memberikan pelayanan *antenatal care*, khususnya pada

ibu hamil yang telah trimester III. Rumah sakit dapat memanfaatkan hasil penelitian ini untuk mengembangkan program edukasi dan konseling psikologis yang membantu meningkatkan kesiapan ibu hamil menghadapi persalinan serta memperkuat mekanisme coping adaptif.

#### 5. Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengembangkan studi serupa, baik dengan menambahkan variabel lain seperti dukungan keluarga maupun dengan menggunakan metode penelitian yang berbeda. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat menjadi dasar dalam penyusunan intervensi atau pelatihan yang bertujuan untuk meningkatkan kesiapan menghadapi persalinan pada ibu hamil.

