

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Selama empat puluh minggu yang dimulai pada hari pertama setelah seorang wanita berhenti menstruasi, rahimnya mengalami proses yang dikenal sebagai kehamilan. Dari pembuahan hingga nidasi, atau implantasi embrio di rahim, dan akhirnya hingga perkembangan janin dan kelahiran akhirnya, ada beberapa tahapan dalam kehamilan. (Kasmiati et al., 2023). Selama kehamilan, ibu hamil mengalami perubahan fisik dan mental. Banyak sistem tubuh mengalami perubahan selama kehamilan. Ini termasuk sistem peredaran darah, pernapasan, hormonal, pencernaan, dan kerangka. Antara trimester pertama dan ketiga, Anda akan melihat perubahan bentuk tubuh serta peningkatan berat badan yang lambat namun stabil. Ibu hamil sering mengalami sakit punggung sebagai akibat dari perubahan ini. (Sari et al., 2023). Kecemasan adalah respons emosional umum selama trimester ketiga kehamilan, yang ditandai dengan perasaan tidak nyaman, kram, mual, muntah, dan gejala serupa lainnya. Kehamilan adalah pengalaman normal bagi setiap wanita dan berlangsung sekitar 40 minggu.

Selama waktu ini, calon ibu sering mengalami perubahan psikologis dan fisiologis yang signifikan, termasuk perubahan peran mereka sebagai orang tua dan ketakutan akan melahirkan. kekhawatiran, serta ketegangan yang sulit dikendalikan. Salah persepsi tentang proses persalinan yang dianggap menakutkan serta minimnya informasi dari tenaga kesehatan juga memperburuk kecemasan yang dialami ibu hamil (Prautami., 2023). Dampak negatif terhadap kesehatan mental dan fisik ibu dapat terjadi akibat penanganan

penyakit yang tidak memadai, seperti stres berlebihan, gangguan tidur, dan kelelahan, serta meningkatkan risiko komplikasi kehamilan seperti persalinan lama, preeklamsia, depresi pascamelahirkan, bayi berat badan lahir rendah (BBLR), kelahiran prematur, dan gangguan tumbuh kembang janin.

Kecemasan selama kehamilan mempengaruhi 107.000.000 (28,7%) ibu hamil di Jawa Timur pada tahun 2021, menurut data psikologis yang dipecah berdasarkan kabupaten dan kota. Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur (2022), dari 679.765 ibu hamil di pulau tersebut, 355.873 (52,3%) melaporkan mengalami kecemasan selama persalinan. Sembilan puluh persen responden dalam sebuah studi tentang ibu hamil di Kabupaten Jember melaporkan merasa cemas pada suatu titik selama kehamilan mereka (Ikhtiarini Dewi dkk., 2024). Tren ibu hamil di Kabupaten Jember menunjukkan fluktuasi, terutama di Kecamatan Pakusari. Dari ibu hamil pada Oktober 2024, tercatat 473 orang. Sebanyak 231 wanita hamil dimasukkan dalam kumpulan data terbaru yang tercatat pada Desember 2025.

Karena jangka waktu yang luar biasa panjang, beberapa wanita melahirkan, mengalami keguguran, atau pindah rumah, sehingga diperlukan pembaruan data ini. Ada sejumlah elemen internal dan lingkungan yang dapat memengaruhi tingkat kecemasan wanita hamil selama trimester ketiga.. Faktor internal meliputi perubahan hormonal selama kehamilan, kondisi kesehatan fisik ibu, pengalaman kehamilan sebelumnya, tingkat pengetahuan tentang kehamilan dan persalinan, serta kesiapan psikologis ibu dalam menghadapi proses melahirkan. Kestabilan suasana hati dapat terganggu oleh lonjakan estrogen dan progesteron yang terjadi pada akhir kehamilan, menyebabkan ibu

menjadi lebih sensitif, mudah lelah, dan rentan mengalami kecemasan (Hasanah et al., 2024). Selain itu, perubahan fisiologis seperti pembesaran uterus, ketidaknyamanan fisik, gangguan tidur, serta nyeri punggung yang dialami selama trimester III turut memperburuk kondisi emosional ibu.

Banyak hal, termasuk pengetahuan ibu hamil, lingkungan sekitar mereka, dukungan yang mereka terima dari keluarga dan teman, serta informasi yang mereka terima dari penyedia layanan kesehatan, dapat berkontribusi pada tingkat kecemasan tinggi yang dialami ibu hamil berisiko tinggi. (Anggraeni, 2023). Pentingnya dukungan keluarga selama kehamilan tidak dapat dilebih-lebihkan, karena hal itu memiliki dampak terbesar pada tingkat kecemasan wanita hamil berisiko tinggi. Karena kesehatan mental seorang wanita dapat dipengaruhi oleh perubahan fisik dirinya selama kehamilan, penting bagi keluarga dan wanita hamil berisiko tinggi untuk bekerja sama guna mengurangi atau mengelola kekhawatiran.

Kelelahan ibu, pendarahan, perkembangan janin yang buruk, berat badan lahir rendah (BBLR), dan persalinan dini adalah beberapa hasil yang dapat terjadi akibat kekhawatiran selama kehamilan. (Isnaini et al., 2020). Parameter seperti paritas, dukungan keluarga, peran staf kesehatan, pendidikan, status ekonomi, dan jarak antara rumah ibu hamil dan fasilitas perawatan kesehatan diketahui memengaruhi keteraturan kunjungan ANC.

Berbagai pemangku kepentingan harus bekerja sama untuk memberikan perawatan prenatal yang dibutuhkan ibu hamil berisiko tinggi agar dapat memantau kesehatan mereka sendiri dan kesehatan janin serta mendeteksi anomali sejak dini (Vica et al., 2022). Meningkatnya angka

kematian ibu, meningkatnya kemungkinan masalah kehamilan, dan kegagalan memantau kesehatan ibu dan janin adalah konsekuensi dari pemeriksaan kehamilan yang tidak teratur (Lim et al., 2024). Pada kehamilan berisiko tinggi, pendidikan kesehatan diperlukan untuk mengurangi kecemasan dan meningkatkan keteraturan kunjungan perawatan antenatal. Dukungan anggota keluarga sangat penting di samping pendidikan kesehatan. Kunjungan ANC secara teratur harus didorong dan suasana kehamilan yang lebih menyenangkan dapat diciptakan oleh keluarga. (Wafiroh et al., 2025).

Membantu ibu hamil mempelajari lebih lanjut tentang apa yang diharapkan selama persalinan adalah salah satu cara untuk membuat perbedaan. (Shinta Kristianti et al., 2020). Komunikasi yang akurat dan mudah dipahami merupakan kebutuhan utama bagi tenaga kesehatan. Seringkali diperlukan untuk menyampaikan fakta dan pemikiran yang sama menggunakan berbagai media. Karena itu, pendidik kesehatan tidak dapat mengabaikan media saat mendidik pasien mereka. Pendidikan kesehatan masyarakat dapat memperoleh manfaat dari liputan media karena akan membantu menyebarkan informasi kesehatan penting dengan cara yang dapat dipahami oleh ibu hamil. (Betty et al., 2023).

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Wanita hamil sering mengalami kecemasan selama trimester ketiga, yang ditandai dengan emosi negatif, kekhawatiran, serta ketegangan yang sulit dikendalikan. Salah persepsi tentang proses persalinan yang dianggap menakutkan serta minimnya informasi dari tenaga kesehatan juga

memperburuk kecemasan yang dialami ibu hamil. Karena tingginya tingkat kecemasan yang dialami oleh ibu hamil selama trimester ketiga, penelitian yang mengkaji korelasi antara tingkat kecemasan ibu dan ada atau tidaknya dukungan keluarga sangat diperlukan. Penelitian ini dilakukan agar tenaga kesehatan dapat merancang intervensi yang tepat dan melibatkan keluarga secara aktif dalam upaya menurunkan kecemasan ibu hamil serta meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan maternal. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi kehamilan trimester III di wilayah kerja Puskesmas Pakusari.

2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimana dukungan keluarga pada ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Pakusari?
- b. Bagaimana tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi kehamilan di wilayah kerja Puskesmas Pakusari?
- c. Apakah terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi kehamilan trimester III di wilayah kerja Puskesmas Pakusari?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi kehamilan trimester III di wilayah kerja Puskesmas Pakusari.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi dukungan keluarga pada ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Pakusari.
- b. Mengidentifikasi tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi kehamilan di wilayah kerja Puskesmas Pakusari.
- c. Menganalisis hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi kehamilan trimester III di wilayah kerja Puskesmas Pakusari.

D. Manfaat Penelitian

1) Manfaat Teoritis

- a. Bagi Pengembangan Ilmu Keperawatan

Diyakini bahwa penelitian ini akan menambah pengetahuan yang berkembang di bidang keperawatan tentang kesehatan mental wanita hamil trimester III. Temuan dari penelitian ini dapat menambah apa yang sudah diketahui tentang seberapa besar dampak dukungan keluarga terhadap tingkat kecemasan ibu. Hal ini dapat digunakan sebagai landasan teoritis untuk menciptakan model perawatan keperawatan holistik bagi wanita hamil, yang mempertimbangkan kebutuhan fisik dan psikologis mereka.

- b. Bagi Penelitian Selanjutnya

Temuan studi ini dapat memberikan informasi bagi investigasi masa depan mengenai kesehatan mental ibu hamil dengan memperluas cakupan variabel yang diteliti (misalnya, dukungan suami, pengetahuan ibu, tingkat pendidikan, paritas, faktor sosial

ekonomi) atau dengan menggunakan penelitian kualitatif atau metode campuran untuk menggali lebih dalam topik tersebut.

2) Manfaat Praktis

a. Bagi Perawat

Perawat dapat memanfaatkan hasil penelitian ini untuk meningkatkan peran edukatif dan suportif, terutama dalam membantu ibu mengelola kecemasan menjelang persalinan dengan melibatkan dukungan keluarga secara aktif.

b. Bagi Puskesmas Pakusari

Temuan studi ini diharapkan dapat membantu Puskesmas Pakusari dalam upaya mereka menciptakan layanan kesehatan ibu yang berfokus pada keluarga, seperti kelas ibu hamil, edukasi psikologis tentang persiapan persalinan, konseling kecemasan, dan pelibatan keluarga dalam kegiatan ANC.

c. Bagi Ibu Hamil

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran di kalangan ibu hamil trimester III tentang pentingnya dapat lebih memahami pentingnya komunikasi dengan keluarga dalam mengelola kecemasan yang dialami.

d. Bagi Keluarga

Penelitian ini dapat membantu keluarga memahami kebutuhan untuk mendukung ibu hamil selama trimester ketiga dengan bantuan emosional, informasional, instrumental, dan apresiasi. Dukungan ini dapat membantu perempuan menghindari kekhawatiran berlebihan

dan lebih siap menghadapi persalinan, baik secara fisik maupun emosional.

