

**GAMBARAN KECEMASAN PADA IBU HAMIL SELAMA KEHAMILAN
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PATRANG KABUPATEN JEMBER**

SKRIPSI

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



Oleh:

Alya Yustisia Putri Irawan

NIM: 2210811023

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER

2026

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

13 Agustus 2026

Mengesahkan

Fakultas Psikologi

Universitas Muhammadiyah Jember

Dekan

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

Dewan Penguji

Tandatangan

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

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

Istiqomah, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NPK: 1975053111312445

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Alya Yustisia Putri Irawan

Nim : 2210811023

Dengan disaksikan oleh tim penguji skripsi, menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. **Sepanjang** pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis **diacu** dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. **Jika** terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia menerima konsekuensi berupa pencabutan gelar kesarjanaan yang telah saya peroleh.

Jember, 13 Agustus 2026

Yang Menyatakan



Alya Yustisia

HALAMAN PERSEMBAHAN

Tiada lembar skripsi yang paling indah dalam laporan skripsi ini kecuali lembar persembahan. Diantara seluruh halaman dalam skripsi ini lembar persembahan adalah halaman yang paling bermakna, karena disinilah penulis menitipkan rasa terimakasih yang tidak mampu terucap oleh kata kata. *Bismillahirrahmanirrahim* dengan mengucapkan puji syukur kepada Allah S.W.T skripsi ini penulis persembahkan untuk :

1. Untuk Ibu, Rumah pertama dan selamanya. Persembahan pertama, yang paling utama, dan yang tidak akan pernah tergantikan adalah untuk Ibu tercinta. Terima kasih atas cinta yang tidak pernah meminta balasan, doa yang tidak pernah terputus, serta pengorbanan yang tidak pernah dihitung. Terima kasih karena selalu menjadi orang pertama yang percaya bahwa penulis mampu menyelesaikan setiap tantangan, bahkan ketika penulis sendiri meragukan kemampuan diri. Terima kasih telah menjadi tempat pulang, tempat mengadu, tempat menangis, sekaligus tempat menemukan kembali semangat untuk bangkit. Tidak ada satu hari pun yang penulis lalui tanpa doa dan dukungan dari Ibu. Setiap keberhasilan yang penulis raih hari ini merupakan hasil dari perjuangan, kesabaran, dan kasih sayang yang telah Ibu berikan sejak penulis dilahirkan hingga saat ini. Penulis menyadari bahwa tidak ada hadiah di dunia ini yang mampu membalas seluruh pengorbanan tersebut. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan kesehatan, umur yang penuh keberkahan, kebahagiaan, serta melimpahkan rahmat-Nya kepada Ibu di setiap langkah kehidupan. Skripsi ini adalah

persembahan kecil untuk seseorang yang jasanya tidak akan pernah dapat tergantikan.

2. Untuk Keluarga, tempat kembali ketika dunia terasa berat. Terima kasih kepada seluruh keluarga tercinta yang selalu memberikan doa, perhatian, kasih sayang, dan dukungan tanpa syarat. Kehadiran keluarga menjadi alasan bagi penulis untuk terus berusaha menjadi pribadi yang lebih baik dan tidak mudah menyerah. Terima kasih telah menjadi tempat yang selalu menerima penulis apa adanya, memberikan nasihat ketika penulis kehilangan arah, serta selalu mengingatkan bahwa setiap kesulitan pasti akan menemukan jalan keluarnya. Semoga Allah SWT senantiasa menjaga, melindungi, dan memberikan kebahagiaan kepada seluruh keluarga.
3. Untuk Diri Sendiri, Terima Kasih Sudah Bertahan. Terima kasih karena telah memilih untuk tetap melanjutkan perjalanan meskipun berkali-kali merasa lelah. Terima kasih karena tidak menyerah saat revisi terasa tidak ada habisnya, ketika rasa takut akan kegagalan datang, ketika air mata jatuh karena merasa belum cukup baik, dan ketika semuanya terasa berjalan lebih lambat dari yang diharapkan. Terima kasih karena terus mencoba menjadi lebih kuat setiap harinya. Terima kasih karena berani menerima kritik, belajar dari setiap kesalahan, dan terus memperbaiki diri sedikit demi sedikit. Tidak semua proses berjalan sesuai rencana, tetapi setiap langkah yang telah dilalui membawa pelajaran yang sangat berharga. Hari ini mungkin bukan akhir dari perjuangan, tetapi menjadi bukti bahwa semua usaha yang dilakukan dengan kesabaran akan menemukan hasilnya pada

waktu yang tepat. Semoga setelah ini, langkah-langkah berikutnya akan dipenuhi dengan keberanian, kebahagiaan, dan keberkahan.



MOTTO

Allah memang tidak menjanjikan hidupmu akan selalu mudah, tapi dua kali Allah berjanji bahwa: *“Fa inna ma’al – ‘Isri Yusra, Inna ma’al – ‘usri Yusra”*

(QS. Al-Insyirah 94: 5-6)

“Terbentur, Terbentur, Terbentur, Terbentuk”

(Tan Malaka)

“Sesuatu yang tidak dipertaruhkan, tidak akan dimenangkan”

(Sutan Sjahrir)

“Hidup bukan saling mendahului, bermimpilah sendiri sendiri, tak ada yang tahu kapan kau mencapai tuju, dan percayalah bukan urusanmu untuk menjawab itu”

(Hindia-Baskara)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, serta karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Gambaran Kecemasan pada Ibu Hamil Selama Kehamilan di Wilayah Kerja Puskesmas Patrang Kabupaten Jember" sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember.

Shalawat serta salam senantiasa tercurah kepada junjungan Nabi Besar Muhammad SAW, yang telah membawa umat manusia dari zaman kegelapan menuju zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan dan peradaban. Penyusunan skripsi ini merupakan proses pembelajaran yang memberikan banyak pengalaman, pengetahuan, serta pelajaran berharga bagi penulis. Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya bimbingan, bantuan, doa, motivasi, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dr. Nurlaela Widyarini, S.Psi., M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember.
2. Ibu Istiqomah, S.Psi., M.Si., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing I yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan arahan, bimbingan, motivasi, serta masukan yang sangat berarti selama proses

penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas kesabaran dan ketelitian dalam membimbing penulis hingga penelitian ini dapat terselesaikan.

3. Ibu Ria Wiyatfi Linsiya, M.Si., M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, saran, kritik, dan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lebih baik.
4. Seluruh dosen dan Tendik Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember yang telah memberikan ilmu, pengalaman, serta wawasan yang sangat bermanfaat selama penulis menempuh pendidikan.
5. Kepala Puskesmas Patrang Kabupaten Jember beserta seluruh tenaga kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Patrang yang telah memberikan izin, bantuan, dan kerja sama selama proses pelaksanaan penelitian.
6. Seluruh Bidan Praktik Mandiri (TPMB) di wilayah kerja Puskesmas Patrang Kabupaten Jember yang telah memberikan kesempatan dan membantu kelancaran proses pengambilan data penelitian.
7. Seluruh ibu hamil yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Terima kasih atas waktu, kesediaan, serta partisipasi yang telah diberikan sehingga penelitian ini dapat terlaksana.
8. Kedua orang tua tercinta serta seluruh keluarga yang senantiasa memberikan doa, kasih sayang, dukungan moral maupun material, serta menjadi sumber semangat bagi penulis dalam menyelesaikan pendidikan.
9. Kepada sahabat terbaik penulis, Langgam dan Anggun, terima kasih atas kebersamaan, dukungan, doa, semangat, serta setiap cerita yang telah mewarnai perjalanan selama masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi

ini. Terima kasih telah menjadi tempat berbagi suka dan duka serta selalu memberikan kepercayaan bahwa penulis mampu menyelesaikan setiap proses yang dijalani. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan kesehatan, kebahagiaan, keberkahan, dan kesuksesan kepada kalian.

10. Kepada teman-teman seperjuangan, khususnya Dianisa, Audy, Irma, Dweke, serta teman-teman Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember angkatan 2022 yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, terima kasih atas kebersamaan, bantuan, diskusi, saling mengingatkan, saling menyemangati, serta berbagai pengalaman yang telah dilalui bersama selama menempuh pendidikan. Semoga setiap langkah yang akan ditempuh setelah ini senantiasa diberikan kemudahan, keberkahan, dan kesuksesan dalam meraih cita-cita.
11. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu yang telah memberikan bantuan, doa, dan dukungan dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki berbagai keterbatasan dan jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi penyempurnaan karya ilmiah ini. Besar harapan penulis agar skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam bidang psikologi kesehatan, serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya.

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
MOTTO.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
INTISARI.....	xvi
BAB I.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian	8
1. Manfaat Teoritis.....	8
2. Manfaat Praktis.....	8
E. Keaslian Penelitian.....	9
BAB II.....	13
A. KECEMASAN PADA IBU HAMIL SELAMA KEHAMILAN	13

1. Definisi Kecemasan Pada Ibu Hamil.....	13
2. Aspek – aspek Kecemasan	17
3. Proses terjadinya Kecemasan.....	20
4. Faktor yang memengaruhi Kecemasan	22
5. Dampak Kecemasan	25
BAB III	28
A. Identifikasi Variabel	28
B. Definisi operasional	28
C. Jenis Penelitian.....	30
D. Populasi dan sampel.....	31
1. Populasi.....	31
2. Sampel.....	32
E. Metode pengumpulan data	34
F. Metode analisis data.....	36
1. Uji Keabsahan Alat Ukur	36
2. Analisis Deskriptif.....	38
BAB IV	40
A. Orientasi Kancan dan Persiapan Penelitian.....	40
1. Orientasi Kancan	40
2. Persiapan Penelitian	43

B. Pelaksanaan Penelitian	45
C. Analisa Data	48
1. Hasil Uji Validitas.....	48
2. Hasil Reliabilitas Pengambilan Data	49
3. Hasil Uji Asumsi Pengambilan Data	50
4. Analisis Deskriptif Variabel Kecemasan pada Ibu Hamil	51
D. Pembahasan.....	58
BAB V	72
A. KESIMPULAN.....	72
B. SARAN	73
DAFTAR PUSTAKA.....	75
LAMPIRAN.....	77

DAFTAR TABEL

	Halaman
Table 1 Jumlah Ibu Hamil di TPMB Wilayah Kerja Puskesmas Patrang Kabupaten Jember Berdasarkan Data Tiga Bulan Terakhir.....	32
Table 2 blue print Kecemasan	34
Table 3 Hasil Validitas Data Uji Coba	48
Table 4 Hasil Validitas Data penelitian	49
Table 5 Hasil Reliabilitas Data Uji Coba	49
Table 6 Hasil Reliabilitas Data Sebenarnya	50
Table 7 Hasil Uji Normalitas.....	50
Table 8 Tabel Karakteristik Responden	51
Table 9 Distribusi Tingkat Kecemasan	54
Table 10 Dimensi Kecemasan.....	55
Table 11 Distribusi Kecemasan Berdasarkan Karakter responden	57

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Surat izin Penelitian.....	77
Lampiran 2 Surat Melaksanakan Penelitian.....	78
Lampiran 3 Surat Kelayakan Etik.....	79
Lampiran 4 Tabel Uji Coba Pass.....	80
Lampiran 5 Kuisisioner Alat Ukur	82
Lampiran 6 Data Kasar Uji Coba.....	84
Lampiran 7 Data Kasar Penelitian	86
Lampiran 8 Uji Validitas Aitem	91
Lampiran 9 Uji Validitas Pada Aitem Pengambilan data	104
Lampiran 10 Uji Reliabilitas Uji coba	114
Lampiran 11 Uji Reliabilitas Tahap Pengambilan Data.....	114
Lampiran 12 Uji Normalitas Data.....	114
Lampiran 13 Uji Deskriptif.....	115