BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dukungan adalah informasi verbal atau non verbal, saran, bantuan, yang nyata atau tindakan yang diberikan oleh orang-orang terdekat dengan subjek di dalam lingkungan sosialnya yang berupa kehadiran, keberadaan, kesediaan, kepedulian dari orang-orang yang diandalkan, menghargai dan menyayangi kita, serta hal-hal yang dapat memberikan keuntungan emosional yang dapat berpengaruh pada tingkah laku penerimanya. Dukungan keluarga adalah suatu ikatan interpersonal yang melindungi seorang dari dampak stress yang kurang baik dan merupakan bantuan yang diterima individu dari seseorang yang berada dalam lingkungan keluarga seperti suami, orangtua, mertua, yang dapat membuat penerima merasa diperhatikan, dihargai dan dicintai.¹

Bentuk dari dukungan keluarga ada empat, yaitu berupa dukungan emosional, dukungan informasi, dukungan instrumental, dan dukungan penilaian. Dukungan emosional merupakan rasa empati dan kepercayaan dari keluarga sebagai motivasi, yaitu keluarga berfungsi sebagai tempat berteduh dan beristirahat, seperti mendengarkan keluh kesah, menunjukkan kasih sayang dan perhatian. Dukungan informasi merupakan dukungan yang berupa informasi dan menambah pengetahuan dalam mencari jalan keluar, seperti memberikan nasihat, petunjuk, dan masukan. Dukungan instrumental merupakan dukungan yang menunjukkan ketersediaan sarana untuk menolong ibu dalam menghadapi masalah berbentuk materi, seperti memberikan tempat tinggal, memberikan/meminjamkan uang, dan memberikan bantuan-bantuan lainnya. Dukungan penilaian merupakan pemberian prestasi atas usaha yang telah dilakukan, seperti menunjukkan ekspresi penghargaan yang positif. Dari empat dukungan tersebut diberikan oleh anggota keluarga terhadap wanita hamil yang akan melahirkan pada

masa triwulan ketiga untuk meningkatkan kesejahteraan fisik dan psikisnya.

Bentuk dukungan keluarga pada ibu hamil dapat berupa memberikan pujian, memberikan semangat, dan nasehat yang mana akan membuat si ibu hamil merasa disayangi, dihargai, dan dicintai. Dukungan keluarga akan memberikan dampak positif pada ibu hamil serta perkembangan janinnya. Dukungan yang memberikan dampak positif adalah dukungan yang bersifat fisik dan emosional. Contohnya seperti menggosok punggung ibu, memegang tangannya, mempertahankan kontak mata, ditemani oleh orang-orang yang ramah dan ditemani saat menjalani proses persalinan/tidak sendirian. Secara emosional dukungan dari keluarga merupakan faktor penting untuk keberhasilan tugas perkembangan dalam proses persalinan seorang wanita yang memiliki hubungan harmonis dengan keluarganya biasanya jarang menimbulkan pengaruh emosi, gejala fisik, dan komplikasi ketika melahirkan serta menyesuaikan diri dari pasca partum.²

Dukungan keluarga adalah sikap, tindakan dan penerimaan keluarga yang dilakukan terhadap anggota keluarga yang lainnya seperti dukungan dari suami sangat mempengaruhi tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III menjelang proses persalinan. Karena dengan memberikan dukungan secara terus-menerus terhadap ibu hamil trimester III menjelang persalinan, dapat memberikan rasa aman dan nyaman sehingga dapat mengurangi tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III.³

Gangguan cemas merupakan suatu gangguan psikiatri yang paling sering ditemukan. Menurut laporan dari *The National Comorbidity Study*, 1 dari 4 orang memenuhi kriteria diagnosa dari setidaknya satu gangguan kecemasan. Kecemasan dianggap sebagai salah satu faktor yang menghambat kinerja kognitif seperti konsentrasi, mengingat, dan pemecahan masalah. Faktor yang mempengaruhi kecemasan yaitu potensi stressor, malnutrisi, keadaan fisik, selisih usia, jenis kelamin, pengetahuan dan sosial ekonomi.⁴

Hasil penelitian dari Arum Tini Saraswati 2015 menyatakan bahwa 40,6% ibu hamil menghadapi persalinan berada pada kategori kecemasan berat. Hal ini disebabkan oleh dukungan keluarga yang kurang baik pada ibu hamil. Bentuk dukungan maupun bimbingan dari keluarga bisa berupa penghargaan positif pada ibu, pemberian semangat, dan perhatian. Selain itu faktor usia juga mempengaruhi tingkat kecemasan ibu, semakin tua umur ibu hamil maka tingkat kecemasan akan semakin ringan karena ibu yang umurnya lebih tua memiliki pengalaman atau pengetahuan yang lebih banyak dibandingkan dengan ibu yang berusia lebih muda.⁵

Kecemasan (*anxiety*) merupakan perasaan takut yang tidak jelas penyebabnya dan tidak didukung oleh situasi yang ada. Gejala cemas yang timbul berbeda-beda pada setiap individu. Gejala cemas dapat berupa gelisah, pusing, jantung berdebar gemeteran dan lain sebagainya. Salah satu sumber stressor kecemasan adalah kehamilan, terutama pada ibu hamil yang labil jiwanya.⁶

Kecemasan merupakan suatu perasaan yang paling umum dialami oleh ibu hamil menjelang persalinan. Pada ibu hamil trimester III kecemasan yang sering terjadi sebagian besar berfokus pada proses persalinan atau masa perawatan dan penyembuhan yang akan dihadapi. Rasa kecemasan pada masa periode ini ibu hamil merasa cemas terhadap berbagai hal seperti normal atau tidak normal bayinya lahir, nyeri yang akan dirasakan, dan sebagainya.⁷

Kecemasan yang berlebihan dapat berdampak pada proses kelahiran, kecemasan yang dialami pada ibu hamil dapat berpengaruh pada tumbuh kembang anak yang dikandung. Kecemasan yang terjadi terutama pada trimester III dapat mengakibatkan penurunan berat lahir, resiko melahirkan bayi prematur bahkan keguguran dan peningkatan aktifitas *HHA* (*Hipotalamus-Hipofisis-Adrenal*) yang menyebabkan perubahan produksi hormon steroid, rusaknya perilaku sosial dan angka fertilitas saat dewasa. Selain dari itu, kecemasan pada masa kehamilan juga berkaitan dengan masalah emosional, gangguan hiperaktivitas, desentralisasi dan gangguan

perkembangan kognitif pada anak. Kecemasan juga akan melemahkan kontraksi otot rahim, sehingga dapat membahayakan ibu dan janin.⁸

Kecemasan pada periode kehamilan dan pasca bersalin sangat mempengaruhi timbulnya gangguan kejiwaan seperti kecemasan maupun gangguan suasana hati, banyak faktor yang mempengaruhi kecemasan yaitu status pernikahan, status sosial, ekonomi serta usia. Selain faktor tersebut pengalaman melahirkan dan pengetahuan menjadi faktor penunjang terjadinya kecemasan sehingga pada trimester III dirasakan semakin mencemaskan karena semakin dekat dengan proses persalinan.⁹

Semakin dekatnya masa persalinan, terutama pada persalinan pertama, wajar jika timbul perasaan cemas ataupun takut. Sedangkan perasaan ibu hamil pada multigravida terganggu akibat rasa takut, tegang, dan bingung yang selanjutnya ibu akan merasakan cemas oleh pikiran-pikiran rasa sakit yang pernah dideritanya dulu sewaktu melahirkan pertama kali.¹⁰

Berdasarkan target dari *Sustainable Development Goals (SDGs)* tahun 2015-2030, didapatkan 15.000 dari sekitar 4,5 juta wanita melahirkan dengan perasaan adanya rasa takut dan kecemasan. Di negara berkembang diperkirakan mencapai 100 ribu sampai 1.000 lebih per kelahiran yang menyatakan adanya perasaan cemas, sedangkan di Negara maju berkisar 7-15 per 100 ribu kelahiran hidup yang menyatakan adanya perasaan cemas pada saat menghadapi persalinan.¹¹

Kehamilan merupakan suatu keadaan dimana seorang wanita yang di dalam rahimnya terdapat embrio atau fetus. Kehamilan dimulai pada saat masa konsepsi hingga lahirnya janin, dan lamanya kehamilan dimulai dari ovulasi hingga partus yang diperkirakan sekitar 40 minggu dan tidak melebihi 43 minggu (Kuswanti, 2014). Jumlah ibu hamil di Indonesia pada tahun 2017 tercatat sekitar 5.324.562 jiwa. Sedangkan di Jawa Tengah, jumlah ibu hamil mencapai 590.984 jiwa.¹² Kondisi kesehatan calon ibu pada masa awal kehamilan akan mempengaruhi tingkat keberhasilan kehamilan serta kondisi status kesehatan calon bayi yang masih di dalam rahim maupun yang sudah lahir, sehingga disarankan agar calon ibu dapat

menjaga perilaku hidup sehat dan menghindari faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kondisi calon ibu pada masa kehamilan.¹³

Kehamilan merupakan suatu kondisi fisiologis, namun kehamilan normal juga dapat berubah menjadi kehamilan patologis.¹⁴ Kondisi kesehatan calon ibu pada masa awal kehamilan akan mempengaruhi tingkat keberhasilan kehamilan serta kondisi status kesehatan calon bayi yang masih di dalam rahim maupun yang sudah lahir, sehingga disarankan agar calon ibu dapat menjaga perilaku hidup sehat dan menghindari faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kondisi calon ibu pada masa kehamilan.¹³

Menurut penanggalan international, kehamilan berlangsung selama 9 bulan, 10 bulan menurut penanggalan luar, atau sekitar 40 minggu. Kehamilan dibagi menjadi tiga periode bulanan atau trimester. Trimester pertama adalah periode minggu pertama sampai minggu ke 13. Trimester kedua adalah periode minggu ke 14 sampai ke 26, Sedangkan Trimester ke tiga, minggu ke 28 sampai kehamilan cukup bulan 38-40 minggu. Risiko tinggi saat kehamilan dapat ditemukan saat menjelang kehamilan, saat hamil muda, saat hamil pertengahan, saat *in partu* bahkan setelah persalinan. Ibu hamil yang mengalami gangguan medis atau masalah kesehatan akan dimasukkan kedalam kategori risiko tinggi, sehingga kebutuhan saat pelaksanaan asuhan dengan kehamilan menjadi lebih besar.¹⁵

Trimester ketiga adalah keadaan mengandung embrio atau fetus di dalam tubuh pada 28 – 40 minggu. Pada trimester ketiga rasa lelah, ketidaknyamanan, dan depresi ringan akan meningkat. Tekanan darah ibu hamil biasanya meninggi, dan kembali normal setelah melahirkan. Peningkatan hormon estrogen dan progesteron memuncak pada trimester ini.¹⁶

Rasa cemas dan khawatir pada trimester III semakin meningkat memasuki usia kehamilan tujuh bulan ke atas dan menjelang persalinan, dimana ibu mulai membayangkan proses persalinan yang menegangkan, rasa sakit yang dialami, bahkan kematian pada saat bersalin.¹⁷

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas maka yang menjadi rumusan masalah dalam studi literatur ini adalah apakah ada Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kecemasan pada Ibu Hamil Trimester III.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk menganalisis artikel terkait hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan pada ibu hamil trimester III.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1. Menganalisis dukungan keluarga pada ibu hamil

1.3.2.2. Menganalisis kecemasan pada ibu hamil trimester III

1.3.2.3. Menganalisis hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan pada ibu hamil trimester III

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Literatur Review ini dapat dijadikan sebagai acuan sehingga dapat menambah pengetahuan mahasiswa keperawatan untuk pengembangan ilmu pengetahuan terkait analisis jurnal hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan pada ibu hamil trimester III.

1.4.2 Bagi Profesi Keperawatan

Penelitian ini diharapkan akan menambah perkembangan ilmu keperawatan, serta menjadi wawasan bagi perawat mengenai hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan pada ibu hamil trimester III.

1.4.3 Bagi Peneliti

Penambahan wawasan keilmuan serta pengalaman peneliti dalam menganalisa artikel ilmiah, serta menjadikan penelitian ini sebagai penerapan ilmu pengetahuan yang di terima selama kuliah.