**HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN TINGKAT KECEMASAN IBU
HAMIL MENGHADAPI ADAPTASI KEHIDUPAN BARU DI PUSKESMAS
YOGYAKARTA**

Lusi Ariyanti, Priyani Haryanti*
STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
email: Lusyariyanti2@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Hasil wawancara kepada lima ibu hamil di Puskesmas Godean I diperoleh lima ibu hamil mengalami kecemasan ringan terkait bagaimana dampak virus tersebut terhadap bayi mereka Ibu mengatakan merasa cemas apakah harus melakukan kunjungan rutin ditengah pandemi Covid-19 dan cemas jika melahirkan tanpa ditemani orang yang dikasihi, ibu mengatakan selalu melakukan pemeriksaan kehamilan sendiri. **Metode :** Desain penelitian analitik korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Pengambilan sampel dengan teknik *purposive sampling* sebanyak 44 responden. Menggunakan kuisioner. Uji statistik menggunakan uji korelasi *spearman rank* dengan α 0,05. **Hasil :** Karakteristik responden mayoritas usia 20-35 tahun (86,4%), tingkat pendidikan SMA (56,8%), pekerjaan ibu rumah tangga (56,8%), ibu primigravida (54,5%), dan usia kehamilan trimester III (50%). Nilai p value $0,000 < 0,05$ dengan tingkat keeratan 0,886 (sangat tinggi). **Kesimpulan :** Ada hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan ibu hamil menghadapi adaptasi kehidupan baru di Puskesmas Godean I Sleman Yogyakarta Tahun 2021 dengan tingkat keeratan sangat tinggi. **Saran :** Peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti faktor lain yang mempengaruhi kecemasan seperti faktor psikologi, status sosial.

Kata Kunci : Dukungan keluarga, kecemasan, adaptasi

ABSTRACT

Background: The results of interviews with five pregnant women at the Godean I Health Center showed that five pregnant women experienced mild anxiety related to how the impact of the virus on their babies Mother said she was worried about having to make regular visits in the midst of the Covid-19 pandemic and worried if she gave birth without the company of a loved one, she said that she always did her own pregnancy check-up. **Methods :** Design correlation analytic with cross sectional approach. Sampling with *purposive sampling* technique about 44 respondents. Using a questionnaire. Statistical test using *spearman rank* correlation test with α 0,05. **Result :** The results of the test *spearman rank* with $\alpha = 0,05$ obtained a p value of $0,000 < 0,05$ with a closeness level of 0.886 (very high). **Conclusion :** There is a relationship between family support with the anxiety of pregnant woman confronting the new life in Godean I Public health Sleman Yogyakarta in 2021 with a very high level of closeness. **Advice :** Future researchers are expected to examine other factors that influence anxiety such as psychological factors, social status and others.

Keywords : Family support, anxiety, new life

PENDAHULUAN

Negara di dunia saat ini tengah dihadapkan pada pandemi Covid-19, termasuk Indonesia yang tercatat mulai Maret 2020. September 2020 kasus Covid-19 di Indonesia sudah mencapai 184.268 kasus terkonfirmasi dengan jumlah angka kematian sebanyak 7.750 kasus (Kemenkes RI, 2020). Pandemi Covid-19 merupakan hal yang tidak diperkirakan sebelumnya, bagaimana virus ini dapat menjadi virus endemik yang berada di tengah masyarakat dan kemungkinan virus ini tidak akan musnah seluruhnya. Pandemi Covid-19 menyebabkan negara-negara di dunia termasuk Indonesia menerapkan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) yang bertujuan untuk menekan penyebaran Covid-19 yang berisi himbuan kepada masyarakat untuk dirumah saja dengan bekerja dirumah, sekolah, dan beribadah dirumah (Rasmussen, 2020).

Pemerintah Indonesia saat ini membuat kebijakan baru yaitu kebijakann Adaptasi Kehidupan Baru. Adaptasi Kehidupan Baru adalah cara penanganan percepatan Covid-19 dalam aspek kesehatan, ekonomi dan sosial dengan adanya protokol kesehatan yang diterapkan (Gumantan, Mahfud and Yuliandra, 2020). Akibat dari perubahan yang begitu cepat karena kebijakan karantina, isolasi mandiri, beraktivitas dirumah dan *social distancing*, serta belum diketahuinya kapan pandemi Covid-19 akan berakhir dapat mengancam kesehatan fisik dan juga psikologis. Penelitian Qiu *et al.*, (2020) tentang stress negatif psikologis akibat Covid-19 yang melibatkan 52.730 responden dari 36 provinsi menunjukkan hasil perempuan (24,8%) lebih stres dibanding laki-laki (21,4%).

Pandemi Covid-19 menimbulkan beberapa risiko komplikasi pada beberapa populasi rentan, terutama pada lansia, balita, individu yang memiliki kondisi kronis dan individu dengan kelemahan, ibu hamil juga merupakan salah satu kelompok yang rentan terkena Covid-19 (WHO, 2020). *Center for Disease Control and Prevention* (CDC) mencatat bahwa wanita hamil rentan terkena semua jenis infeksi saluran pernapasan, disebabkan karena kehamilan mengubah sistem kekebalan tubuh (Rasmussen *et al.*, 2020).

(Hamzehei *et al.*, 2018) menyimpulkan bahwa perubahan fisiologis dan imunologis yang terjadi pada ibu hamil menyebabkan efek sistemik yang dapat meningkatkan risiko komplikasi obstetrik dari infeksi pernapasan. Ibu hamil terbukti memiliki risiko kematian yang tinggi, keguguran spontan, kelahiran prematur dan *Intrauterine Growth Restriction* (IUGR). Tingkat

fatalitas *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* (SARS-COV 2) pada ibu hamil adalah 25% dan 40%. *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* (SARS-COV 2) merupakan penyebab Covid-19, *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* (SARS-COV 2) termasuk dalam keluarga besar coronavirus yang sama dengan penyebab *Severe Acute Respiratory Syndrome* (SARS) pada tahun 2003, hanya berbeda jenis virusnya namun gejalanya mirip dengan *Severe Acute Respiratory Syndrome* (SARS).

Era Adaptasi Kehidupan Baru, pemerintah menerapkan beberapa aturan baru pada proses persalinan dan pemeriksaan ditengah pandemi Covid-19 diantaranya adalah dengan adanya *screening* Covid-19. Ibu hamil wajib melakukan rapid test ketika usia kehamilan menginjak 37-38 minggu. Ibu yang positif Covid-19, persalinan akan dilakukan dengan *sectio caesaria* dan tidak dianjurkan melakukan inisiasi menyusui dini (IMD) karena ASI akan diperah dan diberikan pada bayi melalui botol. Tidak dilakukannya inisiasi menyusui dini karena dapat beresiko menularkan Covid-19 pada bayi (Buheji, 2020). Selama kehamilan, ibu hamil mengalami masalah gangguan psikologi, salah satunya adalah kecemasan yang sampai saat ini masih menjadi masalah kesehatan yang serius di kalangan masyarakat.

Kartono (2012) menyimpulkan bahwa semakin bertambah beratnya beban kandungan dan bertambahnya rasa tidak nyaman secara fisik, maka kondisi psikologis ibu hamil juga ikut terganggu, sehingga menyebabkan kecemasan. Kusumawati dan Hartono (2012) menyimpulkan bahwa kecemasan (*ansietas*) adalah suatu emosi dan pengalaman subjektif seseorang yang berhubungan dengan ketidakpastian dan ketidakberdayaan. Terdapat beberapa kecemasan yang secara tidak langsung berhubungan dengan kehamilan diantaranya adalah kesulitan ekonomi, kesulitan perkawinan, dan kurangnya perhatian dari suami (Asmariyah, Novianti and Suriyati, 2021). Kecemasan yang dialami oleh ibu hamil jika tidak ditangani dengan serius dapat menyebabkan komplikasi dan mempengaruhi kondisi fisik dan psikologis, jika kondisi ibu kurang baik maka suasana hati, proses berfikir dan tindakan yang bersangkutan dalam kehidupan sehari-hari akan terkena imbas negatifnya (Al-atiq, 2012).

Hasil wawancara kepada lima ibu hamil di Puskesmas Godean I diperoleh lima ibu hamil mengalami kecemasan ringan terkait bagaimana dampak virus tersebut terhadap bayi mereka Ibu mengatakan merasa cemas apakah harus melakukan kunjungan rutin ditengah pandemi

Covid-19 dan cemas jika melahirkan tanpa ditemani orang yang dikasihi, ibu mengatakan selalu melakukan pemeriksaan kehamilan sendiri.

METODE

Desain penelitian yang digunakan adalah analitik korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian pada ibu hamil di Puskesmas Godean I Sleman Yogyakarta pada 20-27 Mei 2021. Data dianalisis dalam tabel frekuensi dan persentase, dengan komputer. Jumlah sampel diambil menggunakan teknik *purposive sampling* dengan 44 orang. Instrumen yang digunakan adalah kuisiomer *Hamilton Rating Scale For Anxiety (HRS-A)* dan kuisiomer dukungan keluarga. Uji statistik menggunakan uji korelasi *spearman rank* dengan α 0,05.

HASIL

Pada penelitian ini didapatkan hasil, antara lain:

1. Karakteristik responden

Tabel 1. Distribusi frekuensi berdasarkan usia ibu, pendidikan, pekerjaan, paritas dan trimester ibu hamil di Puskesmas Godean I Sleman Yogyakarta tahun 2021

Karakteristik responden	Frekuensi	Persentase (%)
Usia	38	86,4
20-35 tahun		
36-43 tahun	6	13,6
Jumlah	44	100
Pendidikan	0	0
SD		
SMP	4	9,1
SMA	25	56,8
D3	7	15,9
S1	8	18,2
Jumlah	44	100
Pekerjaan	25	56,8
Ibu rumah tangga		
Pegawai negeri	1	2,3
Karyawan	15	34,1
Lain-lain	3	6,8
Jumlah	44	100
Paritas	24	54,5
Primigravida		
Multigravida	20	45,5
Jumlah	44	100
Trimester	3	6,8
Trimester I		
Trimester II	19	43,2
Trimester III	22	50
Jumlah	44	100

2. Analisis Bivariat

Tabel 6. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Adaptasi Kehidupan Baru Di Puskesmas Godean I Sleman Yogyakarta Tahun 2021

Tingkat kecemasan	Dukungan keluarga			Jumlah	p- value	α	C
	Tinggi	Sedang	Rendah				
Tidak cemas	12	0	0	12	0,000	0,05	0,886
Ringan	13	2	0	15			
Sedang	0	10	0	10			
Berat	0	0	7	7			
Panik	0	0	0	0			
Jumlah	25	12	7	44			

PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

a. Usia ibu

Usia dari 38 ibu didapatkan 20-35 tahun. Usia menunjukkan kematangan seseorang dalam mengambil keputusan dan kesiapan secara fisik dan psikologi dalam menghadapi proses kehamilan. Kehamilan di usia reproduksi yang tepat yaitu di usia 20-35. Sedangkan di usia >35 tahun, wanita hamil memiliki banyak resiko kehamilan diantaranya yaitu mengalami persalinan prematur, hipertensi, *superimposed pre eklamsi*, *pre eklamsi* berat dan menurunkan resiko koriomanionitis (Bobak, L. 2019). Pada kehamilan wanita yang usianya lebih 40 tahun mempunyai risiko terjadinya preeklamsi, fetal distress dan pertumbuhan janin yang tidak baik (Cavazos-Rehg *et al.*, 2015).

b. Tingkat pendidikan

Tingkat pendidikan sebagian besar responden adalah pendidikan SMA yaitu sebanyak 25 responden (56,8%). Indonesia menerapkan wajib belajar 12 tahun bagi setiap warganya yang tercatat dalam peraturan menteri pendidikan dan kebudayaan Republik Indonesia nomor 19 tahun 2016 pasal 2. Pendidikan merupakan basis fundamental yang menunjang penyampaian dan penerimaan informasi, selain itu tingkat pendidikan juga mempermudah ibu untuk menerima pemahaman positif yang akan merubah konseptual kepribadiannya, adanya ilmu

karena pendidikan dapat membentuk perilaku sehat (health behaviour) yang semakin menyejahterakan psikologis dan fisiologis ibu (Asmariyah, Novianti and Suriyati, 2021).

c. Pekerjaan ibu

Pekerjaan 25 responden (56,8%) adalah ibu rumah tangga. Hasil ini serupa dengan penelitian sebelumnya (Wardani, 2018). Perbedaan ibu bekerja dan tidak bekerja terhadap perkembangan anak menunjukkan hasil bahwa pekerjaan perkembangan anak lebih baik pada ibu yang tidak bekerja. Ibu yang tidak bekerja memiliki waktu lebih banyak dan dapat digunakan bersama anak mereka, ibu dapat mengatur pola makan anak, melatih dan mendidik anak sehingga perkembangan bahasa dan prestasi akademik anak lebih baik.

d. Klasifikasi gravida

24 responden (54,5%) merupakan ibu primigravida (kehamilan pertama). Bobak (2019) Selama periode kehamilan hampir semua ibu merasakan kecemasan terutama pada ibu primigravida (kehamilan pertama) berbeda dengan ibu multigravida (sudah pernah hamil/ melahirkan).

e. Usia kehamilan (Trimester)

Usia kehamilan trimester III (28-40 minggu) sebanyak 22 responden (50%). Islami, 2021 mengatakan perbedaan skor kecemasan ibu hamil selama pandemi covid-19 yang menemukan bahwa sebagian besar responden dalam penelitiannya usia kehamilan ibu berada pada trimester III. Menurut Asmariyah, Novianti and Suriyati (2021) pada trimester akhir kehamilan tingkat kecemasan ibu akan semakin akut dan intensif seiring dengan mendekatnya kelahiran bayi.

2. Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan ibu hamil menghadapi adaptasi kehidupan baru di Puskesmas Godean I Sleman Yogyakarta tahun 2021.

sebanyak 25 responden (57%) dalam kategori dukungan keluarga tinggi, sebanyak 15 responden (34%) dalam kategori kecemasan ringan. Shidhaye & Krupp (2020) mengatakan bahwa pandemi Covid-19 membawa dampak pada masalah kesehatan

mental yang memerlukan perhatian. Hal ini juga berlaku pada ibu hamil, dengan salah satu faktor yang mempengaruhi yaitu dukungan sosial (Shidhaye *et al.*, 2020).

Stuart (2016) dalam (Windarwati, 2020) mengatakan bahwa faktor yang berpengaruh yaitu pada perubahan lingkungan dimana lingkungan awal menjadi tidak baik yang dianggap mengancam keamanan seseorang sehingga menimbulkan kecemasan. Kecemasan juga dipengaruhi oleh keadaan psikologis seseorang yang berpengaruh pada strategi coping (Maryam, 2017). Dukungan keluarga dengan mendampingi ibu hamil dan memiliki pengaruh yang cukup dominan terhadap keberhasilan kehamilan, mengurangi komplikasi pada bayi serta kemudahan dalam persalinan (Sari, 2017; Soares, 2020). Bagi ibu hamil, keluarga berperan sebagai bimbingan umpan balik, dukungan dalam menyelesaikan permasalahan serta tekanan yang dihadapi. Bentuk dukungan yang diberikan keluarga yaitu perhatian, hal ini menandakan bahwa individu tersebut dicintai, dengan adanya dukungan keluarga, akan membuat timbulnya perasaan nyaman dan merasa diperlukan. Arifin (2015) menyimpulkan bahwa ibu hamil dengan dukungan keluarga tinggi tidak akan mudah menilai situasi dengan kecemasan, karena mereka tau bahwa akan ada keluarganya yang akan membantu.

KESIMPULAN

Karakteristik berdasarkan usia ibu pada 20-35 tahun, tingkat pendidikan SMA, pekerjaan ibu rumah tangga, ibu primigravida dengan usia kehamilan trimester III (13-27 minggu). Hasil penelitian terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan ibu hamil menghadapi adaptasi kehidupan baru di Puskesmas Godean I Sleman Yogyakarta Tahun 2021.

SARAN

Dari hasil penelitian ini perlu untuk meneliti faktor-faktor lain yang berhubungan dengan dukungan keluarga yang mempengaruhi kecemasan ibu hamil dalam menghadapi adaptasi kehidupan baru.

DAFTAR PUSTAKA

Al- Atiq. (2012). *Synopsis Psikiatri*. Jakarta: Bina Aksara.

Arifin, A. (2015) 'Ibu Hamil Menghadapi Proses Persalinan Di', *eJournal Keperawatan*, 3(Volume 3 Nomor 2), pp. 2, 3. doi: <https://doi.org/10.35790/jkp.v3i2.7648>.

- Asmariyah, A., Novianti, N. and Suriyati, S. (2021) 'Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Kota Bengkulu', *Journal Of Midwifery*, 9(1), pp. 1–8. doi: 10.37676/jm.v9i1.1341.
- Buheji, m and sisk, s. (2020). *You and the new normal*. Authorhouse: uk.
- Cavazos-Rehg, P. A. *et al.* (2015) 'Maternal Age and Risk of Labor and Delivery Complications', *Maternal and Child Health Journal*, 19(6), pp. 1202–1211. doi: 10.1007/s10995-014-1624-7.
- Gumantan, A., Mahfud, I. and Yuliandra, R. (2020) 'Tingkat Kecemasan Seseorang Terhadap Pemberlakuan New Normal Dan Pengetahuan Terhadap Imunitas Tubuh', *Sport Science and Education Journal*, 1(2), pp. 18–27. doi: 10.33365/ssej.v1i2.718.
- Hamzehei, R. *et al.* (2018) 'Online health information seeking behavior among Iranian pregnant women: A case study', *Library Philosophy and Practice*, 2018.
- Kemkes RI. Situasi COVID-19. Kementerian Kesehatan RI. (2020). <https://infeksiemerging.kemkes.go.id>.
- Karami p, naghavi m, feyzi a, aghamohammadi m, sadegh m, mobaien a, et al. (2020). Mortality of a pregnant patient diagnosed with covid-19 : a case report with clinical, radiological, and histopathological findings. *Travel med infect dis*.
- Kartono. (2012). *Psikologi wanita (jilid 2)*. Bandung: mandar maju
- Kusumawati f & hartono y. (2012). *Buku ajar keperawatan jiwa*. Jakarta: salemba medika.
- Maryam, S. (2017) 'Strategi Coping', *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(2), p. 101.
- Qiu, J. *et al.* (2020) 'A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: Implications and policy recommendations', *General Psychiatry*, 33(2), pp. 1–4. doi: 10.1136/gpsych-2020-100213.
- Rasmussen, S. A. *et al.* (2020) 'Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) and pregnancy: what obstetricians need to know', *American Journal of Obstetrics and Gynecology*, 222(5), pp. 415–426. doi: 10.1016/j.ajog.2020.02.017.
- Sari, F. S. (2017) 'Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Primigravida Menjelang Persalinan Trisemester III', *Jurnal Ipteks Terapan*, 11(2), p. 55. doi: 10.22216/jit.2017.v11i2.1414.
- Shidhaye, R. *et al.* (2020) 'An Integrated Approach to Improve Maternal Mental Health and Well-Being During the COVID-19 Crisis', *Frontiers in Psychiatry*, 11(November), pp. 1–7. doi: 10.3389/fpsyt.2020.598746.
- Soares, marni nita yuniarti ratnasari putri halimuhusna domingos (2020) 'Hubungan Dukungan Keluarga dan Depresi Dengan Kualitas Hidup pada Pasien dengan HIV/AIDS di Wonogiri, Jawa Tengah Marni', 11(1), pp. 307–312.
- Wardani (2018) 'Tingkat pengetahuan ibu post partum primipara tentang perubahan fisiologi masa nifas', *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 5(1), pp. 70–76.
- Windarwati, H. D. (2020) "'Takut Kehilangan" Penyebab Kecemasan Keluarga Yang Merawat Anak Dengan Hospitalisasi Di Rumah Sakit', *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(2), pp. 197–202. Available at: <https://journal.ppnijateng.org/index.php/jikj/article/download/584/328>.