



PENATALAKSANAAN KONSELING TERHADAP TINGKAT KECEMASAN IBU PRIMIGRAVIDA DALAM MENGHADAPI PERSALINAN

Indri Oktafiani¹, Erna Kasim², Magdalena Limbong³, Nurbaiti⁴

Program Studi D-III Keperawatan STIK Makassar, Indonesia

ARTICLE INFO

Article history

Submitted: 2023-11-20

Revised: 2023-11-26

Accepted: 2023-11-28

Keywords:

Counseling; Anxiety;
Primigravida

Kata Kunci:

Konseling;
Kecemasan; Primigravida

This is an open access
article under the [CC BY-SA](#)
license:



ABSTRACT

Background: One of the causes of anxiety among women who are giving birth for the first time is the feeling that the birth process is the same as a scary and terrible event compared to anything else in their lives.

Objective: To determine the description of counseling management regarding the level of anxiety of primigravida mothers in facing childbirth.

Method: This research uses a case study method with a descriptive approach to two primigravida mothers. The case study was carried out for three days at Tk II Pelamonia Hospital, Makassar. The mother's anxiety level was assessed using the Hamilton Anxiety Rating questionnaire and the mother's response on the observation sheet. The collected data was analyzed using descriptive analysis.

Results: On the second day of the visit, the level of anxiety experienced by the first respondent before being given counseling, the mother's anxiety score was 21 (moderate), but after counseling it decreased to 16 (mild), while the second respondent's anxiety score before counseling was 25 (moderate), and after counseling it decreased to 21 (medium).

Conclusion: The application of counseling can reduce the level of anxiety in primigravida mothers when facing childbirth.

ABSTRAK

Latar Belakang: Salah satu penyebab kecemasan dikalangan perempuan yang baru pertama kali melahirkan yakni merasa bahwa proses kelahiran sama seperti kejadian yang menyeramkan dan mengerikan dibandingkan hal lainnya semasa hidup.

Tujuan: Untuk mengetahui gambaran penatalaksanaan konseling terhadap tingkat kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode studi kasus pendekatan deskriptif pada dua orang ibu primigravida. Studi kasus dilaksanakan selama tiga hari di RS Tk II Pelamonia Makassar. Tingkat kecemasan ibu dinilai menggunakan kuisioner *Hamilton Anxiety Rating* dan respon ibu pada lembar observasi. Data dianalisa menggunakan analisis deskriptif.

Hasil: Pada hari kedua kunjungan, tingkat kecemasan yang dialami responden pertama sebelum diberikan konseling skor kecemasan ibu 21 (sedang), namun setelah konseling menurun menjadi 16 (ringan), sedangkan responden kedua sebelum konseling skor kecemasan 25 (sedang), dan setelah konseling menurun menjadi 21 (sedang).

Kesimpulan: Penerapan konseling dapat menurunkan tingkat kecemasan pada ibu primigravida dalam menghadapi persalinan.

✉ Corresponding Author:

Indri Oktafiani

Program Studi, D-III Keperawatan Makassar, Indonesia

Telp. 082340615215

Email: Oktafiaiindri082@gmail.com

PENDAHULUAN

Melahirkan merupakan peristiwa fisiologis dalam hidup yang bisa saja berbahaya untuk wanita. Ketika mengandung, ibu mengalami perasaan cemas dan akan semakin meningkat ketika melahirkan (Muzayyana & Saleh, 2021). Salah satu penyebab kecemasan dikalangan perempuan yang baru pertama kali melahirkan yakni merasa bahwa proses kelahiran sama seperti kejadian yang menyeramkan dan mengerikan dibandingkan hal lainnya semasa hidup. Kecemasan merupakan bagian dari respon emosi terhadap pengukuran pribadi yang dipengaruhi oleh perasaan bawah sadar. Ketika hamil, sebagian perempuan kerap menghadapi kecemasan dengan derajat atau tingkat yang tak sama sesuai koping masing-masing (Prautami, 2021). Selain itu, perasaan cemas yang dialami ibu disebabkan karena kurangnya pemahaman dan suport dari keluarga, masyarakat, dan lingkungan yang akan diperparah dengan penyakit yang diderita ibu (Muzayyana & Saleh, 2021). Penyebab kecemasan lainnya pada ibu hamil dikaitkan dengan umur, kesiapan ibu, jenjang pendidikan, serta status profesi (Hasim, 2018).

Menurut *World Health Organization* (WHO), 303.000 perempuan meninggal dalam kehamilan dan persalinan, 99% diantaranya terjadi di negara berkembang. Data *United Nations Children's Fund* (UNICEF), sekitar 12.230.142 wanita partus, 30% diantaranya mengalami kecemasan pada kehamilan pertama (Satriami & Sumiati, 2022). Di Indonesia, 373 juta ibu hamil merasa cemas, dan 107 juta diantaranya saat partus. Data profil kesehatan Sulawesi Selatan menunjukkan prevalensi mortalitas ibu sebanyak 138 penduduk atau 93.20 per 100 kejadian hidup, 50.0% diantaranya terjadi sata nifas. Kecemasan yang dialami ibu saat hamil berdampak hingga 12.5 kali lebih besar untuk mengalami persalinan lama. Sebuah penelitian melaporkan bahwa 44.26% ibu hamil menghadapi kecemasan ringan dan 55.74% kecemasan sedang (Mato et al., 2022). Tingginya angka kematian ibu saat melahirkan dan dampak psikologis seperti kecemasan yang dialami saat hamil, maka diperlukan upaya penanganan yang tepat sehingga komplikasi dapat dicegah.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi kecemasan ibu ketika partus adalah dengan meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu terkait dengan kehamilan melalui edukasi kesehatan yang dapat diberikan melalui penyuluhan kesehatan. Melalui penyuluhan kesehatan diharapkan dapat membantu menurunkan dampak buruk akibat rasa cemas dan ketakutan karena informasi yang menakutkan mengenai kehamilan dan partus. Selain itu, melalui penyuluhan juga mampu memberikan dampak afirmatif dengan adanya suport psikologis dengan menjelaskan keberkahan memiliki bayi yang diinginkan (Prautami, 2021).

Kata konseling berasal dari kata “*counselling*” yang berarti “konsultasi” dalam bahasa mashdar, yang secara etimologis berarti “menasihati” atau menyampaikan nasehat. Berkonsultasi juga berarti menyampaikan nasehat; atau memberi nasehat bagi individu berbeda dengan bicara langsung (*face-to-face*). Oleh karena itu, konsultasi berarti memberikan nasehat ke individu lain secara perseorangan (Eriani, 2019). Konseling merupakan suatu mekanisme yang menggabungkan komunikasi interpersonal, teknik pembinaan, dan penguasaan pengetahuan klinis yang secara sistematis memberikan informasi obyektif dan lengkap sebagai penolong personal menangani serta mengidentifikasi solusi dan berupaya memecahkan persoalan tersebut (Sunarmi, 2017).

Hasil penelitian sebelumnya melaporkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat kecemasan ibu sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan ($p=0.000$) (Rahmadani et al., 2019). Hal serupa juga dilaporkan penelitian lainnya bahwa terdapat penurunan skor kecemasan pada ibu hamil sebelum dan sesudah konseling individual prenatal ($p=0.003$) (Husen et al., 2017). Berdasarkan uraian tersebut di atas, maka dilakukan studi kasus ini untuk mengetahui gambaran penatalaksanaan konseling terhadap tingkat kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus pendekatan deskriptif untuk menggambarkan suatu fenomena atau karakteristik tertentu dengan cara mengumpulkan data yang relevan dan menganalisis secara sistematis.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Studi kasus ini dilaksanakan di ruangan cempaka RS Tk II Pelamonia Makassar, selama 2 hari pada tanggal 11 s/d 12 Juni 2023.

Sampel

Sampel pada studi kasus ini berfokus pada dua ibu hamil dengan kriteria inklusi: Ibu primigravida yang menghadapi persalinan, Ibu yang mengalami kecemasan, dan Ibu yang bersedia berpartisipasi dalam studi kasus.

Instrumen dan Pengumpulan Data

Instrumen yang digunakan untuk mengukur atau menilai kecemasan ibu pada penelitian ini adalah kuesioner kecemasan *Hamilton Anxiety Rating (HARS)*, sedangkan hasil pengamatan menggunakan lembar observasi.

Analisis Data

Data dianalisis menggunakan analisis deskriptif dan disajikan dalam bentuk tabel.

HASIL

Karakteristik Responden I

Subjek I (Ny “R”)

Umur : 21 thn
Jenis kelamin : Perempuan
Pendidikan terakhir : SMA
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga

Tabel 1. Hasil Observasi Penerapan Konseling Terhadap Kecemasan Pada Ny “R”

Implementasi Konseling	Hasil Observasi Tingkat Kecemasan Ibu			
	Waktu	Pretest	Waktu	Posttest
Hari I	2:20	Cemas Sedang (24)	2:50	Cemas Sedang (21)
Hari II	8:10	Cemas Sedang (21)	8:40	Cemas Ringan (16)

Sumber: Data Primer, 2023

Karakteristik Responden II

Subjek II (Ny “I”)

Umur : 16 Tahun
Jenis Kelamin : Perempuan
Pendidikan Terakhir : SMP
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga

Tabel 2. Hasil Observasi Penerapan Konseling Terhadap Kecemasan Pada Ny “I”

Implementasi Konseling	Hasil Observasi Tingkat Kecemasan Ibu			
	Waktu	Pretest	Waktu	Posttest
Hari I	4:35	Cemas Berat (28)	5:05	Cemas Sedang (25)
Hari II	10: 25	Cemas Sedang (25)	11:05	Cemas Sedang (21)

Sumber: Data Primer, 2023

DISKUSI

Berdasarkan studi kasus yang telah dilakukan selama 2 hari, pada hari pertama kunjungan, tingkat kecemasan yang dialami klien Ny “R” sebelum diberikan konseling yaitu berada pada kecemasan sedang (24), setelah diberikan konseling kecemasan menurun menjadi cemas sedang (21), sedangkan tingkat kecemasan klien Ny “I” sebelum diberikan konseling yaitu cemas berat (28), dan setelah diberikan konseling kecemasan menurun menjadi cemas sedang (25). Pada hari kedua, tingkat kecemasan Ny “R” sebelum diberikan konseling yaitu cemas sedang (21), dan setelah diberikan konseling kecemasan menurun menjadi cemas ringan (16), sedangkan tingkat kecemasan pada Ny “I” sebelum diberikan konseling mengalami cemas sedang (25), namun setelah diberikan konseling kecemasan yang dialami berkurang yaitu pada skala cemas sedang (21). Dari hasil studi kasus ditemukan kesenjangan antara kedua klien saat diberikan konseling.

Ketika diberikan konseling klien Ny “R” lebih memahami, dan kooperatif dibandingkan dengan klien Ny “I” yang masih kurang memahami tentang konseling yang telah di sampaikan. Hal ini disebabkan karena faktor usia kedua klien berbeda, dimana Ny “R” berusia 21 tahun sedangkan Klien Ny “I” berusia 16 tahun sehingga dapat mempengaruhi kemampuan kedua klien dalam merespon kecemasan. Umur dewasa memiliki kematangan dalam proses berfikir sehingga memungkinkan untuk menggunakan mekanisme yang baik dibandingkan umur yang lebih muda. Selain itu, umur juga mempengaruhi kesiapan seorang secara kognitif. Konseling merupakan suatu mekanisme yang menggabungkan komunikasi interpersonal, teknik pembinaan, dan penguasaan pengetahuan klinis yang secara sistematis memberikan informasi obyektif dan lengkap sebagai penolong personal menangani serta mengidentifikasi solusi dan berupaya memecahkan persoalan tersebut (Sunarmi, 2017).

Hasil studi kasus ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang melaporkan bahwa terdapat perbedaan signifikan tingkat kecemasan *pretest* dan *posttest* konseling pada ibu gravida menjelang melahirkan ($p=0.000$) (Rahmadani et al., 2019). Hasil lainnya melaporkan bahwa konseling individu berpengaruh pada penurunan kecemasan ibu postpartum sebelum dan sesudah intervensi ($p=0.003$) (Husen et al., 2017). Hasil studi kasus ini memberikan gambaran bahwa penatalaksanaan konseling dapat mengurangi kecemasan yang dialami ibu primigravida dalam menghadapi persalinan. Hal ini karena konseling yang didapatkan ibu dapat meningkatkan pemahaman mereka terkait dengan proses persalinan. Studi kasus ini memiliki keterbatasan, utamanya sampel yang relative sedikit, namun demikian pengkajian dilakukan secara komprehensif sehingga hasil yang diperoleh dapat dijadikan sebagai referensi bagi penelitian di masa mendatang.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil studi kasus yang dilakukan pada dua responden selama dua hari, maka disimpulkan bahwa penerapan penerapan konseling dapat mengurangi tingkat kecemasan ibu yang baru pertama kali mengandung dalam menjalani persalinan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, I., & Sopiany, H. M. (2017). Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Primigravida Trimester Ketiga Di Puskesmas Kecamatan Tamalanrea Makassar. *Jurnal Program Studi Pendidikan Dokter 2* (2), 2017, 87(1,2), 149–200.
- Eriani, R. (2019). *Peran Bimbingan Konseling Dalam Mengurangi Kecemasan Bagi Ibu Hamil Menghadapi Persalinan Di Rsud Dr. H. Bob Bazar, Skm*
- Farida, L., Kurniawati, D., & Juliningrum, P. P. (2019). Hubungan Dukungan Suami dengan Kesiapan Persalinan pada Ibu Hamil Usia Remaja di Sukowono, Jember. *Pustaka Kesehatan*, 7(2), 127. <https://doi.org/10.19184/pk.v7i2.19125>
- Hanifah, Dewi, Et Al. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Antenatal. *Jurnal Kebidanan*, 5(1), 1.
- Hasim, R. P. (2018). Gambaran Kecemasan Ibu Hamil (Prevalensi Jawa Tengah). *Skripsi*, 4(4), 373–385. [http://Eprints.Ums.Ac.Id/63124/1/Naskah Publikasi Ilmiah.Pdf](http://Eprints.Ums.Ac.Id/63124/1/Naskah%20Publikasi%20Ilmiah.Pdf)

- Husen, K., Wardani, N. D., & ... (2017). Pengaruh pemberian konseling individu sebelum melahirkan terhadap tingkat kecemasan pada ibu postpartum. ... *Medical Journal (Jurnal ...)*, 6(2), 682–691.
- Mato, R., Nani, S., Makassar, H., Perintis, J., Viii, K., & Makassar, K. (2022). *Pengaruh Self-Hypnosis Terhadap Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Persalinan Dalam Masa Pandemi Covid 19*. 1, 870–875.
- Muthoharoh, H. (2018). Hubungan Pengetahuan Ibu Primigravida dengan Kesiapan Ibu dalam Menghadapi Persalinan. *Strada Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 7(1), 40–46.
- Muzayyana, M., & Saleh, S. N. H. (2021). Analisis Faktor Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Dalam Menghadapi Proses Persalinan Di Masa Pandemi Covid-19 Di Kota Kotamobagu. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 6(3), 1–5. <https://doi.org/10.30651/Jkm.V6i3.9013>
- Prautami, E. S. (2021). Perbedaan Kecemasan Primigravida Trimester I Sebelum Dan Sesudah Diberikan Konseling. *Jurnal Kesehatan Saemakers PERDANA*, 4(2), 269–274. <https://doi.org/10.32524/Jksp.V4i2.275>
- Rahmadani, L. N., Anggarini, S., & Mulyani, S. (2019). *Pengaruh Konseling Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan Di Bpm Hj . Sri Lumintu Effect Of Counseling On Primigravida Mothers ' Anxiety Level In Delivery At Hj . Sri Lumintu Independent Midwifery Practice*. 7(1).
- Reichenbach, A., Bringmann, A., Reader, E. E., Pournaras, C. J., Rungger-Brändle, E., Riva, C. E., Hardarson, S. H., Stefansson, E., Yard, W. N., Newman, E. A., & Holmes, D. (2019). Konseling Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Pra-Melahirkan Di Klinik kesehatan perempuan Jointernasional, Committee(Jnc) Family Care Kota Metro, Lampung. *Progress In Retinal And Eye Research*, 561(3), S2–S3.
- Satriami, E. W., & Sumiati. (2022). Pemberian Terapi Musik Klasik Dayak Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Primigravida. *Jurnal Medika: Karya Ilmiah Kesehatan*, 7(1), 1–9.
- Sheila Maria Belgis Putri Affiza. (2022). Virtual Reality Efektif Menurunkan Kecemasan Ibu Primigravida Trimester Iii Dalam Menghadapi Persalinan. *γ787*, 4(8.5.2017), 2003–2005.
- Sunarmi. (2017). *Pengaruh Pemberian Informasi Pada Ibu Hamil Trimester III Tentang Persalinan Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi Persalinan Di RSUD Kota Kendari*.
- Susilowati, T., Pramana, N., Muis, S. F., Kesehatan, D., Jawa, P., Fertilitas, D., Reproduksi, E., Kedokteran, F., Diponegoro, U., Semarang, K., Gizi, D. I., Kedokteran, F., Diponegoro, U., & Semarang, K. (2019). *Non-Pharmacological Intervention On Anxiety In Primigravida*.
- Tandi, S., Wijayanti, I. T., & Juariyah, A. S. (2023). *Perbedaan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III*. 01(01), 67–73.