

KELAS IBU HAMIL MEMPUNYAI PENGARUH POSITIF TERHADAP TINGKAT KECEMASAN IBU PRIMIGRAVIDA MENGHADAPI PERSALINAN

Theresia Eugenie, Delmaifanis, Meriam Napitupulu
Dosen Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Jakarta III
Jalan Arteri JORR Jatiwarna Kec Pondok Melati Bekasi-17415
Email : christineputriwiduri@gmail.com

ABSTRACT

Anxiety is an emotional disturbance that is often felt by pregnant women, especially in primigravida. One of the government programs in improving maternal health is to hold classes for pregnant women. The purpose of this study was to determine the effect of maternal class to decreased levels of maternal anxiety facing childbirth. Research methods: a quasi-experimental study with a pretest and posttest design with a control group. Subjects were primigravida pregnant mothers who attend classes 30 people and mothers who do not attend classes as much control as 30 people. Sampling technique with quota sampling. Data collection tools used anxiety scale HARS. Data analysis was done with independent t-test, using α 5%. Results of the study: there are differences in the mean levels of anxiety in primigravida mother after classes. The results show the mean pretest in the experimental group control group 40.33 41.97. The results of the treatment group posttest mean 31.63, 42.87 control group. The results of the t test p-value 0.00 posttest. means at 5% α -class mothers no relationship with the level of anxiety to face delivery. Conclusion: There is a class effect of the decrease in the level of maternal anxiety facing labor primigravida. Literatur: 20 (1992-2013)

Keywords : Anxiety, Pregnancy, Labor

ABSTRAK

Kecemasan merupakan salah satu gangguan emosional yang sering dialami ibu hamil, terutama pada primigravida. Salah satu program pemerintah dalam upaya peningkatan kesehatan pada ibu hamil adalah dengan mengadakan kelas ibu hamil. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh kelas ibu hamil terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu menghadapi persalinan di Puskesmas Cengkareng, Jakarta Barat Metode Penelitian ini merupakan penelitian quasi eksperimen dengan rancangan pretest dan posttest dengan kelompok kontrol. Subjek penelitian adalah ibu hamil primigravida yang mengikuti kelas ibu 30 orang dan yang tidak mengikuti kelas ibu sebagai kontrol sebanyak 30 orang. Teknik pengambilan sampel dengan quota sampling. Alat pengumpulan data yang digunakan skala kecemasan HARS Analisa data dilakukan dengan uji-t independent, dengan menggunakan α 5%. Hasil penelitian : terdapat perbedaan rerata tingkat kecemasan pada primigravida setelah mengikuti kelas ibu. Hasil pretest menunjukkan mean pada kelompok perlakuan 40,33 kelompok kontrol 41,97. Hasil Posttest mean kelompok perlakuan 31,63, kelompok kontrol 42,87. Hasil uji t pada posttest p-value 0,00. Pada α 5% ada hubungan kelas ibu dengan tingkat kecemasan menghadapi persalinan. Kesimpulan : Adanya pengaruh kelas ibu terhadap penurunan tingkat kecemasan primigravida menghadapi persalinan

Kata kunci: kecemasan, ibu hamil, persalinan, primigravida

PENDAHULUAN

Kehamilan dan persalinan merupakan peristiwa alamiah, akan tetapi sebagian besar ibu yang akan menghadapi persalinan cenderung mengalami kecemasan. Dari hasil penelitian ditemukan sebanyak 53.3% ibu mengalami tingkat cemas berat dalam menghadapi persalinan (Arafah, 2011). Terdapat berbagai cara untuk mengurangi kecemasan, diantaranya dengan member informasi atau pengetahuan kepada ibu. Pemeriksaan pada ibu hamil dilakukan untuk mencapai kesehatan fisik dan mental secara optimal dengan harapan kehamilan, persalinan dan nifas dapat berlangsung dengan aman, (Manuaba, 1998: 129). Salah satu kegiatan yang terdapat saat pemeriksaan ibu hamil adalah kelas ibu. Melalui kelas ibu, ibu hamil dapat memperoleh informasi yang jelas dan lengkap tentang kehamilan, persalinan dan perawatan bayi.

Dari beberapa penelitian, kelas ibu hamil mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu. Ditemukan adanya hubungan yang bermakna antara pendidikan prenatal melalui kelas ibu hamil dengan persalinan tenaga kesehatan (Osnineli, 2009).

Kelas ibu hamil merupakan sarana belajar bersama yang perlu diikuti oleh ibu hamil agar memperoleh pengetahuan yang cukup sehingga dapat mencegah komplikasi dan meningkatkan cakupan K4, ibu dapat segera mengambil keputusan klinis apabila terjadi risiko.

Proses persalinan walaupun alamiah menimbulkan kecemasan pada ibu hamil. Program kelas ibu sudah berlangsung lama dan sudah dilaksanakan oleh semua puskesmas, BPM maupun tempat pelayanan pemeriksaan ibu hamil. Sudah banyak penelitian yang menemukan adanya pengaruh kelas ibu hamil

terhadap pengetahuan ibu. Belum diketahui adakah hubungan kelas ibu hamil dengan tingkat kecemasan ibu menghadapi persalinan di puskesmas Kec.Cengkareng tahun 2013 . Hal ini yang mendasari peneliti ingin mengetahuinya.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh kelas ibu hamil terhadap tingkat kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan di Puskesmas Kec. Cengkareng Jakarta Barat

METODOLOGI

Penelitian ini merupakan *quasi eksperimen* dengan rancangan *pretest* dan *posttest* dengan kelompok kontrol.

Sebagai dependent variable adalah kecemasan ibu menghadapi persalinan, yang merupakan *intervensi* adalah kelas ibu hamil.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil primigravida di Puskesmas Kecamatan Cengkareng. Yang dijadikan sampel adalah ibu hamil primigravida dengan usia kehamilan ≥ 30 minggu, yang melakukan ANC dan mengikuti kelas ibu hamil sebanyak 3 kali yang dilaksanakan pada hari selasa. Sebagai kontrol adalah ibu hamil primigravida ≥ 30 minggu yang melakukan ANC tetapi tidak mengikuti kelas ibu yang dilaksanakan pada hari Jumat.

Pengambilan sampel dengan teknik *quota sampling*. Karena sesuai pedoman pelaksanaan kelas ibu adalah jumlah maksimal peserta 15 orang. Dibentuk 2 kelas menjadi 30 orang dan kelompok kontrol sebanyak 30 orang, sehingga jumlah sampel keseluruhan 60 orang.. Kriteria inklusi kelompok kasus: ibu hamil primigravida yang melakukan ANC di Puskesmas Cengkareng, ibu hamil yang bersedia mengikuti kelas ibu hamil minimal sebanyak 3 kali, ibu hamil berencana

melahirkan di puskesmas Cengkareng, kehamilan normal / tidak ada komplikasi, tidak sedang bersalin, bersedia jadi responden.

Sebagai kontrol adalah ibu hamil primigravida yang melakukan ANC tetapi tidak mengikuti kelas ibu. Minimal melakukan ANC sebanyak 3 kali, terhitung sejak mulai menjadi responden sampai melahirkan. Ibu hamil berencana melahirkan di puskesmas Cengkareng, kehamilan normal/tidak ada komplikasi, tidak sedang bersalin, bersedia jadi responden. Kriteria Eksklusi: ibu mengalami komplikasi, ibu dirujuk

Alat Pengumpul Data: Pengumpulan data dengan menggunakan instrumen kuesioner *pre-post test* dan *kuesioner* untuk mengukur kecemasan dan dukungan keluarga yang digunakan merupakan hasil modifikasi dengan mengacu pada skala *HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale)*.

Metode Pengumpulan Data: Pengumpulan Data dilakukan dengan menggunakan data primer yang diperoleh melalui pengisian kuesioner.

Prosedur: Ibu yang hamil anak pertama dengan umur kehamilan ≥ 30 minggu yang datang diambil secara acak sebanyak 60 orang, 30 orang ibu hamil dijadualkan datang pada hari selasa (sebagai kasus) dan 30 orang ibu hamil

dijadualkan datang hari Jumat (sebagai control), kasus dan control diberi penjelasan untuk menjawab lembaran pertanyaan (pre test) yang akan digunakan sebagai penelitian, pada kasus dilanjutkan dengan kelas ibu hamil dan pemeriksaan kehamilan, sedangkan pada control dilanjutkan dengan pemeriksaan kehamilan, dua minggu kemudian ibu dijadualkan untuk kunjungan ulang, ibu hamil sebagai kasus masuk pada kelas ibu hamil ke 2, sedangkan pada ibu hamil control dilakukan pemeriksaan kehamilan, dua minggu kemudian ibu dijadualkan untuk kunjungan ulang, ibu hamil sebagai kasus masuk pada kelas ibu hamil ke 3, sedangkan pada ibu hamil control dilakukan pemeriksaan kehamilan, satu minggu kemudian ibu dijadualkan kunjungan ulang dilakukan post tes untuk kasus, maupun control dan dilanjutkan pemeriksaan kehamilan.

Pengolahan Data: data yang terkumpul diolah dengan menggunakan salah satu program computer.

Analisis Data: analisis data dilakukan univariat untuk mengidentifikasi karakteristik dan tingkat kecemasan ibu diawal dan diakhir penelitian. Analisis bivariat dengan uji-T independen, untuk melihat adakah pengaruh kelas ibu dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**Tabel 1**
Komposisi Responden

Kelompok	Frekuensi	%
Mengikuti Kelas ibu (Perlakuan)	30	50
Tidak ikut kelas ibu (kontrol)	30	50
Total	60	100

Tabel 2
Karakteristik Responden Berdasarkan Kelompok

Variabel	Tidak mengikuti kelas ibu (n=30)		mengikuti kelas ibu (n=30)		Jumlah	
	f	%	f	%	f	%
Umur						
● < 20, >35 tahun	8	66,7	4	33,3	12	20
● 20 - 35 tahun	22	45,8	26	54,2	48	80
Pendidikan						
● SD	0	0	4	100	4	6,7
● SMP	11	61,1	7	38,9	18	30
● SMA	16	45,7	19	54,3	35	58,3
● PT	3	100	0	0	3	5
Pekerjaan						
● Tidak Bekerja	27	52,9	24	47,1	51	85
● Bekerja	3	33,3	6	66,7	9	15

Pada tabel 4 terlihat bahwa berdasarkan umur, sebagian besar ibu hamil yang mengikuti kelas ibu hamil sebanyak 26 orang adalah umur 20-25 tahun. Berdasarkan tingkat pendidikan yang paling banyak mengikuti kelas ibu adalah

yang mempunyai pendidikan SMA 19 orang (54,3%), sedangkan pekerjaan responden sebagian besar adalah ibu-ibu yang tidak bekerja (85%).

Tabel 3
Score Kecemasan Berdasarkan Nilai *Pre Test* Di Puskesmas Kecamatan Cengkareng Tahun 2013

Kelompok	n	Nilai Tes Awal (<i>Pretes</i>)		
		Mean	SD	SE
Eksperimen	30	40,33	10,584	1,932
Kontrol	30	41,97	13,40	2,381

Dari tabel 3 terlihat bahwa pada hasil pre test nilai rata-rata pada dua kelompok tidak jauh berbeda, nilai rata-rata pada kelompok kontrol

sedikit lebih tinggi, artinya tingkat kecemasan pada kontrol sedikit lebih tinggi.

Tabel 4
Score Kecemasan Berdasarkan Nilai *Posttest* Di Puskesmas Kecamatan Cengkareng Tahun 2013

Kelompok	n	Nilai Tes Akhir (<i>Posttes</i>)		
		Mean	SD	SE
Eksperimen	30	31,6333	7,9545	1,452
Kontrol	30	42,867	12,640	2,308

Pada hasil post test tabel 4.4 terdapat perbedaan yang nilai rata-rata antara dua kelompok, nilai rata-rata pada kelompok perlakuan lebih rendah, artinya tingkat

kecemasan pada kelompok ibu yang mengikuti kelas ibu hamil lebih rendah/lebih ringan dibanding ibu yang tidak mengikuti kelas ibu hamil.

Tabel 5
Hasil Uji T Pada *Pre Test* Score Kecemasan Pada Ibu Yang Ikut Kelas Ibu Dibandingkan Dengan Kontrol Di Puskesmas Kecamatan Cengkareng Tahun 2013

Variabel	N	Mean	SD	T (t-test)	p-value
Ikut kelas ibu	30	31,6333	7,9545	0,533	0,596
Kontrol	30	42,867	12,640		

Pada tabel 5 menunjukkan uji t pada pre test terlihat data homogenitas nilai p 0,058 (> 0,05) artinya datanya homogen, nilai uji t nilai

p 0,596 ($p > 0,05$) artinya tidak ada perbedaan signifikan antara dua kelompok .

Tabel 6
Hasil Uji T Pada *Post Test* Score Kecemasan Pada Ibu Primigravida Di Puskesmas Kecamatan Cengkareng Tahun 2013

Variabel	N	Mean	SD	T (t-test)	p-value
Ikut kelas ibu	30	31,6333	7,9545	4,12	0,000
Kontrol	30	42,867	12,640		

Pada tabel 6 menunjukkan uji t pada posttest terlihat data homogenitas nilai p 0,066 (> 0,05) artinya datanya homogen, nilai uji t nilai

p 0,000 ($p < 0,05$), artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara dua kelompok.

Tabel 7
Uji-T Berpasangan (*Paired T-Test*) Kelompok Kelas Ibu

Variabel	N	Mean	SD	T (t-test)	p-value
Pre test	30	40,33	10,584	3,634	0,001
Post test	30	31,63	7,954		

PEMBAHASAN

Sebagai responden dalam penelitian ini adalah ibu primigravida yang berjumlah 60 orang yang terdiri dari 30 orang kelompok eksperimen (perlakuan) dan 30 orang sebagai kontrol. Karakteristik responden pada kelompok perlakuan dan kontrol tidak jauh berbeda. Pada kelompok perlakuan maupun kelompok kontrol, sebagian besar responden merupakan usia reproduksi sehat, dengan pendidikan yang terbanyak adalah SMA, dan pada umumnya merupakan ibu rumah tangga.

Sebelum dilakukan uji inferensial terhadap kecemasan ibu sebelum mengikuti kelas ibu hamil maupun sesudah kelas ibu hamil dilakukan uji normalitas data dengan *kolmogorov smirnov* serta uji homogenitas antar kelompok dengan uji *Levene test*. Setelah data terbukti berdistribusi normal ($p\text{-value} > 0,05$), dan homogenitas antar kelompok, data homogen ($p > 0,05$).

Analisis komparabilitas sebelum diberikan perlakuan (*pre test*) yaitu mengikuti kelas ibu hamil antara kedua kelompok digunakan uji *t-independent*.

Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa rata-rata score kecemasan kelompok kontrol adalah $(41,97 \pm 13,40)$, pada kelompok yang mengikuti kelas ibu hamil adalah $(40,33 \pm 10,584)$. Dengan uji *t-independent test* didapatkan bahwa kedua kelompok sebelum diberikan perlakuan, rata-rata score kecemasannya tidak berbeda secara bermakna ($p > 0,05$).

Analisis efek perlakuan sesudah diberikan perlakuan (*post test*) berupa Mengikuti kelas ibu hamil sebanyak 3 kali ataupun melakukan ANC saja pada kelompok kontrol, digunakan uji *t-independent*. Dalam analisis ini dibandingkan score kecemasan. Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa score kecemasan pada kelompok kontrol adalah $(42,8667 \pm 12,6402)$, rata-rata pada kelompok yang mengikuti kelas ibu adalah $(31,6333 \pm 7,95454)$. Dengan uji *t-independent test* didapatkan bahwa kedua kelompok sesudah diberikan perlakuan yaitu mengikuti kelas ibu sebanyak 3 kali rata-rata score kecemasannya menghadapi persalinan berbeda secara bermakna ($p < 0,05$). Artinya tingkat kecemasan ibu primigravida yang mengikuti kelas ibu dan kontrol terdapat perbedaan yang signifikan.

Selain melakukan uji *t-independen*, peneliti juga melakukan *paired-test* untuk melihat perubahan pada kelompok perlakuan sebelum dan sesudah perlakuan. Setelah mengikuti kelas ibu

SIMPULAN

Dari hasil penelitian dan pembahasan mengenai Kelas Ibu Hamil Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Menghadapi Persalinan, maka dapat disusun suatu simpulan bahwa kelas ibu hamil mempunyai pengaruh positif terhadap tingkat kecemasan ibu primigravida menghadapi persalinan, sehingga tingkat kecemasan ibu primigravida yang

mengikuti kelas ibu lebih rendah / ringan dibandingkan ibu primigravida yang hanya ANC biasa.

SARAN

Agar semua ibu hamil khususnya primigravida mengikuti kelas ibu hamil Puskesmas mengadakan kegiatan kelas ibu hamil lebih banyak (beberapa kali dalam seminggu) sehingga ibu hamil dapat menyesuaikan waktunya Melanjutkan kelas ibu hamil dengan metode, materi yang beragam Diadakan penelitian lanjutan dengan variable lain dan metoda yang lebih baik.

DATAR PUSTAKA

- Arafah Cut Ti, Ellyta Aizar. 2011. *Kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan di klinik Hj.Hadijah setelah menonton video proses persalinan normal*. Diunduh pada tanggal 05 Maret 2013 dari website : <http://jurnal.usu.ac.id>
- Bobak, L.M:D.L.Lowdermilk: and M.D.Jensen.2004.*Keperawatan Maternitas Edisi 4*.Alih bahasa Wijayarini, M.A dan Anugerah, P.I.Jakarta: EGC.
- Hasibuan,R & Simatupang,N. 1999. *Kecemasan Pada Kehamilan Pertama Ditinjau Dari Peran Sosial Support. Laporan Penelitian*. Surabaya: Departemen Pendidikan Nasional Universitas Negeri Brawijaya
- Kartono,K, 1992, *Psikologi Wanita: Mengenal Wanita Sebagai Ibu dan Nenek*.Bandung: Mandar Maju.
- Manuaba, I.B.G.1998. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta: EGC.

- Malonda, BF.2003. *Sosial Budaya, Gangguan Emosi dan Fisik Pasca Salin Masyarakat Pedesaan Sumedang*. Tesis. Universitas Sam Ratulangi
- Notoatmodjo, S. 2003. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. 2003. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Osninelli. 2009. *Pengaruh Pendidikan Prenatal Melalui Kelas Ibu Hamil Dengan Persalinan Tenaga Kesehatan di Kabupaten Tanah Datar Sumatera Barat*. Tesis, Program Pasca Sarjana FK UGM, Yogyakarta
- Puji Sri Hastuti, 2011. *Efektifitas Pelatihan kelas ibu hamil untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, keterampilan dan kunjungan Antenatal Care*, dalam Jurnal Penelitian kesehatan suara Forikes volume II no.2 Tahun 2011.pdf. (diakses 6 Maret 2013 pukul 10.25). dari website: <http://suarafortikes.webs.com>
- Stuart,G.N and Sndeen,1998 SJ: Alih bahasa Ramona, dkk, *Buku saku Keperawatan Jiwa Edisi 3*, Jakarta: EGC
- Suririnah, 2004. *Stres Dalam Kehamilan Berpengaruh Buruk*. Di unduh dari
- Tobing, Nia L.2007.*Hamil diusia 20,30 atau 40 an*. Di unduh dari <http://www.yuwie.com/blog/> (diakses 10 Maret pukul 22.00)
- Yonne Astria.2009. *Hubungan Karakteristik Ibu Hamil Trimester III Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Di Poliklinik Kebidanan RSUP Fatmawati*. Tesis
- Suryaningsih, 2007. *Program Bidan Delima*. USAID