

**HUBUNGAN ANTARA SIKAP PERUBAHAN TENTANG PSIKOLOGIS IBU  
HAMIL DENGAN TINGKAT KECEMASAN IBU HAMIL**  
(Di Desa Brangkal Kecamatan Kepohbaru Kabupaten Bojonegoro)

**Siti Khoiriyah<sup>1</sup> Inayatul Aini<sup>2</sup> Tri Purwanti<sup>3</sup>**

STIKes Insan Cendekia Medika Jombang

<sup>1</sup>email : [khoiriyahsiti1974@gmail.com](mailto:khoiriyahsiti1974@gmail.com) <sup>2</sup>email : [inayad4icme@gmail.com](mailto:inayad4icme@gmail.com) <sup>3</sup>email :  
[tri\\_purwanti@rocketmail.com](mailto:tri_purwanti@rocketmail.com)

**ABSTRAK**

**Pendahuluan :** Dengan bertambahnya usia kehamilan, ibu akan mengalami perubahan psikologis, dan pada saat ini pula wanita akan mencoba untuk beradaptasi terhadap peran barunya. Kehamilan menyebabkan ketegangan berupa perasaan cemas, tegang, hal ini akibat dari perubahan psikologis terutama perubahan fisik pada bentuk tubuh yang dapat mempengaruhi body image wanita, dan perubahan hormonal yang terjadi selama kehamilan. Tujuan penelitian menganalisa hubungan sikap tentang perubahan psikologis ibu hamil dengan tingkat kecemasan ibu hamil di Desa Brangkal Kecamatan Kepohbaru Kabupaten Bojonegoro. **Metode penelitian :** Jenis penelitian analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasinya adalah seluruh ibu hamil di Desa Brangkal Kecamatan Kepohbaru Kabupaten Bojonegoro sebanyak 38 orang dengan sampel 35 responden, teknik sampel *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner, dan disajikan dalam gambar dan tabel distribusi frekuensi. **Hasil penelitian :** Hasil penelitian menyatakan 22 responden (62,9%) mempunyai sikap yang positif, 18 responden (45,7%) mempunyai kecemasan berat sekali. Uji *Mann Whitney one sample kolmogorov* diperoleh dari hasil sikap didapatkan nilai *sig. (2-tailed)* atau  $p$  value 0,000 (karena  $p$  value < 0,05) dan dari hasil tingkat kecemasan didapatkan nilai *sig. (2-tailed)* atau  $p$  value 0,004 (karena  $p$  value < 0,05) **Kesimpulan :** Ada hubungan antara sikap tentang perubahan psikologis ibu hamil dengan tingkat kecemasan ibu hamil. Hendaknya dukungan keluarga pada ibu hamil akan memotivasi ibu hamil menerima kondisi perubahan psikologisnya.

**Kata Kunci :** Sikap, perubahan psikologis, tingkat kecemasan, ibu hamil

***CORELATION BETWEEN ATTITUDE CHANGE ABOUT PSYCHOLOGICAL  
PREGNANT WOMEN WITH EMERGENCY LEVEL OF PREGNANT WOMEN***  
(*In Village Brangkal District Kepohbaru Bojonegoro Regency*)

**ABSTRACT**

**Introduction :** With increasing gestational age, the mother will undergo psychological changes, and at this time women will try to adapt to her new role. Pregnancy causes tension in the form of anxious, tense feelings, this results from psychological changes, especially physical changes in the shape of the body that can affect the female body image, and hormonal changes that occur during pregnancy. The research aims to analyze the attitude of attitudes about the psychological change of pregnant women with the level of anxiety of pregnant women in Village Brangkal new Kepohbaru district Bojonegoro Regency. **Research Metode :** This type of analytic research with a cross sectional approach. The population is all pregnant women in Brangkal Village, Kepohbaru District, Bojonegoro Regency, as many as 38 people with a sample of 35 respondents, using purposive sampling technique. Data collection using a questionnaire, and presented

in pictures and frequency distribution tables. **Research Result** : The results showed that 22 respondents (62.9%) had a positive attitude, 18 respondents (45.7%) had severe anxiety. The one-sample Kolmogorov Mann Whitney test was obtained from the attitudes obtained by the sig value. (2-tailed) or  $p$  value 0, 000 (because  $p$  value  $<0.05$ ) and from the results of the level of anxiety obtained a sig value. (2-tailed) or  $p$  value 0.004 (because  $p$  value  $<0.05$ ). **Conclusion** : There is a correlation between attitudes about the psychological change of pregnant women with the anxiety level of pregnant women. The family support in pregnant women will motivate pregnant mothers to accept the conditions of their psychological changes

**Keywords:** attitudes, psychological changes, anxiety levels

## PENDAHULUAN

Seiring dengan bertambahnya usia kehamilan, ibu akan mengalami perubahan psikologis, dan pada saat ini pula wanita akan mencoba untuk beradaptasi terhadap peran barunya. (Sulistiyawati, 2015). Salah satu perubahan psikologis pada masa kehamilan yaitu terjadinya perubahan sikap dan emosi dimana perubahan sikap ini wajar terjadi pada trimester awal kehamilan, ini terjadi karena adanya peningkatan hormone estrogen dan progesterone (Baby Center, 2019). Kehamilan menyebabkan ketegangan berupa perasaan cemas, tegang (Risnawita, 2015), hal ini akibat dari perubahan psikologis terutama perubahan fisik pada bentuk tubuh yang dapat mempengaruhi *body image* wanita, dan perubahan hormonal yang terjadi selama kehamilan (Batbual, 2015). Ketidakmampuan ibu hamil menerima kondisi perubahan psikologis akan menurunkan aktivitas hidup sehari-hari (Purwanto, 2015). Reaksi cemas ditandai dengan rasa cemas dan ketakutan yang berlebihan, terutama sekali terhadap hal-hal yang tidak wajar seperti perubahan tubuh selama kehamilan (Saifudin, 2016). Selama hamil banyak wanita mengalami perubahan psikologis dan emosional. Sering kali kita mendengar seorang wanita mengatakan betapa bahagiannya karena menjadi seorang ibu dan telah memilihkan sebuah nama untuk bayi yang akan dilahirkannya, namun tidak jarang ada wanita yang merasa khawatir kalau terjadi masalah dalam kehamilannya, khawatir kalau ada kemungkinan dia

kehilangan kecantikannya, dan khawatir kalau ada kemungkinan bayinya tidak normal (Tri Sunarsih, 2015).

Menurut hasil penelitian Antoinette M. Lee dari Universitas Hong Kong, yang dipublikasikan di *The Medical Journal Obstetrics and Gynecology* akhir 2017 lalu, lebih dari separuh (57%) perempuan hamil terkena gangguan kecemasan. Hasil penelitian yang dilakukan Wibisono tahun 2017 pada ibu hamil yang memeriksakan kehamilan di RSUI PKU Muhammadiyah Delanggu, diperoleh kecemasan ibu primigravida terhadap perubahan psikologis pada masa kehamilan diperoleh nilai rerata empirik kecemasan menghadapi perubahan psikologis pada masa kehamilan sebesar 78,08. Studi pendahuluan di Desa Brangkal pada tanggal 3 Februari 2020 dengan melakukan wawancara pada 20 ibu hamil didapatkan 13 (65%) ibu hamil merasa khawatir ibu hamil merasa kekhawatiran terhadap perubahan yang terjadi, dan 7 (35%) ibu hamil tidak merasa khawatir terhadap kehamilannya. Hasil tersebut menunjukkan adanya kecemasan pada ibu hamil, kecemasan tersebut disebabkan adanya sikap yang tidak menerima terhadap perubahan psikologis dalam dirinya

Citra tubuh merupakan konsep subjektif terhadap penampilan fisik. Perubahan fisik selama kehamilan menimbulkan perubahan penampilan fisik, dimana ibu hamil serta keluarganya memiliki reaksi yang bervariasi. Reaksi ini tergantung pada kemampuan adaptasi, kecepatan perubahan

tersebut (Potter, 2015). Ketika mengalami kecemasan, individu menggunakan berbagai mekanisme koping untuk mencoba mengatasinya dan ketidakmampuan mengatasi kecemasan secara konstruktif merupakan penyebab utama terjadinya perilaku patologis. Pola yang biasa digunakan individu untuk mengatasi kecemasan ringan cenderung tetap dominan ketika kecemasan meningkat. Kecemasan ringan sering ditanggulangi tanpa pemikiran yang serius. Tingkat kecemasan sedang dan berat menimbulkan dua jenis mekanisme koping (Purwanto, 2015). Rasa cemas yang berlebihan akibat perubahan psikologis pada masa kehamilan ini menyebabkan hilangnya konsentrasi, kehilangan kepercayaan diri. Ibu hamil yang menderita kecemasan berat akan mengganggu aktivitas. Gejala kecemasan perubahan psikologis ibu hamil terlihat dari mudah tersinggung, sulit tidur, sulit bergaul dan berkomunikasi, stress, palpitasi, atau denyut jantung yang kencang, sering buang air kecil, sakit perut atau diare, tangan berkeringat dan gemetar, kaki dan tangan kesemutan, kejang otot, sering pusing, dan pingsan (Pieter, 2015).

Lingkungan yang positif pasti mempengaruhi kondisi emosional ibu hamil, persiapan fisik lain yang cukup yaitu makan sehat dan istirahat cukup. Pemberian konseling selama kehamilan dengan memberi dukungan pada ibu hamil akan menurunkan rasa kecemasan yang terbentuk, sehingga pada akhirnya ibu mampu menerima perubahan psikologis pada masa kehamilan. Dukungan keluarga pada ibu hamil akan memotivasi ibu hamil menerima kondisi perubahan psikologisnya. Keluarga diperlukan untuk memberi motivasi pada ibu hamil kondisi psikologis ibu tidak mengalami kecemasan (Pieter, 2015).

## BAHAN DAN METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah *Analitik Correlational* rancangan penelitian ini menggunakan pendekatan

*Cross sectional*. Populasi seluruh ibu hamil primipara di Desa Brangkal Kecamatan Kepohbaru Kabupaten Bojonegoro sebanyak 35 orang. Sampel penelitian sejumlah 32 orang, diambil secara *purposive sampling*. Variabel *independent* penelitian ini adalah sikap tentang perubahan psikologis ibu hamil dan Variabel *dependent* penelitian ini adalah tingkat kecemasan ibu hamil. *Instrument* penelitiannya menggunakan kuesioner dan uji *Mann Whitney* (Notoatmodjo, 2015).

## HASIL PENELITIAN

### Data Umum

#### Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Ibu Hamil di Desa Brangkal Kecamatan Kepohbaru Kabupaten Bojonegoro.

No	Umur	F	%
1.	< 20 tahun	6	17,1
2.	20-35 tahun	18	51,4
3.	>35 tahun	11	31,4
<b>Jumlah</b>		<b>35</b>	<b>100</b>

(Sumber :Data Primer, 2020)

Berdasarkan tabel 5.1 diatas menunjukkan hampir setengah responden kelompok umur 20-35 tahun sebanyak 18 responden (51,4%).

#### Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Tabel 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Ibu Hamil di Desa Brangkal Kecamatan Kepohbaru Kabupaten Bojonegoro.

No	Pendidikan	F	%
1.	Dasar(SD-SMP)	8	22,9
2.	Menengah(SMA)	25	71,4
3.	Tinggi(Akademi/PT)	2	5,7
<b>Jumlah</b>		<b>35</b>	<b>100</b>

(Sumber :Data Primer, 2020)

Berdasarkan tabel 5.2 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden

pendidikan SMA sebanyak 25 responden (71,4%).

### Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Tabel 5.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Ibu Hamil di Desa Brangkal Kecamatan Kepohbaru Kabupaten Bojonegoro.

No	Pekerjaan	F	%
1.	Ibu rumah tangga	18	51,4
2.	Swasta	13	37,1
3.	Wiraswasta	1	2,9
4.	PNS	3	8,6
<b>Jumlah</b>		<b>35</b>	<b>100</b>

(Sumber :Data Primer, 2020)

Berdasarkan tabel 5.3 diatas menunjukkan lebih dari setengah responden mempunyai pekerjaan ibu rumah tangga sebanyak 18 responden (51,4%).

### Karakteristik Responden Berdasarkan Kehamilan

Tabel 5.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Kehamilan Ibu Hamil di Desa Brangkal Kecamatan Kepohbaru Kabupaten Bojonegoro.

No	Kehamilan Ke	F	%
1.	Pertama	17	48,6
2.	Kedua	13	37,1
3.	Ketiga	3	8,6
4.	>Empat	2	5,7
<b>Jumlah</b>		<b>35</b>	<b>100</b>

(Sumber :Data Primer, 2020)

Berdasarkan tabel 5.4 diatas menunjukkan hampir setengah responden sebanyak 17 responden (48,6%) yang kehamilannya pertama.

### Data Khusus Responden

#### Karakteristik Responden Berdasarkan Sikap

Tabel 5.5 Karakteristik Responden Berdasarkan Sikap Tentang Perubahan Psikologis Ibu Hamil di Desa Brangkal

Kecamatan Kepohbaru Kabupaten Bojonegoro.

No	Sikap	F	%
1.	Positif	22	62,9
2.	Negatif	13	37,1
<b>Jumlah</b>		<b>35</b>	<b>100</b>

(Sumber :Data Primer, 2020)

Berdasarkan tabel 5.5 diatas menunjukkan bahwa lebih dari setengah responden sebanyak 22 responden (62,9%) mempunyai sikap yang positif.

#### Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan

Tabel 5.6 Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil di Desa Brangkal Kecamatan Kepohbaru Kabupaten Bojonegoro.

No	Tingkat Kecemasan	F	%
1.	Kecemasan ringan	3	8,6
2.	Kecemasan sedang	4	11,4
3.	Kecemasan berat	12	34,3
4.	Kecemasan berat sekali	16	45,7
<b>Jumlah</b>		<b>35</b>	<b>100</b>

(Sumber :Data Primer, 2020)

Berdasarkan tabel 5.6 diatas menunjukkan bahwa hampir setengah responden sebanyak 18 responden (45,7%) mempunyai kecemasan berat sekali.

#### Tabulasi Silang Hubungan Antara Sikap Tentang Perubahan Psikologis Ibu Hamil Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil di Desa Brangkal Kecamatan Kepohbaru Kabupaten Bojonegoro

Tabel 5.6 Tabulasi Silang Hubungan Antara Sikap Tentang Perubahan Psikologis Ibu Hamil Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil di Desa Brangkal Kecamatan Kepohbaru Kabupaten Bojonegoro.

Sikap	Kecemasan								Total	
	Ringan		Sedang		Berat		Berat sekali			
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Positif	3	13,6	4	18,2	11	50	4	18,2	22	100
Negatif	0	0	0	0	1	7,7	12	92,3	13	100
Total	3	8,6	4	11,4	12	34,3	16	45,7	35	100

(Sumber :Data Primer, 2020)

Berdasarkan table 5.6 diatas dapat diketahui dari 22 responden yang mempunyai sikap positif memiliki tingkat kecemasan ringan sebanyak 3 responden (13,6%), tingkat kecemasan sedang sebanyak 4 responden (18,2%), tingkat kecemasan berat sebanyak 11 responden (50%) dan tingkat kecemasan berat sekali sebanyak 4 responden (18,2%). Dari 13 responden yang mempunyai sikap negative memiliki tingkat kecemasan berat sebanyak 1 responden (7,7%) dan tingkat kecemasan berat sekali sebanyak 12 responden (92,3%).

## PEMBAHASAN

### **Sikap Tentang Perubahan Psikologis Ibu Hamil di Desa Brangkal Kecamatan Kepohbaru Kabupaten Bojonegoro.**

Berdasarkan tabel 5.5 diatas menunjukkan bahwa lebih dari setengah responden sebanyak 22 responden (62,9%) mempunyai sikap yang positif.

Menurut (Notoatmodjo, 2015) Sikap merupakan respon tertutup seseorang terhadap stimulus atau objek tertentu yang sudah melibatkan faktor pendapat dan emosi yang bersangkutan (senang-tidak senang, setuju-tidak setuju, baik-tidak baik) sehingga sikap seseorang terhadap suatu objek adalah perasaan mendukung atau memihak (*favourable*) maupun perasaan tidak mendukung atau tidak memihak (*unfavourable*) pada objek tersebut (Azwar, 2015) Menurut mereka sikap adalah suatu bentuk evaluasi atau reaksi perasaan dan evaluasi sendiri bisa diartikan sebagai kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu objek atau materi, penilaian-penilaian itu berdasarkan suatu criteria yang ditentukan sendiri atau menggunakan criteria yang telah ada (Notoatmodjo,2012). Sikap sosial terbentuk dari adanya interaksi sosial yang dialami oleh individu. Interaksi sosial yaitu individu beraksi membentuk pola sikap tertentu terhadap berbagai objek psikologis yang dihadapinya. Faktor yang

mempengaruhi sikap yaitu pengalaman pribadi, pengaruh orang lain, kebudayaan, media massa, lembaga pendidikan dan lembaga agama, faktor emosional. Menurut Monks (2015) mengungkapkan bahwa umur merupakan salah satu aspek yang berperan pada tingkat kedewasaan seseorang. Menurut (Azwar, 2015) mengungkapkan dengan bertambahnya umur terjadi perubahan sikap pada individu semakin positif. Hal ini menyebabkan kemampuan memahami pentingnya sikap tentang perubahan psikologi ibu hamil masih kurang karena penerimaan informasi tentang sikap perubahan psikologi mempengaruhi cara ibu dalam bersikap dan bertindak untuk mencegah kecemasan. Oleh karena itu pengetahuan tentang sikap perubahan psikologi kurang disebabkan adanya pemahaman anggota keluarga terkait dengan sikap psikologis ibu hamil.

Secara umum hasil penelitian ini dapat dikatakan sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Notoatmodjo, sikap seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor misalnya umur, pendidikan dan pekerjaan. Hal ini dapat dibuktikan dari hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa dari 35 responden sebagian berpengetahuan kurang baik tentang sikap terhadap perubahan psikologis. Ada yang mempengaruhinya yaitu dari faktor dari pengalaman sebelumnya. Semua orang selalu mengatakan bahwa melahirkan itu sakit sekali, oleh karena itu muncul ketakutan-ketakutan pada ibu yang baru pertama hamil dan belum memiliki pengalaman bersalin. Jika dilihat dari pengalaman melahirkan, ada dua golongan ibu yang diliputi rasa takut dan cemas menghadapi persalinan. Golongan pertama adalah perempuan yang sudah pernah melahirkan, namun mempunyai pengalaman yang tidak menyenangkan pada kehamilan dan persalinan sebelumnya. Golongan kedua adalah ibu hamil pertamakali dan belum pernah mempunyai pengalaman melahirkan sebelumnya, tetapi banyak mendengar tentang cerita-cerita dan pengalaman pengalaman yang menakutkan dari orang

lain tentang proses persalinan sehingga dukungan dan keharmonisan keluarga sangat penting diperlukan pada ibu hamil agar ibu hamil ini nyaman dengan kondisinya saat ini.

### **Tingkat kecemasan ibu hamil di Desa Brangkal Kecamatan Kepohbaru Kabupaten Bojonegoro.**

Berdasarkan tabel 5.6 diatas menunjukkan bahwa hampir setengah responden sebanyak 18 responden (45,7%) mempunyai kecemasan berat sekali.

Individu yang mengalami kecemasan dipengaruhi oleh beberapa hal, diantaranya karena adanya pengalaman negative perilaku yang telah dilakukan, seperti kekhawatiran akan adanya kegagalan. Masa frustrasi dalam situasi tertentu dan ketidak pastian melakukan sesuatu (Risnawita, 2015). Dinamika kecemasan ditinjau dari teori psiko analisis dapat disebabkan oleh adanya tekanan buruk perilaku masa lalu serta adanya gangguan mental. Ditinjau dari teori kognitif, kecemasan, kecemasan terjadi karena adanya evaluasi diri yang negatif. Perasaan negative tentang kemampuan yang dimilikinya dan orientasi diri yang negatif. Berdasarkan pandangan teori humanistik, maka kecemasan merupakan kekhawatiran tentang masa depan yaitu khawatir pada apa yang akan dilakukan (Risnawita, 2015). Sehingga banyak factor penyebab tingginya AKI. Salah satunya adalah kondisi emosi ibu hamil selama kehamilan hingga kelahiran bayi. Selama kehamilan, ibu mengalami perubahan fisik dan kejiwaan yang terjadi akibat perubahan hormon. Perubahan ini akan mempermudah janin untuk tumbuh dan berkembang sampai saat dilahirkan. Adapun pada trimester ketiga (27-40 minggu), kecemasan menjelang persalinan ibu hamil pertama akan muncul. Pertanyaan dan bayangan apakah dapat melahirkan normal, cara mengejan, apakah akan terjadi sesuatu saat melahirkan, atau apakah bayi lahir selamat, akan semakin sering muncul dalam benak ibu hamil. Pada usia kandungan tujuh bulan keatas,

tingkat kecemasan ibu hamil semakin akut dan intensif seiring dengan mendekatnya kelahiran bayi pertamanya. Disamping itu, trimester rini merupakan masa riskan terja dinya kelahiran bayi premature sehingga menyebabkan tinggi nya kecemasan pada ibu hamil. Ibu hamil pertama tidak jarang memiliki pikiran yang mengganggu, sebagai pengembangan reaksi kecemasan terhadap cerita yang diperolehnya. Semua orang selalu mengatakan bahwa melahirkan itu sakit sekali. Oleh karena itu, muncul ketakutan-ketakutan pada ibu hamil pertama yang belum memiliki pengalaman bersalin. Adanya pikiran-pikiran seperti imelahirkan yang akan selalu diikuti dengan nyeri kemudian akan menyebabkan peningkatan kerja system saraf simpatetik. Dalam situasi ini, system endokrin, terdiri dari kelenjar-kelenjar, seperti adrenal, tiroid, dan pituitary (pusat pengendalian kelenjar), melepaskan pengeluaran hormone masing-masing kealiran darah dalam rangka mempersiapkan badan pada situasi darurat. Akibatnya, system saraf otonom mengaktifkan kelenjar adrenal yang mempengaruhi system pada hormone *epinefrin*. Hormon yang juga dikenal sebagai hormone adrenalin ini memberi tenaga pada individu serta mempersiapkan secara fisik dan psikis. Adanya peningkatan hormone adrenalin dan nonadrenalin atau epinefrin dan norepinefrin menimbulkan *disregulasi* biokimia tubuh, sehingga muncul ketegangan fisik pada diri ibu hamil. Dampak dari proses fisiologis ini dapat timbul pada perilaku sehari-hari. Ibu hamil menjadi mudah marah atau tersinggung, gelisah, tidak mampu memusatkan perhatian, ragu-ragu, bahkan kemungkinan ingin lari dari kenyataan hidup. Pada gilirannya, kondisi ini dapat menyebabkan kecemasan dan ketegangan lebih lanjut sehingga membentuk suatu siklus umpan balik yang dapat meningkatkan intensitas emosional secara keseluruhan. Untuk memutuskan siklus kecemasan tersebut, maka senam hamil sebagai salah satu pelayanan prenatal, merupakan suatu alternative terapi yang dapat diberikan pada ibu hamil.

Secara umum dapat diketahui sebagian besar ibu hamil mengalami kecemasan. Hal ini dilihat dari segi ekonominya karena sebagian ibu hamil ini menjadi ibu rumah tangga dan tidak bekerja sehingga tingkat kecemasannya sangat tinggi. Gejala kecemasan perubahan psikologis ibu hamil terlihat dari factor psikologis (kejiwaan), mudah tersinggung, sulit tidur, sulit bergaul dan berkomunikasi, stress, palpitasi, atau denyut jantung yang kencang, sering buang air kecil, sakit perut atau diare, tangan berkeringat dan gemetar, kaki dan tangan kesemutan, kejang otot, sering pusing, dan pingsan. Salah satunya adalah factor psikologis (kejiwaan) yang biasanya masalah keuangan menjadi peran penting dalam persiapan persalinan. Perasaan yang seperti itu ibu membuat kondisi cemas, khawatir dan takut yang berlebihan, hingga akhirnya berujung pada stres. Itulah sebabnya menjelang proses persalinan, ibu hamil membutuhkan ketenangan agar proses persalinan menjadi lancar tanpa hambatan. Semakin ibu tenang menghadapi proses persalinan maka persalinan akan berjalan semakin lancar. Dengan semakin dekatnya jadwal persalinan, terutama pada persalinan pertama, wajar timbul perasaan cemas ataupun takut. Meski sangat menantikan kelahiran sang bayi, di lain pihak timbul kekhawatiran. Salah satu kecemasan para ibu menghadapi persalinan adalah ketakutan, apalagi bagi calon ibu yang belum pernah melahirkan sebelumnya. Untuk persalinan pertama, timbulnya kecemasan ini sangat wajar karena segala sesuatunya adalah pengalaman baru sehingga sebelum menjelang proses persalinan sebaiknya keluarga atau suami mengajak ibu jalan-jalan agar ibu tidak stres kalau hanya di rumah.

#### **Hubungan antara sikap tentang perubahan psikologis ibu hamil dengan tingkat kecemasan ibu hamil di Desa Brangkal Kecamatan Kepohbaru Kabupaten Bojonegoro.**

Berdasarkan tabel 5.7 di atas dapat diketahui dari 22 responden yang mempunyai sikap positif memiliki tingkat

kecemasan ringan sebanyak 3 responden (13,6%), tingkat kecemasan sedang sebanyak 4 responden (18,2%), tingkat kecemasan berat sebanyak 11 responden (50%) dan tingkat kecemasan berat sekali sebanyak 4 responden (18,2%). Dari 13 responden yang mempunyai sikap negatif memiliki tingkat kecemasan berat sebanyak 1 responden (7,7%) dan tingkat kecemasan berat sekali sebanyak 12 responden (92,3%).

Hasil Uji *Mann Whitney one sample kolmogorov* diperoleh dari hasil sikap didapatkan nilai *sig. (2-tailed)* atau  $\rho$  value 0,000 (karena  $\rho$  value < 0,05) dan dari hasil tingkat kecemasan didapatkan nilai *sig. (2-tailed)* atau  $\rho$  value 0,004 (karena  $\rho$  value < 0,05). Maka didapatkan hasil yaitu  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang artinya bahwa ada hubungan antara sikap tentang psikologis ibu hamil dengan tingkat kecemasan ibu hamil di Desa Brangkal Kecamatan Kepohbaru Kabupaten Bojonegoro. Dan hasil penelitian yang dilakukan Wibisono tahun 2012 pada ibu hamil yang memeriksakan kehamilan di RSUIPKU Muhammadiyah Delanggu, diperoleh kecemasan ibu primigravida terhadap perubahan psikologis pada masa kehamilan diperoleh nilai rata empirik kecemasan menghadapi perubahan psikologis pada masa kehamilan sebesar 78,08. Hasil tersebut menunjukkan adanya kecemasan pada ibu hamil, kecemasan tersebut disebabkan adanya sikap yang tidak menerima terhadap perubahan psikologis dalam dirinya. Sehingga didapatkan bahwa sikap perubahan psikologis sangat berperan penting dalam tingkat kecemasan. Hal ini dikarenakan kurangnya pengetahuan ibu hamil terhadap sikap perubahan psikologis dan tingkat kecemasan maka pemberian konseling selama kehamilan sangatlah diperlukan karena dengan memberi dukungan pada ibu hamil akan menurunkan rasa kecemasan yang terbentuk, sehingga pada akhirnya ibu mampu menerima perubahan psikologis pada masa kehamilan dan lingkungan yang positif pasti mempengaruhi kondisi emosional ibu hamil, persiapan fisik lain yang cukup

yaitu makan sehat, istirahat cukup, senam hamil yang bisa membuat hati ibu hamil merasa senang. Dari dukungan keluargapun harus memberikan memotivasi ibu hamil menerima kondisi perubahan psikologisnya. Keluarga diperlukan untuk memberi motivasi pada ibu hamil kondisi psikologis ibu tidak mengalami kecemasan dan proses persalinannya berjalan dengan lancar. Di dalam memberikan dukungan keluarga suami harus memahami kondisi istrinya dengan melakukan komunikasi yang lebih terbuka dengan istrinya sehingga suami harus meluangkan waktu buat istrinya dan memberikan perhatian serta rasa kasih sayang sehingga ibu tidak merasa sendiri.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Ada hubungan antara sikap tentang perubahan psikologis ibu hamil dengan tingkat kecemasan ibu hamil di Desa Brangkal Kecamatan Kepohbaru Kabupaten Bojonegoro

### Saran

#### Bagi Institusi

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dalam memberikan KIE bagi para ibu hamil agar memeriksakan kehamilannya secara rutin ke Tenaga Medis untuk mendapatkan informasi tentang perubahan-perubahan selama masa kehamilan.

#### Bagi Responden

Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan tentang perubahan psikologis ibu hamil dan tingkat kecemasan.

#### Bagi Keluarga.

Diharapkan keluarga dapat memberi *support* bagi ibu hamil serta memberi motivasi pada ibu hamil kondisi psikologis

ibu tidak mengalami kecemasan dan lebih memperhatikan psikis ibu hamil.

#### Bagi Institut Pendidikan

Sebagai bahan informasi terkait dengan hubungan antara sikap tentang perubahan psikologis ibu hamil dengan tingkat kecemasan ibu hamil di Desa Brangkal Kecamatan Kepohbaru Kabupaten Bojonegoro.

#### Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan untuk melakukan penelitian lebih lanjut khususnya pada ibu yang mengalami kecemasan dan diharapkan peneliti selanjutnya terus menggali atau mengidentifikasi faktor-faktor penyebab sikap ibu hamil.

### KEPUSTAKAAN

Azwar. (2015). *Sikap dan Perilaku Manusia*. Jogjakarta: Pustaka.

Batbual. ( 2015). *Hynobirthing*. Jakarta: Pustaka Setia.

Notoatmodjo, S. (2015). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Pieter. (2015). *Asuhan Keperawatan Jiwa dan Praktik*. Jogjakarta: Graha Ilmu.

Potter. (2015). *Buku Ajar Fundamentalis Keperawatan* . Jakarta: EGC.

Purwanto. (2015). *Asuhan Keperawatan Jiwa* . Yogyakarta: Graha Ilmu.

Risnawita. (2015). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.

Saifudin. (2016). *Buku Acuan Pelayanan Kesehatan dan Neonatal*. Jakarta: YBPP.