

TUGAS AKHIR

LITERATURE REVIEW

**MANAJEMEN STRES PADA IBU HAMIL
DI MASA PANDEMI COVID-19**



**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
INSAN CENDEKIA MEDIKA
JOMBANG
2021**

LITERATURE REVIEW

**MANAJEMEN STRES PADA IBU HAMIL
DI MASA PANDEMI COVID-19**

TUGAS AKHIR : *LITERATURE REVIEW*

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan pada
Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Insan Cendekia Medika Jombang

Tina Uswatun Hasanah
162110016

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
INSAN CENDEKIA MEDIKA
JOMBANG
2021**

LEMBAR PERNYATAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Tina Uswatun Hasanah

NIM : 162110016

Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan

Menyatakan bahwa Tugas Akhir ini asli dengan judul "Manajemen Stress Pada Ibu Hamil di Masa Pandemi COVID-19".

Adapun tugas akhir ini bukan milik orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumber. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapatkan sanksi akademik.

Jombang, 30 Juli 2021



Tina Uswatun Hasanah

162110016

LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Tina Uswatun Hasanah

NIM : 162110016

Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan

Menyatakan bahwa Tugas Akhir Literature areview ini asli dengan judul "Manajemen Stress Pada Ibu Hamil di Masa Pandemi COVID-19".

Adapun tugas akhir ini bukan milik orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumber. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapatkan sanksi akademik.

Jombang, 15 Agustus 2021



Tina Uswatun Hasanah

162110016

HALAMAN PERSETUJUAN

**KARYA TULIS ILMIAH
LITERATURE REVIEW**


Judul : MANAJEMEN STRES PADA IBU HAMIL DI
MASA PANDEMI COVID-19
Nama Mahasiswa : Tina Uswatun Hasanah
NIM : 162110016

TELAH DISETUJUI KOMISI PEMBIMBING
PADA TANGGAL 30 JULI 2021

Pembimbing Ketua

Pembimbing Anggota

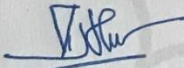

Inayatul Aini, SST., M.Kes
NIDN. 0704118502


Tri Purwanti, S.SiT., M.Kes
NIDN. 0726108001

Pembimbing Ketua

Mengetahui,

Ketua Program Studi


H. Imam Fatoni, SKM., MM.
NIDN. 0729107201


Ruliati, SKM., M.Kes
NIDN. 0725027303

HALAMAN PENGESAHAN

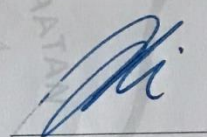
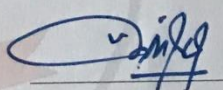
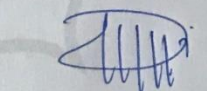
**KARYA TULIS ILMIAH
LITERATURE REVIEW**

Karya Tulis Ilmiah ini telah diajukan oleh :

Nama Mahasiswa : Tina Uswatun Hasanah
NIM : 162110016
Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan
Judul : MANAJEMEN STRES PADA IBU HAMIL DI
MASA PANDEMI COVID-19

Telah berhasil dipertahankan dan diuji di hadapan Dewan Penguji
dan diterima sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan
pendidikan pada Program Studi
Sarjana Terapan Kebidanan

Komisi Dewan Penguji

	NAMA	TANDA TANGAN
Ketua Dewan Penguji	: <u>Ruliati, SKM.,M.Kes</u> NIDN. 02.10.351	
Penguji I	: <u>Inayatul Aini, SST.,M.Kes</u> NIDN. 0704118502	
Penguji II	: <u>Tri Purwanti, S.SiT.,M.Kes</u> NIDN. 0726108001	

Ditetapkan di : JOMBANG
Pada Tanggal : 30 JULI 2021

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT, atas semua berkat dan rahmat-Nya sehingga dapat terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Manajemen Stres Pada Ibu Hamil Di Masa Pandemi COVID-19” sebagai salah satu syarat menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Kebidanan pada program studi Sarjana Terapan Kebidanan STIKes Insan Cendekia Medika Jombang.

Dalam hal ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, karena itu pada kesempatan kali ini penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada: Bapak H. Imam Fatoni, S.KM., MM., selaku ketua STIKes Insan Cendekia Medika Jombang yang telah memberikan kesempatan menyusun Karya Tulis Ilmiah ini. Ibu Ruliati, SST., M.Kes., selaku ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan STIKes Insan Cendekia Medika Jombang. Ibu Ruliati, SST., M.Kes., selaku penguji utama yang telah memberikan masukan dan arahan sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan. Ibu Inayatul Aini, SST., M.Kes., selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan. Ibu Tri Purwanti, S.SiT., M.Kes., selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan.

Terimakasih juga kepada kedua orang tua saya bapak samsi dan ibu tatik dan keluarga saya sudah menjadi semangat untuk saya agar bisa menyelesaikan Literature Review ini, kepada Mas Dwi S juga terimakasih sudah menjadi system support terbaik buat saya, kepada anis bela dek ary terimakasih juga saya ucapkan atas pengertian dan support kalian, kalian terbaik.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu pada kesempatan ini penulis mengharapkan masukan dan kritik untuk perbaikan dari Karya Tulis Ilmiah ini.

Jombang, 07 April 2021

Penulis

ABSTRAK

MANAJEMEN STRES PADA IBU HAMIL DI MASA PANDEMI COVID-19

Tina Uswatun Hasanah

Pendahuluan: masa pandemi covid-19 yang terjadi saat ini memiliki hubungan dengan kejadian stress pada ibu hamil. Tujuan literature review ini untuk memamanajemen stress pada ibu hamil di masa pandemi covid-19 berdasarkan studi empiris 5 tahun terakhir. **Metode:** Desain penelitian ini menggunakan literature review dengan strategi pencarian artikel menggunakan framework PICOS. Sumber artikel yang digunakan oleh peneliti dalam literature review berasal dari database Pubmed, science direc, Google Scholar. Jumlah artikel ditemukan 15.671 yang sesuai dengan kata kunci. Artikel penelitian kemudian di skrining kembali pada terbitan tahun 2017-2021, jurnal yang duplikasi dan jurnal yang tidak sesuai dengan kriteria inklusi dilakukan eksklusi sehingga didapatkan yaitu 10 artikel yang akan direview. Pencarian artikel menggunakan kata kunci “stress pada ibu hamil di pandemi covid-19” dan “manajemen stress pada ibu hamil”. **Hasil dan Analisis:** Hasil review artikel penelitian mendapatkan 10 artikel menurut (Nora k schaal., 2021; Jennifer E, 2021; Jinaping Guanb., 2021; Musradinuri, 2016; Sehmawati, 2021; Utari Riyana E, 2021; Yuniar Mahsye, 2020; Kemenkes RI., 2020; Ruliati., 2021; Alison Shea., 2019) keseluruhan didapatkan bahwa Kebijakan pemerintah dengan memberlakukan pembatasan social, tekanan ekonomi, ketakutan ibu akan dilakukan test pcr memicu terjadinya peningkatan stress pada ibu hamil. Dengan upaya terapi nonfarmakologi yaitu pemberian konseling sangat diperlukan untuk mengurangi kecemasan dengan meminta ibu-ibu untuk tinggal di rumah, menerapkan prokes dirumah, makan makanan bergizi, memeriksakan kehamilannya, melakukan senam ibu hamil di rumah, dan mencari pertolongan saat menghadapi keadaan darurat terbukti sangat efisien untuk menangani stress pada ibu hamil dipandemi covid-19. **Kesimpulan:** Berdasarkan literature review artikel hasil penelitian didapatkan bahwa penerapan mamajemen stress non farmakologis mampu mengurangi tingkat stress yang di alami ibu saat pandemic covid-19.

Kata kunci: Manajemen Stres, Kehamilan, Covid-19

ABSTRACT

STRESS MANAGEMENT IN PREGNANT MOTHERS IN THE TIME OF THE PANDEMIC COVID-19

By: Tina Uswatun Hasanah

Introduction: The current covid-19 pandemic has a relationship with the incidence of stress in pregnant women. The purpose of this literature review is to provide stress management for pregnant women during the COVID-19 pandemic based on empirical studies of the last 5 years. **Methods:** This research design uses a literature review with an article search strategy using the PICOS framework. The source of the articles used by researchers in the literature review comes from the Pubmed database, science director, Google Scholar. The number of articles found 15,671 matching the keyword. The research articles were then re-screened in 2017-2021 publications, duplicated journals and journals that did not meet the inclusion criteria were excluded so that 10 articles were reviewed. Search articles using the keywords "stress in pregnant women in the covid-19 pandemic" AND "stress management in pregnant women". **Results and Analysis:** Hasil review artikel penelitian mendapatkan 10 artikel menurut (Nora k schaal., 2021; Jennifer E, 2021; Jinaping Guanb., 2021; Musradinuri, 2016; Sehmawati, 2021; Utari Riyana E, 2021; Yuniar Mahsyie, 2020; Kemenkes RI., 2020; Ruliati., 2021; Alison Shea., 2019) keseluruhan didapatkan bahwa Kebijakan pemerintah dengan memberlakukan pembatasan social, tekanan ekonomi, ketakutan ibu akan dilakukan test pcr memicu terjadinya peningkatan stress pada ibu hamil. Dengan upaya terapi nonfarmakologi yaitu pemberian konseling sangat diperlukan untuk mengurangi kecemasan dengan meminta ibu-ibu untuk tinggal di rumah, menerapkan prokes dirumah, makan makanan bergizi, memeriksakan kehamilannya, melakukan senam ibu hamil di rumah, dan mencari pertolongan saat menghadapi keadaan darurat terbukti sangat efisien untuk menangani stress pada ibu hamil dipandemi covid-19. **Conclusion:** Based on the literature review of research articles, it was found that the application of non-pharmacological stress management was able to reduce the stress level experienced by mothers during the COVID-19 pandemic.

Keywords: Stress Management, Pregnancy, Covid-19

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SAMPUL DALAM	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN PLAGIASI	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR SINGKATAN	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	4
2.1 Konsep Kehamilan	4
2.2 Konsep Covid-19	5
2.3 Resiko Stres pada Ibu Hamil	11
2.4 Manajemen Stres	13
BAB 3 METODE	20
3.1 Strategi Pencarian	20
3.2 Kriteria Inklusi dan Eksklusi	21
3.3 Seleksi Studi dan Penilaian Kualitas	22
BAB 4 HASIL DAN ANALISIS	32
4.1 Hasil	32
4.2 Analisis	33
BAB 5 PEMBAHASAN	35
5.1 Stres Pada Ibu Hamil	35
5.2 COVID-19	35
5.3 Manajemen Stres Pada Ibu Hamil Dimasa Pandemi Covid-19	36
BAB 6 PENUTUP	40
6.1 Kesimpulan	40
6.2 Hasil	40
DAFTAR PUSTAKA	41
Lampiran	43

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kriteria inklusi dan eksklusi	16
Tabel 3.2 Daftar artikel hasil pencarian	19
Tabel 4.1 Karakteristik hasil <i>literature review</i>	20
Tabel 4.2 Analisis <i>literature review</i>	21



DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Diagram alur review jurnal 17



DAFTAR SINGKATAN

COVID-19	: Corona Virus Disease 19
RI	: Republik Indonesia
Kemendes	: Kementrian Kesehatan
PHBS	: Perilaku Hidup Bersih Sehat
BBLR	: Berat Bayi Lahir Rendah
MERS	: <i>Middle East Respiratory Syndrome</i>
SARS	: <i>Severe Acute Respiratory Syndrome</i>
APD	: Alat Pelindung Diri
PCR	: <i>Polymerase Chain Reaction</i>
ANC	: <i>Ante natal care</i>



DAFTAR LAMPIRAN

Bimbingan Literature Review 41



BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehamilan di era pandemi COVID-19 menyebabkan timbulnya kecemasan tersendiri bagi ibu hamil. Penyakit ini rawan menyerang ibu hamil karena pada saat hamil sistem kekebalan tubuh berubah, sehingga wanita hamil beresiko memiliki gejala lebih berat dibandingkan wanita yang tidak hamil. Hal inilah yang meningkatkan resiko stres pada ibu hamil (Kemenkes RI, 2020).

Pada tahun 2018 hasil penelitian dari Rizqia yaitu tentang terjadinya kecemasan pada ibu hamil di masa pandemi. Didapatkan hasil dengan Ibu Hamil total sampel 71 orang dengan hasil penelitian sebanyak 85,5% ibu hamil mengalami kecemasan ringan sebanyak 13,4% kecemasan sedang dan 2,55% kecemasan berat (Rizqia, 2018). Dan pada tahun 2020 dilakukan penelitian oleh Kemenkes dengan hasil menunjukkan bahwa 31,4% mengalami kecemasan sangat berat, 12,9% mengalami kecemasan berat, dan sisanya ibu tidak mengalami kecemasan atau dalam keadaan normal. Pandemi virus corona memang meningkatkan kecemasan pada ibu hamil yang perlu diatasi untuk menghindari dampak negatif pada ibu dan janinnya (Kemenkes RI, 2020).

Kebijakan pemerintah dengan memberlakukan pembatasan sosial mengakibatkan kurangnya dukungan sosial untuk banyak wanita hamil karena mereka terpisah dari orang yang mereka cintai, kecemasan ibu

terhadap dampak yang akan terjadi kepada dirinya dan si calon bayi membuat ibu merasa lebih tertekan akan rasa takut jika hal itu terjadi. Dampak ekonomi juga berpengaruh pada kecemasan ibu hamil. Kecemasan pada wanita hamil dapat memicu terjadinya rangsangan kontraksi rahim yang sangat membahayakan terutama pada trimester satu (Yuniar Mansye,2021).

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi tingkat stress pada ibu hamil yaitu salah satunya dengan pemberian konseling, konseling sangat diperlukan untuk mengurangi kecemasan dengan meminta ibu-ibu untuk tinggal di rumah, mencuci tangan, memakai masker, makan makanan bergizi, memeriksakan kehamilannya, melakukan senam ibu hamil di rumah, dan mencari pertolongan saat menghadapi keadaan darurat (Yanuar Mahsyie, 2020).

Selain konseling terdapat beberapa terapi non farmakologis yang dapat digunakan oleh ibu hamil untuk mengurangi kecemasan, mengingat minimnya dampak yang dapat diakibatkan dari terapi non farmakologi ini dibandingkan dengan terapi farmakologi. Terapi farmakologi dilakukan dengan pemberian obat anti ansietas, namun pemberian obat ini dapat menyebabkan risiko tinggi ketergantungan obat, BBLR, bayi lahir prematur sehingga 29 lebih dianjurkan. Bisa juga dengan menggunakan terapi non farmakologis diantaranya: 1) Tetap menjalin interaksi dan komunikasi dengan orang-orang terdekat. Melakukan komunikasi berkala dengan keluarga, teman, dan sahabat menggunakan perangkat elektronik yang ada. 2) Mencari dan mengakses informasi dengan lebih bijak. 3) Menerapkan perilaku hidup bersih sehat (PHBS) pada diri sendiri, keluarga, dan orang sekitar. 4)

Menghubungi tenaga professional, mencari bantuan tenaga professional seperti bantuan layanan psikologis untuk mengurangi ketakutan, kekhawatiran hingga kecemasan yang dialami bukanlah suatu hal yang memalukan. Layanan-layanan psikologis atau profesional yang terpercaya dapat membantu, seperti rumah sakit atau biro-biro layanan psikologi (Yuniar Mahsy, 2020).

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana manajemen stres dilakukan oleh ibu hamil di masa pandemi?

1.3 Tujuan

Mengidentifikasi literature review jurnal manajemen stress pada ibu hamil di masa pandemic

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Definisi

2.1.1 Kehamilan Di Masa Pandemi

Kehamilan adalah masa ketika terdapat janin di dalam rahim wanita yang terjadi karena proses pembuahan setelah pertemuan sel sperma dan sel telur. Kehidupan yang alami wanita sepanjang daur kehidupannya tidak lepas dari proses kehamilan sampai dengan merencanakan pemakaian kontrasepsi untuk mengatur jarak kehamilan. Wanita sebagai pelaku utama mempunyai hak untuk mendapatkan pengalaman yang menyenangkan dalam menjalani peran tersebut. Kehamilan yang dimulai dari proses fertilisasi yaitu pertemuan dari sel sperma dan sel ovum dilanjutkan dengan proses nidasi kemudian implantasi di dalam rahim sehingga tumbuh dan berkembang sampai janin siap untuk lahir ke dunia luar. Kehamilan ini terdiri dari tiga trimester, yaitu trimester I, trimester II dan trimester III (Kemenkes RI, 2020).

Proses selama kehamilan dipantau oleh tenaga kesehatan untuk diidentifikasi adanya resiko komplikasi yang dapat membahayakan ibu maupun janinnya. Kehamilan di era pandemic COVID-19 menyebabkan timbulnya kecemasan tersendiri bagi ibu hamil. Penyakit yang tergolong jenis baru muncul pertama kali di Wuhan Cina kemudian disebut COVID-19 (Coronavirus Disease 2019). MERS (Middle East Respiratory Syndrome) dan SARS (Severe Acute Respiratory Syndrome) adalah 2 jenis coronavirus yang dapat menyebabkan beberapa gejala baik ringan sampai dengan berat. Gejala

yang ditimbulkan dipengaruhi oleh imunitas atau daya tahan tubuh setiap orang yang berbeda- beda. Virus yang dapat menyebabkan COVID-19 ini disebut Sars-CoV-2. Dari berbagai penelitian kebanyakan menyimpulkan bahwa kehamilan menyebabkan tubuh lebih rentan terhadap gejala COVID-19 yang berat karena sistem kekebalan tubuh wanita hamil berubah sehingga wanita hamil berisiko untuk memiliki gejala yang berat dibandingkan dengan wanita yang tidak sedang hamil (Kemenkes,2020). Pemerintah pada tahun 2020 melalui Kepmenkes mengeluarkan kebijakan terkait Jurnal Ilmiah Kesehatan 2020 Page | 28 pelayanan ibu hamil di era pandemic COVID-19. Pelayanan bagi ibu hamil, bersalin, nifas, dan bayi baru lahir selama pandemi COVID-19 diatur dalam sebuah pedoman yang digunakan sebagai acuan bagi masyarakat baik ibu dan keluarga maupun pemberi pelayanan kesehatan. Pelayanan yang diberikan pada ibu dan bayi diharapkan tetap mendapatkan pelayanan yang utama. Pembatasan pelayanan hampir dalam semua pelayanan baik rutin maupun tambahan termasuk pelayanan kesehatan maternal dan neonatal yang tentunya menambah kecemasan bagi ibu hamil (Kemenkes, 2020).

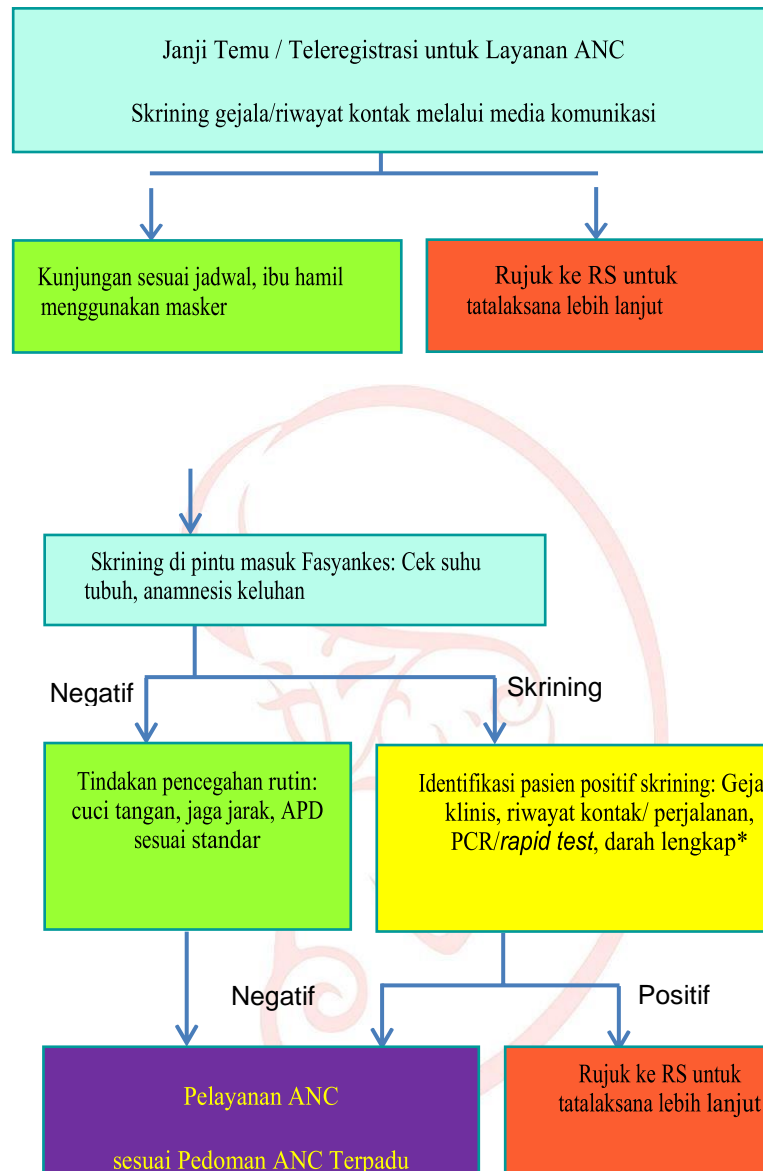
2.1.2 Pedoman Pelayanan Pemeriksaan Kehamilan di Era Pandemi Covid-

19

Tabel 2.1.2 Program Pelayanan bagi Ibu Hamil

Program	Zona Hijau (Tidak Terdampak / Tidak Ada Kasus)	Zona Kuning (Risiko Rendah), Orange (Risiko Sedang), Merah (Risiko Tinggi)
Kelas Ibu Hamil	Dapat dilaksanakan dengan metode tatap muka (maksimal 10 peserta), dan harus mengikuti protokol kesehatan secara ketat.	Ditunda pelaksanaannya di masa pandemi COVID-19 atau dilaksanakan melalui media komunikasi secara daring (<i>Video Call, Youtube, Zoom</i>).
P4K	Pengisian stiker P4K dilakukan oleh tenaga kesehatan pada saat pelayanan antenatal.	Pengisian stiker P4K dilakukan oleh ibu hamil atau keluarga dipandu bidan/perawat/dokter melalui media komunikasi.

AMP	Otopsi verbal dilakukan dengan mendatangi keluarga. Pengkajian dapat dilakukan dengan metode tatap muka (mengikuti protokol kesehatan) atau melalui media komunikasi secara daring (<i>video conference</i>).	Otopsi verbal dilakukan dengan mendatangi keluarga atau melalui telepon. Pengkajian dapat dilakukan melalui media komunikasi secara daring (<i>video conference</i>).
-----	---	---



Gambar 2.1.2 Alur Pelayanan Antenatal di Era Adaptasi Kebiasaan Baru (kemenkes RI, 2020)

2.2 Definisi Covid

Virus Corona atau *severe acute respiratory syndrome coronavirus 2* (SARS-CoV-2) adalah virus yang menyerang sistem pernapasan. Penyakit karena infeksi virus ini disebut COVID-19. Infeksi virus Corona disebut COVID-19 (*Corona Virus Disease 2019*) dan pertama kali ditemukan

di kota Wuhan, China pada akhir Desember 2019. Virus ini menular dengan sangat cepat dan telah menyebar ke hampir semua negara, termasuk Indonesia, hanya dalam waktu beberapa bulan. Coronavirus adalah kumpulan virus yang bisa menginfeksi sistem pernapasan. Pada banyak kasus, virus ini hanya menyebabkan infeksi pernapasan ringan, seperti flu. Namun, virus ini juga bisa menyebabkan infeksi pernapasan berat, seperti infeksi paru-paru (pneumonia). Virus ini menular melalui percikan dahak (droplet) dari saluran pernapasan, misalnya ketika berada di ruang tertutup yang ramai dengan sirkulasi udara yang kurang baik atau kontak langsung dengan droplet (Widiyani, R. 2020).

2.2.1 Tingkat Kematian Akibat Virus Corona (COVID-19)

Virus Corona yang menyebabkan COVID-19 bisa menyerang siapa saja. Menurut data yang dirilis Gugus Tugas Percepatan Penanganan COVID-19 Republik Indonesia, jumlah kasus terkonfirmasi positif hingga 11 November 2020 adalah 444.348 orang dengan jumlah kematian 14.761 orang. Tingkat kematian (*case fatality rate*) akibat COVID-19 adalah sekitar 3,3%.

Jika dilihat dari persentase angka kematian yang di bagi menurut golongan usia, maka kelompok usia di atas 60 tahun memiliki persentase angka kematian yang lebih tinggi dibandingkan golongan usia lainnya. Sedangkan berdasarkan jenis kelamin, 58,4% penderita yang meninggal akibat COVID-19 adalah laki-laki dan 41,6% sisanya adalah perempuan (Ruliati, 2021).

2.2.2 Gejala Virus Corona (COVID-19)

Gejala awal infeksi virus Corona atau COVID-19 bisa menyerupai gejala flu, yaitu demam, pilek, batuk kering, sakit tenggorokan, dan sakit kepala. Setelah itu, gejala dapat hilang dan sembuh atau malah memberat. Penderita dengan gejala yang berat bisa mengalami demam tinggi, batuk berdahak bahkan berdarah, sesak napas, dan nyeri dada. Gejala-gejala tersebut muncul ketika tubuh bereaksi melawan virus Corona.

Secara umum, ada 3 gejala umum yang bisa menandakan seseorang terinfeksi virus Corona, yaitu:

- a. Demam (suhu tubuh di atas 38 derajat Celsius)
- b. Batuk kering
- c. Sesak napas

Ada beberapa gejala lain yang juga bisa muncul pada infeksi virus Corona meskipun lebih jarang, yaitu:

- a. Diare
- b. Sakit kepala
- c. Konjungtivitis
- d. Hilangnya kemampuan mengecap rasa atau mencium bau
- e. Ruam di kulit

Gejala-gejala COVID-19 ini umumnya muncul dalam waktu 2 hari sampai 2 minggu setelah penderita terpapar virus Corona. Sebagian pasien yang

terinfeksi virus Corona bisa mengalami penurunan oksigen tanpa adanya gejala apapun. Kondisi ini disebut *happy hypoxia* (raida amelia, dkk. 2020).

2.2.3 Penyebab Virus Corona (COVID-19)

Infeksi virus Corona atau COVID-19 disebabkan oleh coronavirus, yaitu kelompok virus yang menginfeksi sistem pernapasan. Pada sebagian besar kasus, coronavirus hanya menyebabkan infeksi pernapasan ringan sampai sedang, seperti flu. Akan tetapi, virus ini juga bisa menyebabkan infeksi pernapasan berat, seperti pneumonia, *Middle-East Respiratory Syndrome* (MERS) dan *Severe Acute Respiratory Syndrome* (SARS).

Ada dugaan bahwa virus Corona awalnya ditularkan dari hewan ke manusia. Namun, kemudian diketahui bahwa virus Corona juga menular dari manusia ke manusia.

Seseorang dapat tertular COVID-19 melalui berbagai cara, yaitu:

- a. Tidak sengaja menghirup percikan ludah (droplet) yang keluar saat penderita COVID-19 batuk atau bersin
- b. Memegang mulut atau hidung tanpa mencuci tangan terlebih dulu setelah menyentuh benda yang terkena cipratan ludah penderita COVID-19
- c. Kontak jarak dekat dengan penderita COVID-19

Virus Corona dapat menginfeksi siapa saja, tetapi efeknya akan lebih berbahaya atau bahkan fatal bila terjadi pada orang lanjut usia, ibu hamil, orang yang memiliki penyakit tertentu, perokok, atau orang yang daya tahan tubuhnya lemah, misalnya pada penderita kanker.

Karena mudah menular, virus Corona juga berisiko tinggi menginfeksi para tenaga medis yang merawat pasien COVID-19. Oleh karena itu, para tenaga medis dan orang-orang yang memiliki kontak dengan pasien COVID-19 perlu menggunakan alat pelindung diri (APD) (Kemenkes RI, 2020).

2.2.4 Diagnosis Virus Corona (COVID-19)

Untuk menentukan apakah pasien terinfeksi virus Corona, dokter akan menanyakan gejala yang dialami pasien dan apakah pasien baru saja bepergian atau tinggal di daerah yang memiliki kasus infeksi virus Corona sebelum gejala muncul. Dokter juga akan menanyakan apakah pasien ada kontak dengan orang yang menderita atau diduga menderita COVID-19.

Guna memastikan diagnosis COVID-19, dokter akan melakukan beberapa pemeriksaan berikut:

- a. *Rapid test* untuk mendeteksi antibodi (IgM dan IgG) yang diproduksi oleh tubuh untuk melawan virus Corona
- b. *Swab test* atau tes PCR (*polymerase chain reaction*) untuk mendeteksi virus Corona di dalam dahak
- c. CT scan atau Rontgen dada untuk mendeteksi infiltrat atau cairan di paru-paru

Hasil *rapid test* COVID-19 positif kemungkinan besar menunjukkan bahwa Anda memang sudah terinfeksi virus Corona, namun bisa juga berarti Anda terinfeksi kuman atau virus yang lain. Sebaliknya, hasil *rapid*

test COVID-19 negatif belum tentu menandakan bahwa Anda mutlak terbebas dari virus Corona (Rizqi Nurislaminingsih, 2020).

2.2.5 Komplikasi Virus Corona (COVID-19)

Infeksi virus Corona bisa menyebabkan beberapa komplikasi berikut ini:

- a. *Pneumonia* (infeksi paru-paru)
- b. Infeksi sekunder pada organ lain
- c. Gagal ginjal
- d. *Acute cardiac injury*
- e. *Acute respiratory distress syndrome*
- f. Kematian

Selain itu, pada beberapa kasus, seseorang juga bisa mengalami kondisi yang disebut *post-acute COVID-19 syndrome*, meski telah dinyatakan sembuh dari infeksi virus Corona (Martini, m. dkk. 2020).

2.2.7 Pencegahan Virus Corona (COVID-19)

Sampai saat ini, belum ada vaksin untuk mencegah infeksi virus Corona atau COVID-19. Oleh sebab itu, cara pencegahan yang terbaik adalah dengan menghindari faktor-faktor yang bisa menyebabkan Anda terinfeksi virus ini, yaitu:

- a. Terapkan *physical distancing*, yaitu menjaga jarak minimal 1 meter dari orang lain, dan jangan dulu ke luar rumah kecuali ada keperluan mendesak.

- b. Gunakan masker saat beraktivitas di tempat umum atau keramaian, termasuk saat pergi berbelanja bahan makanan dan mengikuti ibadah di hari raya, misalnya Idul Adha.
- c. Rutin mencuci tangan dengan air dan sabun atau *hand sanitizer* yang mengandung alkohol minimal 60%, terutama setelah beraktivitas di luar rumah atau di tempat umum.
- d. Jangan menyentuh mata, mulut, dan hidung sebelum mencuci tangan.
- e. Tingkatkan daya tahan tubuh dengan pola hidup sehat, seperti mengonsumsi makanan bergizi, berolahraga secara rutin, beristirahat yang cukup, dan mencegah stres.
- f. Hindari kontak dengan penderita COVID-19, orang yang dicurigai positif terinfeksi virus Corona, atau orang yang sedang sakit demam, batuk, atau pilek.
- g. Tutup mulut dan hidung dengan tisu saat batuk atau bersin, kemudian buang tisu ke tempat sampah.
- h. Jaga kebersihan benda yang sering disentuh dan kebersihan lingkungan, termasuk kebersihan rumah (Kemenkes RI, 2020).

2.3 Pengertian Stres

2.3.1 Defenisi Stres

Secara garis besar ada empat pandangan mengenai stres, yaitu: stres merupakan stimulus, stres merupakan respon, stres merupakan interaksi antara individu dengan lingkungan, dan stress sebagai hubungan antara individu dengan stressor (Musradinuri, 2017).

2.3.2 Klasifikasi Stress

1. Stres ringan Pada tingkat stres ini sering terjadi pada kehidupan sehari-hari dan kondisi ini dapat membantu individu menjadi waspada dan bagaimana mencegah berbagai kemungkinan yang akan terjadi
2. Stres sedang Pada stres tingkat ini individu lebih memfokuskan hal penting saat ini dan mengesampingkan yang lain sehingga mempersempit lahan persepsinya
3. Stres berat Pada tingkat ini lahan persepsi individu sangat menurun dan cenderung memusatkan perhatian pada hal-hal lain. Semua perilaku ditujukan untuk mengurangi stres. Individu tersebut mencoba memusatkan perhatian pada lahan lain dan memerlukan banyak pengarahan

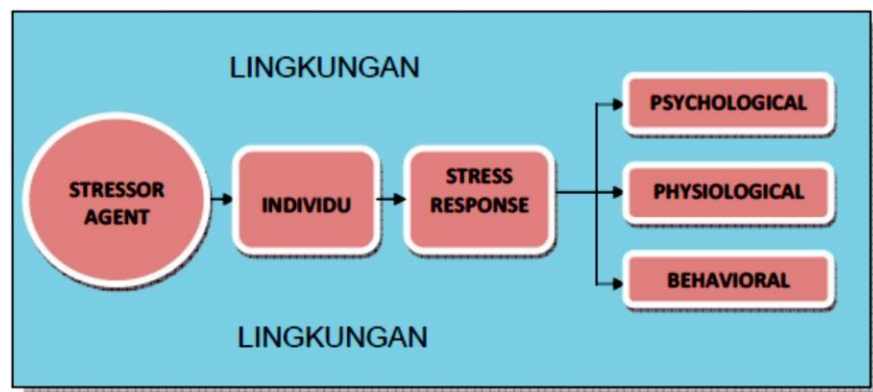
2.3.3 Stres Sebagai Stimulus

Menurut konsepsi ini stres merupakan stimulus yang ada dalam lingkungan (*environment*). Individu mengalami stres bila dirinya menjadi bagian dari lingkungan tersebut. Dalam konsep ini stres merupakan variable bebas sedangkan individu merupakan variabel terikat. Secara visual konsepsi ini dapat digambarkan sebagai berikut (Musradinuri, 2016).

2.3.4 Stres Sebagai Respon

Konsepsi kedua mengenai stres menyatakan bahwa stress merupakan respon atau reaksi individu terhadap stressor. Dalam konteks ini

stress merupakan variable tergantung (dependen variable) sedangkan stressor merupakan variable bebas atau independent variable. Berdasarkan pandangan dari Sutherland dan Cooper, Bart Smet menyajikan konsepsi stress sebagai respon sebagai berikut.

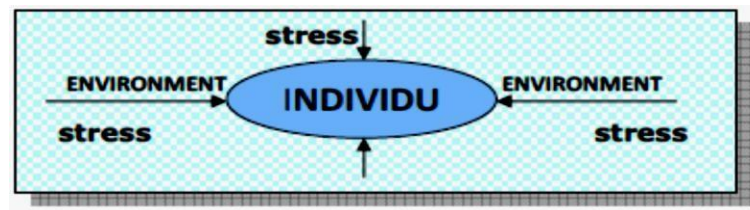


Gambar 2. Stres Sebagai Respon

Respon individu terhadap stressor memiliki dua komponen, yaitu: komponen psikologis, misalnya terkejut, cemas, malu, panik, nervous, dst. dan komponen fisiologis, misalnya denyut nadi menjadi lebih cepat, perut mual, mulut kering, banyak keluar keringat (Musradinuri, 2016).

2.3.5 Stres Sebagai Interaksi antara Individu dengan Lingkungan

Menurut pandangan ketiga, stress sebagai suatu proses yang meliputi stressor dan strain dengan menambahkan dimensi hubungan antara individu dengan lingkungan. Interaksi antara manusia dan lingkungan yang saling mempengaruhi disebut sebagai hubungan transaksional. Dalam konteks stress sebagai interaksi antara individu dengan lingkungan, stress tidak dipandang sebagai stimulus maupun sebagai respon saja, tetapi juga suatu proses di mana individu juga merupakan pengantara (*agent*) yang aktif, yang dapat mempengaruhi stressor melalui strategi perilaku kognitif dan emosional (Sari N, Stres Kerja, 2016).



Gambar 1. Stress sebagai stimulus

2.4 Resiko Stress Pada Ibu Hamil

Saat hamil, seorang calon ibu tidak hanya mengalami perubahan fisiksaja, tetapi juga mengalami perubahan psikis. Oleh karena itu seorang calonibu harus mempersiapkan fisik dan mental dengan matang, hal inidikarenakan adanya perubahan hormon selama hamil yang bisamempengaruhi emosi dan mental ibu. Bila kondisi ini tidak didukung denganlingkungan dan keluarga yang harmonis maka ibu akan mengalami stres,terutama pada calon ibu yang masih bekerja di kantor saat hamil.Stres yang dialami ibu sewaktu hamil tentu akan dapat mempengaruhi janin yang ada dalam andungan. Ada banyak hal yang sering dikhawatirkan para ibu pada masa kehamilannya, rasa khawatir yang berlebih inilah yangmembuat stres tak dapat dihindari. Berikut ini adalah beberapa resiko stresyang dapat mempengaruhi kesehatan ibu hamil dan anak dalam kandungan (Nora K. Schaal, 2021).

Meningkatkan Resiko Alergi Pada Janin. Sebuah penelitian mengungkapkan bahwasanya stres yang dialamiibu ketika hamil akan mampu meningkatkan resiko alergi pada bayi kelak. Hal ini terjadi,

disebabkan saat stres, janin akan menyerap hormon kortisol yang diproduksi oleh ibu sewaktu mengalami stres. Dan bayi dengan tingkat kadar hormon kortisol yang tinggi akan memiliki resiko lebih besar mengidap alergi dibandingkan bayi dengan kadar hormon kortisol yang rendah (Jinaping Guanb, 2021).

Meningkatkan resiko abortus (keguguran). Stres yang menimpa ibu hamil tentunya akan beresiko lebih berbahaya terhadap kesehatan janin yang ada dalam kandungannya. Pada kondisi terparah hal ini dapat menyebabkan ibu kehilangan janinnya atau keguguran. Hal ini berbeda jika dibandingkan dengan ibu dengan tingkat stresor yang lebih rendah dan memiliki sistem pengendalian stres yang lebih baik ketika menghadapi sumber stres pada ibu hamil. Kemudian membuat sistem kekebalan bayi berkurang. Sebagaimana diungkapkan oleh sebuah penelitian yang dilakukan oleh Jurnal Brain, Behavior and Immunity, bahwa ibu hamil yang sering mengalami tegang, panik, dan cemas yang berlebihan akan dapat melemahkan sistem kekebalan bayi ketika bayi berusia 6 bulan. Selain itu juga menyebabkan terganggunya kesehatan ibu jika seorang ibu mengalami stres baik itu ringan ataupun berat, seorang ibu akan kehilangan nafsu makan, hal ini dapat menyebabkan seorang ibu kekurangan nutrisi dan timbulah berbagai macam gangguan yang mempengaruhi kesehatan seorang ibu, seperti diare, pusing, lemas, lesu dan berbagai gangguan metabolisme lainnya (Jinaping Guanb, 2021).

2.5 Manajemen Stres

Seorang wanita biasanya lebih cepat bereaksi dengan setiap kondisidaripada seorang pria. Begitu juga ketika seorang wanita sedang hamil dantidak dapat menyesuaikan diri terhadap perubahan maka bisa membuatnyamudah stres. Ada beberapa hal dan cara yang dapat mengurangi tingkat stresselama kehamilan yaitu dukungan suami, menghindari pekerjaan yang beresiko, melakukan yoga, mengikuti senam hamil dan melakukan manajemen stres dengan beberapa pendekatan yaitu fisik, emosi, pikiran, spiritual, dan lingkungan (Yuniar Mahsyie, 2020).

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi tingkat stress pada ibu hamil yaitu salah satunya dengan pemberian konseling, konseling sangat diperlukan untuk mengurangi kecemasan dengan meminta ibu-ibu untuk tinggal di rumah, mencuci tangan, memakai masker, makan makanan bergizi, memeriksakan kehamilannya, melakukan senam ibu hamil di rumah, dan mencari pertolongan saat menghadapi keadaan darurat (Yanuar Masye. 2020).

Selain konseling terdapat beberapa terapi non farmakologis yang dapat digunakan oleh ibu hamil untuk mengurangi kecemasan, mengingat minimnya dampak yang dapat diakibatkan dari terapi non farmakologi ini dibandingkan dengan terapi farmakologi. Terapi farmakologi dilakukan dengan pemberian obat anti ansietas, namun pemberian obat ini dapat menyebabkan risiko tinggi ketergantungan obat, BBLR, bayi lahir prematur sehingga 29 lebih dianjurkan. Bisa juga dengan menggunakan terapi non

farmakologis diantaranya:

4. Tetap menjalin interaksi dan komunikasi dengan orang-orang terdekat. Melakukan komunikasi berkala dengan keluarga, teman, dan sahabat menggunakan perangkat elektronik yang ada.
5. Mencari dan mengakses informasi dengan lebih bijak.
6. Menerapkan perilaku hidup bersih sehat (PHBS) pada diri sendiri, keluarga, dan orang sekitar.
7. Menghubungi tenaga profesional, mencari bantuan tenaga profesional seperti bantuan layanan psikologis untuk mengurangi ketakutan, kekhawatiran hingga kecemasan yang dialami bukanlah suatu hal yang memalukan. Layanan-layanan psikologis atau profesional yang terpercaya dapat membantu, seperti rumah sakit atau biro-biro layanan psikologi (Yanuar Mahsyie, 2020).

BAB 3

METODE

3.1 Strategi Pencarian

3.1.1 Framework

Strategi yang digunakan untuk mencari artikel menggunakan kerangka PICOS.

1. Populasi / masalah, populasi atau masalah yang akan dianalisis dalam literature riview ini adalah Ibu Hamil berdasarkan studi empiris 5 tahun terakhir
2. Intervensi, manajemen kasus pribadi atau komunitas, menjelaskan tentangtatalakana masalah yang dapat berupa intervensi untuk terapi obat, diagnosis pemerikaan klinik dengan alat tertentu dan faktor prognostik dalam suatu tindakan atau kebijakan untuk pencegahan. Dalam literature riview ini adalah Pendidikan dan pengetahuan, sikap dan perilaku
3. Comparation, manajemen lain digunakan sebagai pembanding dalam literature riview ini tidak ada faktor pembanding.
4. Outcome, hasil atau hasil yang diperoleh dari penelitian Dalam literature riview ini outcomenya adalah ada signifikasi antara tingkat stres pada ibu hamil dimasa pandemiberdasarkan studi empiris 5 tahun terakhir.
5. Studi Design, desain studi untuk direview dalam jurnal Dalam literature riview ini sesuai dengan studi empiris lima tahun terakhir

adalah Mix methods study, cross-sectional study, case-control study, qualitative study dan experimental study

3.1.2 *Keyword*

Pencarian artikel atau jurnal dapat mempermudah dalam menentukan artikel atau jurnal mana yang digunakan dengan menggunakan kata kunci yang digunakan untuk memperluas atau menentukan pencarian anda. Kata kunci yang digunakan dalam penelitian ini yaitu, *pregnancy during a pandemic*”, “*stress management in pregnant woman*”, AND “*risk of stress in pregnancy*”.

3.1.3 *Database*

Data yang digunakan dalam penelitian ini bukan dari observasi langsung, melainkan dari data sekunder yang diperoleh dari studi yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya. Sumber data sekunder yang diperoleh berupa artikel atau jurnal yang berkaitan dengan subjek dilakukan dengan menggunakan basis data melalui: *BioMed*, *NCBI*, *PubMed*, *SAGEpub*, dan *Science Direct*, *Google Scholar*.

3.2 Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Tabel 3.1 Kriteria inklusi dan eksklusi

Kriteria	Inklusi	Eksklusi
Population	Jurnal nasional dan internasional yang berhubungan dengan topik penelitian yakni manajemen stres pada ibu hamil dimasa pandemi	Jurnal nasional dan internasional dengan topik penelitian masalah stress pada ibu hamil dimasa pandemi
Intervention	Pendidikan dan pengetahuan, sikap dan perilaku	Konseling, faktor medikasi, health edukasi
Comparation	Tidak ada faktor pembanding	Tidak ada faktor pembanding
Outcome	Ada hubungan dengan tingkat stres pada ibu hamil dimasa pandemi	Tidak ada hubungan tingkat stres pada ibu hamil dimasa pandemi
Study Design	Mix methods study, cross-sectional study, case-control study,	Buku, Review Artikel, Conference abstrak

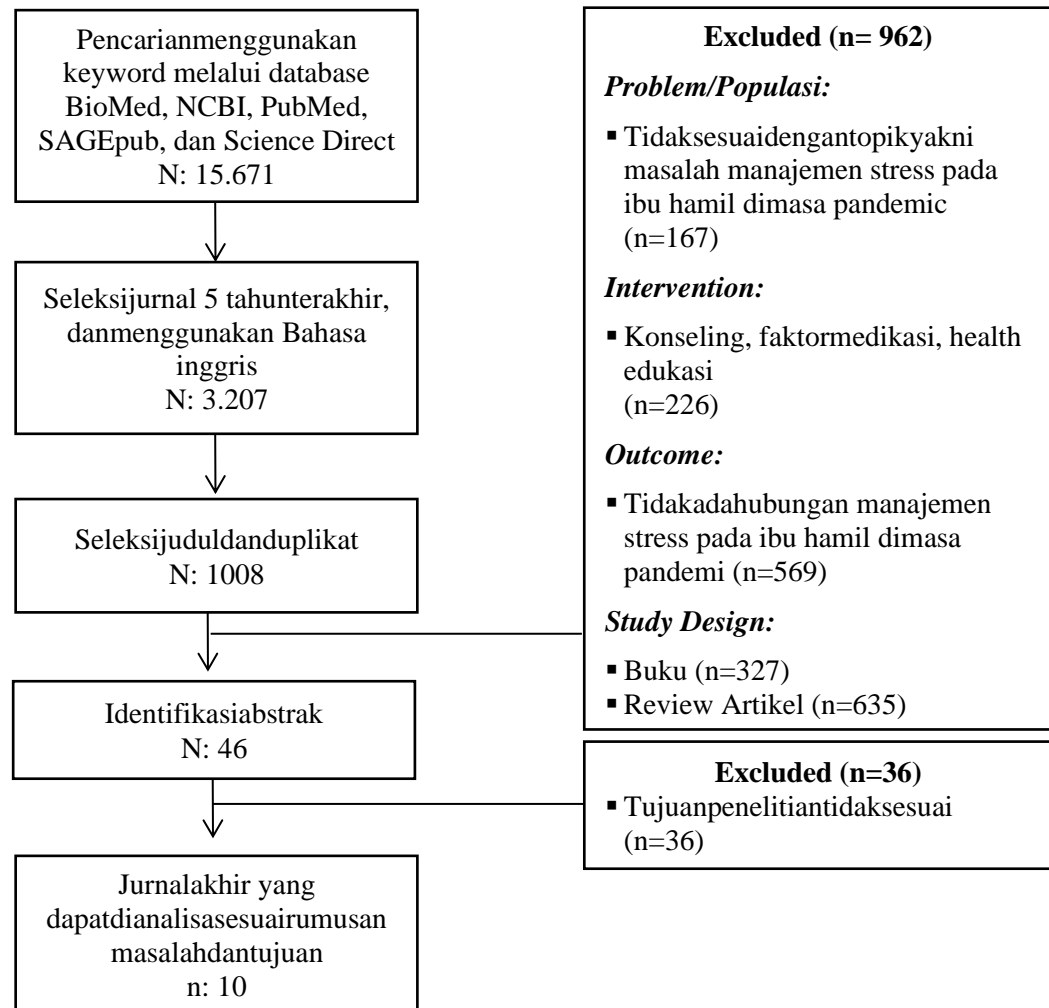
	qualitative study, cohort study, experimental study	
Tahun Terbit	Artikel atau jurnal yang terbit tahun 2016 – 2020	Artikel atau jurnal yang terbit sebelum tahun 2016
Bahasa	Bahasa inggris	Selain bahasa inggris

3.3 Seleksi Studi dan Penilaian Kualitas

3.3.1 Hasil pencarian dan seleksi studi

Pencarian artikel atau jurnal melalui publikasi *BioMed*, *NCBI*, *PubMed*, *SAGEpub*, dan *Science Direct*, *Scholar*.

Menggunakan kata kunci “*pregnancy during a pandemic*”, “*stress management in pregnant woman*”, dan “*risk of stress in pregnancy*”.peneliti menemukan 15.671. Jurnal penelitian dipilih berdasarkan tahun publikasi, dengan 3207 jurnal yang diterbitkan di bawah tahun 2020 dikecualikan. Evaluasi kelayakan 1008 jurnal dipilih berdasarkan judul, diperoleh 46 jurnal untuk identifikasi abstrak, dan diperoleh 10 jurnal.



Gambar 3.1 Diagram alur review jurnal

3.3.2 Hasil pencarian

Kajian pustaka ini menjawab tujuan dengan mengklasifikasikan data serupa yang diekstraksi sesuai dengan hasil pengukuran dan mensintesisnya secara naratif. Jurnal penelitian berdasarkan kriteria inklusi

dikumpulkan, kemudian disusun ringkasan jurnal yang memuat nama peneliti, tahun terbit, judul, metode, dan hasil penelitian serta database.

Tabel 3.2 Daftar artikel hasil pencarian

No.	Author	Tahun	Volume	Judul	Metode	Hasil	Database
1.	Nora K. Schaal, 2021	2021	Vol.2021	The German version of the Pandemic-Related Pregnancy Stress Scale	D : <i>Cross-sectional study</i> S : <i>Proportional random sampling</i> V : Pengetahuan dan stress in pragnancy I : <i>Semistructured questionnaire</i> A : ANOVA	Hasil penelitian menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar responden (73,4%) menyadari ketidaknyamanan dan resiko hamil saat pandemi, dan kebanyakan dari responden mengalami ketakutan dan panik ketika menjalani kehamilan. Pengetahuan responden tentang bahaya COVID-19 (57,3%) tetapi sikap yang di berikan oleh responden baik (80,2%).	httpspubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33166796
2.	Jennifer E. Khourya,b, 2021	2021	Vol.21	<i>COVID-19 and mental health</i>	D : <i>Cross-sectional study</i> S : <i>Proportional</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa 68,3%	httpswww.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0165032721000409

No.	Author	Tahun	Volume	Judul	Metode	Hasil	Database
				<i>during pregnancy</i>	<i>random sampling</i> V : <i>Pengetahuan dan stress in pragnancy</i> I : <i>Interviewer administered questionnaire</i> A : <i>Regresi Logistik</i>	reponden memiliki pengetahuan corona virus buruk, 48,1% responden memilih untuk mencari informasi sendiri dengan gadget, dan 69,5% responden memilih pergi ke tenaga medis untuk mendapat informasi . Secara umum, 60,3% responden memiliki pengetahuan tentang corona virus yang buruk.	
3.	Jianping Guanb, 2021	2021	Vol.21	<i>Psychological effects caused by COVID-19 pandemic on pregnant women</i>	D : <i>Cross-sectional</i> S : <i>Proportional random sampling</i> V : <i>Knowledge, management stres in</i>	Hasil penelitian menunjukkan ibu hamil sangat rentan terkena virus corona (67%) adalah sumber utama informasi terkait	httpswww.sciencedirect.comsciencearticleabspiiS1876201820306468

No.	Author	Tahun	Volume	Judul	Metode	Hasil	Database
					<p><i>pragnancy</i></p> <p>I : <i>Questionnaire</i></p> <p>A : <i>Descriptive analysis</i></p>	<p>stres pada ibu hamil di masa pandemi. Mayoritas (77,7%) dari responden tidak pernah memiliki kelas atau sesi tentang pendidikan terkait pengetahuan sekitar covid 19. Sekitar (44%) tahu bahwa stres adalah fenomena fisiologis sementara 60,2% berasal dari kepanikan ibu dengan baha covid 19. Hampir 40% responden penelitian kami mengalami stres pada kehamilan di masa pandemi.</p>	
4.	MUSRADINUR1, 2016	2016	Vol.10	STRES DAN CARA	<p>D : <i>Case-control study</i></p> <p>S : Quota</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa reponden</p>	<p>httpsjurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/cobaBK/article/view/815632</p>

No.	Author	Tahun	Volume	Judul	Metode	Hasil	Database
				MENGATASINYA DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI	<p>sampling</p> <p>V : Stress dan cara mengatasi</p> <p>I : <i>Swabs and questionnaire collection</i></p> <p>A : Regresi Logistik</p>	yang melakukan terapi rileksasi atau dengan mencari informasi sekitar covid-19 mereka lebih merasa nyaman dibandingkan dengan yang tidak melakukan terapi mandiri atau dengan bantuan nakes.	
5.	Sehmawati1, 2021	2021	Vol.15	Self-Hypnosis Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Dalam Persiapan Menghadapi Persalinan Di Masa Pandemic Covid-19	<p>D : <i>Qualitative study</i></p> <p>S : <i>Purposive sampling</i></p> <p>V : Tingkat kecemasan ibu hamil di masa pandemi covid-19</p> <p>I : <i>Note taking and audio-</i></p>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan informasi yang akurat tentang covid-19 dapat membantu mengurangi kecemasan ibu saat hamil, serta memberikan kesadaran dan	http://jurnal.unw.ac.id/1254/index.php/semnasbidanarticleview820

No.	Author	Tahun	Volume	Judul	Metode	Hasil	Database
					<i>recording</i> A : <i>Descriptive analysis</i>	pengetahuan bahaya stres berkelanjutan saat menghadapi kehamilan.	
6.	Utari Riyantini Eka Putri, 2021	2021	Vol.78	GAMBARAN TINGKAT STRES MENGHADAPI PERSALINAN DI MASA PANDEMI COVID-19	D : <i>Cross-sectional study</i> S : <i>Purposive sampling</i> V : Gambaran tingkat stress ibu hamil dalam menghadapi persalinan pada masa pandemic covid-19 I : <i>Questionnaire and focus group discussions</i> A : <i>Spearman's rank</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa 40% responden menyadari corona virus dan mayoritas responden (95,7%) tidak tahu sumber dari wabah virus tersebut.	httpseprints.ukh.ac.id/eprint/1014
7.	Yuniar mansye, 2020	2020	Vol. 21	Manajemen stress pada ibu hamil	D : <i>Case-control study</i> S : <i>Quota sampling</i> V : Manajemen	Resiko jika tingkat stres dibiarkan maka akan menimbulkan	fileCUsersOwnerDownloadsPenyuluhan-Kesehatan-Management-Stress-Pada-Ibu-Hamil.pdf

No.	Author	Tahun	Volume	Judul	Metode	Hasil	Database
					stress pada ibu hamil I : <i>CDC diagnostic</i> A : <i>Regresi Logistik</i>	efek pada janin, seperti terjadinya prematuritas hingga kematian janin akibat stres	
8.	Kemenkes RI, 2020	2020	Vol. 210	Pedoman pelayanan antenatal persalinan nifas dan bbl di era adaptasi kebiasaan baru	D : <i>Cross-sectional study</i> S : <i>Stratified random sampling</i> V : Pedoman pelayanan anc di masa pandemi covid-19 I : <i>Questionnaires and surveys</i> A : <i>Regresi Logistik</i>	Risiko kegawat daruratan janin meningkat, karena jumlah masalah kesehatan mental ibu dan janin meningkat. Tingkat panik yang tinggi, suasana hati depresi, dan konseling psikologis dikaitkan dengan peningkatan risiko jika stress tidak segera ditangani.	https://covid19.go.id/storage/app/media/Materi%2520Edukasi2020Oktoberrevisi-2-a5-pedoman-pelayanan-antenatal-persalinan-nifas-dan-bbl-di-era-adaptasi-kebiasaan-baru.pdf
9.	Ruliati, 2021	2021	Vol. 33	Hubungan pengetahuan tentang virus	D : <i>Cross-sectional study</i> S : <i>Purposive sampling</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil sangat stres	https://digilib.stikesicme-jbg.ac.id/ojs/index.php/jicarticle/view/848

No.	Author	Tahun	Volume	Judul	Metode	Hasil	Database
				korona dengan kepatuhan memakai masker diluar rumah	V : <i>Corona virus</i> I : <i>Online questionnaire</i> A : <i>Spearman's rank</i>	ditemukan pada 92% responden dan tingan kecemasan ibu dengan skala stres sdang 55%.	
10.	Alison shea, 2019	2019	Vol. 35	<i>Pharmacogenetics and the neonatal abstinence syndrome following maternal antidepressant use in pregnancy</i>	D : <i>Cross-sectional study</i> S : <i>Purposive sampling</i> V : <i>Depression Pragnancy woman in pandemic</i> I : <i>Questionnaire</i> A : <i>Regresi Logistik</i>	Studi ini menunjukkan bahwa hubungan terbalik yang signifikan antara pentingnya informasi dengan pengurangan tingkat stres pada ibu hamil dimasa pandemi..	Pubmed pubmed.ncbi.nlm.nih.gov%

BAB 4
HASIL DAN ANALISIS

4.1 Hasil

Tabel 4.1 Hasil Literature Review

No.	Kategori	f	%
A. Tahun Publikasi			
	1. 2016	1	10
	2. 2019	1	10
	3. 2020	2	20
	4. 2021	6	60
	Total	10	100%
B. Desain Penelitian			
	1. Cross Sectional	10	100
C. Sampling Penelitian			
	1. Purposive sampling	5	50
	2. Accidental sampling	2	20
	3. Total sampling	3	30
D. Instrumen Penelitian			
	1. Kuesioner	10	100
E. Analisis Penelitian			
	1. Chi square	7	70
	2. Regresi logistic	3	30

Hasil literatur review artikel penelitian mendapatkan hasil bahwa artikel yang dilakukan review adalah artikel yang dipublikasikan sebagian kecil pada tahun 2021 yaitu 40% atau sebanyak 4 artikel. Desain yang digunakan dari artikel yang dilakukan literature review seluruhnya menggunakan cross sectional yaitu sebesar 100% atau sebanyak 10 artikel. Hasil literatur review artikel penelitian juga mendapatkan hasil bahwa setengah dari artikel menggunakan sampling purposive sampling yaitu 5 artikel penelitian (50%) dengan seluruhnya menggunakan instrumen penelitian berupa kuesioner yaitu sebanyak 10 artikel (100%) serta sebagian besar

menggunakan analisis statistik penelitian dengan chi square yaitu sebanyak 7 artikel (70%).

4.2 Analisis

Tabel 4.2 Hasil Literature Review

Hasil Literature Review	Sumber Empiris Utama
Stress pada ibu hamil di masa pandemic covid-19	
Hasil analisis dari 10 artikel yang direview menunjukkan bahwa seluruhnya penelitian dilakukan pada responden ibu hamil yang mengalami stress pada masa kehamilan khususnya di masa pandemic covid-19	(Psychological effects caused by COVID-19 pandemic on pregnant women: A systematic review with meta-analysis Si Fana, Jianping Guanb, Li Caob, Manli Wangb, Hua Zhaob, Lili Chenb,c,*, Lei Yana,b,*2021)
Tingkat stress pada ibu hamil di masa pandemic covid-19	
Hasil analisis dari 10 artikel yang direview menunjukkan bahwa tingkat kejadian stress ibu hamil pada responden adalah ibu hamil mengalami stress berat pada masa pandemic covid-19, dan pada tahun 2020 ibu hamil dengan tingkat stress berat mengalami peningkatan yaitu dari 2,55% menjadi 31,4%.	(Ach Psychological effects caused by COVID-19 pandemic on pregnant women: A systematic review with meta-analysis Si Fana, Jianping Guanb, Li Caob, Manli Wangb, Hua Zhaob, Lili Chenb,c,*, Lei Yana,b,*2021)
Dampak stress pada ibu hamil di masa pandemic covid-19	
Hasil analisis dari literatur review didapatkan bahwa kejadian tres pada ibu hamil dapat menimbulkan dampak negative pada ibu dan janin, diantaranya dapat menyebabkan abortus atau prematuritas.	(COVID-19 and mental health during pregnancy: The importance of cognitive appraisal and social support Jennifer E. Khourya,b,*, Leslie Atkinsonc, Teresa Bennetta,b, Susan M. Jackb,d, Andrea Gonzaleza,b. 2021)
Hasil analisis dari literatur review didapatkan bahwa kejadian tres pada ibu hamil dapat menimbulkan dampak negative pada ibu dan janin, diantaranya dapat menyebabkan hipertensi hingga kematian ibu saat menghadapi persalinan.	(Self-Hypnosis Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Dalam Persiapan Menghadapi Persalinan Di Masa Pandemic Covid-19 Sehmawati1, Anggita Septyani Permatasari2,2021)
Manajemen stress pada ibu hamil di masa pandemic covid-19	
Hasil analisis dari literatur review didapatkan bahwa management stress pada ibu hamil sangat berpengaruh penting pada psikis ibu hamil, dengan menerapkan manajemen stress non farmatik atau dengan tanpa obat obatan ibu bisa menerapkannya pada kegiatan sehari hari dan melakukan hal positif lainnya.	(“Manajemen Stres Pada Ibu Hamil” 2021 Yuniar Mansye Soeli, S.Kep, Ns., M.Kep, Sp.Kep.J 198506212008122003)

Kebijakan pemerintah dengan memberlakukan pembatasan sosial mengakibatkan kurangnya dukungan sosial untuk banyak wanita hamil karena mereka terpisah dari orang yang mereka cintai, kecemasan ibu terhadap dampak yang akan terjadi kepada dirinya dan si calon bayi membuat ibu merasa lebih tertekan akan rasa takut jika hal itu terjadi. Dampak ekonomi juga berpengaruh pada kecemasan ibu hamil. Kecemasan pada wanita hamil dapat memicu terjadinya rangsangan kontraksi rahim yang sangat membahayakan terutama pada trimester satu (Yuniar Mansye,2021).

Hasil literatur review 10 artikel penelitian (Nora k schaal., 2021; Jennifer E, 2021; Jinaping Guanb., 2021; Musradinuri, 2016; Sehmawati, 2021; Utari Riyana E, 2021; Yuniar Mahsy, 2020; Kemenkes RI., 2020; Ruliati., 2021; Alison Shea., 2019) keseluruhan didapatkan bahwa Kebijakan pemerintah dengan memberlakukan pembatasan sosial. Dampak ekonomi juga berpengaruh pada kecemasan ibu hamil. Kecemasan pada wanita hamil dapat memicu terjadinya rangsangan kontraksi rahim yang sangat membahayakan terutama pada trimester satu yang bisa berakibat terjadinya abortus. Hasil review dari 10 artikel penelitian juga menyebutkan bahwa timbulnya stress pada ibu hamil pada masa pandemic ini juga dipengaruhi oleh berbagai faktor penyebab seperti dinyatakan dalam hasil review yang menyebutkan bahwa kejadian stress bisa disebabkan karena faktor ekonomi, rasa tertekan karena takut dirinya dan si calon bayi terpapar oleh virus covid-19, dan juga rasa takut ibu untuk dilakukan tes swab atau pcr.

BAB 5

PEMBAHASAN

5.1 Stres Pada Ibu Hamil Di Masa Pandemi Covid-19

Hasil review dari artikel penelitian menunjukkan bahwa seluruh artikel penelitian yaitu sebesar 100% atau sebanyak 10 artikel yang direview perilaku stress pada ibu hamil di masa pandemi covid-19. Hasil literatur review artikel penelitian dari (Nora k schaal., 2021; Jennifer E, 2021; Jinaping Guanb., 2021; Musradinuri, 2016; Sehmawati, 2021; Utari Riyana E, 2021; Yuniar Mahsyie, 2020; Kemenkes RI., 2020; Ruliati., 2021; Alison Shea., 2019) Kehamilan di era pandemi COVID-19 menyebabkan timbulnya kecemasan tersendiri bagi ibu hamil. Penyakit ini rawan menyerang ibu hamil karena pada saat hamil sistem kekebalan tubuh berubah, sehingga wanita hamil beresiko memiliki gejala lebih berat dibandingkan wanita yang tidak hamil. Hal inilah yang meningkatkan resiko stres pada ibu hamil (Kemenkes RI, 2020). Sebanyak 85,5% ibu hamil mengalami kecemasan ringan sebanyak 13,4% kecemasan sedang dan 2,55% kecemasan berat (Rizqia, 2018). Dan pada tahun 2020 dilakukan penelitian oleh Kemenkes dengan hasil menunjukkan bahwa 31.4% mengalami kecemasan sangat berat, 12.9% mengalami kecemasan berat, dan sisanya ibu tidak mengalami kecemasan atau dalam keadaan normal. Pandemi virus corona memang meningkatkan kecemasan pada ibu hamil yang perlu diatasi untuk menghindari dampak negatif pada ibu dan janinnya (Kemenkes RI, 2020).

Kebijakan pemerintah dengan memberlakukan pembatasan sosial mengakibatkan kurangnya dukungan sosial untuk banyak wanita hamil karena mereka terpisah dari orang yang mereka cintai, kecemasan ibu terhadap dampak yang akan terjadi kepada dirinya dan si calon bayi membuat ibu merasa lebih tertekan akan rasa takut jika hal itu terjadi. Dampak ekonomi juga berpengaruh pada kecemasan ibu hamil. Kecemasan pada wanita hamil dapat memicu terjadinya rangsangan kontraksi rahim yang sangat membahayakan terutama pada trimester satu (Yuniar Mansye,2021).

Menurut pendapat peneliti, stress pada ibu hamil yang terjadi pada masa pandemic covid-19 ini bisa terjadi karena beberapa factor diantaranya factor ekonomi dan factor psikis dimana ibu merasa tertekan dengan kondisi yang sefgalanya harus dibatasi, pemilihan melakukan manajemen stress pada ibu hamil sangatlah tepat ungtuk mengurangi tingkat kecemasan ibu hamil yang terjadi dimasa pandemic covid-19 saat ini.

5.2 COVID-19

Hasil review dari artikel penelitian menunjukkan bahwa seluruh artikel penelitian yaitu sebesar 100% atau sebanyak 10 artikel yang direview perilaku stress pada ibu hamil di masa pandemi covid-19. Hasil literatur review artikel penelitian dari (Nora k schaal., 2021; Jennifer E, 2021; Jinaping Guanb., 2021; Musradinuri, 2016; Sehmawati, 2021; Utari Riyana E, 2021; Yuniar Mahsye, 2020; Kemenkes RI., 2020; Ruliati., 2021; Alison Shea., 2019) Infeksi virus Corona atau COVID-19 disebabkan oleh coronavirus, yaitu kelompok virus yang menginfeksi sistem pernapasan. Pada sebagian besar kasus, coronavirus hanya menyebabkan infeksi

pernapasan ringan sampai sedang, seperti flu. Akan tetapi, virus ini juga bisa menyebabkan infeksi pernapasan berat, seperti pneumonia, *Middle-East Respiratory Syndrome* (MERS) dan *Severe Acute Respiratory Syndrome* (SARS).

Virus Corona dapat menginfeksi siapa saja, tetapi efeknya akan lebih berbahaya atau bahkan fatal bila terjadi pada orang lanjut usia, ibu hamil, orang yang memiliki penyakit tertentu, perokok, atau orang yang daya tahan tubuhnya lemah, misalnya pada penderita kanker (kemenkes RI, 2020).

Menurut peneliti dengan kondisi saat ini sangat rawan ibu hamil terpapar virus mematikan / COVID-19. Dengan mematuhi protikol kesehatan dan melakukan semua kegiatan dirumah akan mejadikan tameng kuat pada ibu hamil agar tidak terpapar virus mematikan tersebut.

5.3 Manajemen Stres Pada Ibu Hamil di masa pandemic covid-19

Hasil review dari artikel penelitian menunjukkan bahwa seluruh artikel penelitian yaitu sebesar 100% atau sebanyak 10 artikel yang direview menerapkan manajemen stress pada ibu hamil di masa pandemi covid-19. Hasil literatur review artikel penelitian dari (Nora k schaal., 2021; Jennifer E, 2021; Jinaping Guanb., 2021; Musradinuri, 2016; Sehmawati, 2021; Utari Riyana E, 2021; Yuniar Mahsy, 2020; Kemenkes RI., 2020; Ruliati., 2021; Alison Shea., 2019) mendapatkan hasil bahwa pilihan untuk mengatasi tingkat stress pada ibu hamil di masa pandemic covid-19 ini dengan menerapkan manajemen stress sesuai yang dialami pada ibu hamil saat ini.

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi tingkat stress pada ibu hamil yaitu salah satunya dengan pemberian konseling, konseling sangat

diperlukan untuk mengurangi kecemasan dengan meminta ibu-ibu untuk tinggal di rumah, mencuci tangan, memakai masker, makan makanan bergizi, memeriksakan kehamilannya, melakukan senam ibu hamil di rumah, dan mencari pertolongan saat menghadapi keadaan darurat (Yanuar Mahsy, 2020).

Selain konseling terdapat beberapa terapi non farmakologis yang dapat digunakan oleh ibu hamil untuk mengurangi kecemasan, mengingat minimnya dampak yang dapat diakibatkan dari terapi non farmakologi ini dibandingkan dengan terapi farmakologi. Terapi farmakologi dilakukan dengan pemberian obat anti ansietas, namun pemberian obat ini dapat menyebabkan risiko tinggi ketergantungan obat, BBLR, bayi lahir prematur sehingga 29 lebih dianjurkan. Bisa juga dengan menggunakan terapi non farmakologis diantaranya: 1) Tetap menjalin interaksi dan komunikasi dengan orang-orang terdekat. Melakukan komunikasi berkala dengan keluarga, teman, dan sahabat menggunakan perangkat elektronik yang ada. 2) Mencari dan mengakses informasi dengan lebih bijak. 3) Menerapkan perilaku hidup bersih sehat (PHBS) pada diri sendiri, keluarga, dan orang sekitar. 4) Menghubungi tenaga profesional, mencari bantuan tenaga profesional seperti bantuan layanan psikologis untuk mengurangi ketakutan, kekhawatiran hingga kecemasan yang dialami bukanlah suatu hal yang memalukan. Layanan-layanan psikologis atau profesional yang terpercaya dapat membantu, seperti rumah sakit atau biro-biro layanan psikologi (Yuniar Mahsy, 2020).

Menurut sudut pandang penulis, tingkat kecemasan yang dialami ibu hamil di masa pandemic covid-19 ini bisa di minimalisir dengan menerapkan manajemen stress dengan bebrapa cara nonfarmakologi terbukti lebih efisien dan minim resiko untuk di terapkan oleh ibuhamil yang mengalaminya. sehingga ibu hanya perlu memanajemen kondisi saat ini seperti melakukan hal hal yang positif dan bisa mengurangi tingkat stress pada ibu.

BAB 6

PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan literature review artikel hasil penelitian didapatkan hasil bahwa sangat efisien untuk penerapan manajemen stress non farmakologis dengan tingkat stress pada ibu hamil dimasa pandemic covid-19. Dengan upaya pemberian konseling sangat diperlukan untuk mengurangi kecemasan dengan meminta ibu-ibu untuk tinggal di rumah, mencuci tangan, memakai masker, makan makanan bergizi, memeriksakan kehamilannya, melakukan senam ibu hamil di rumah, dan mencari pertolongan saat menghadapi keadaan darurat.

6.2 Saran

1. Ibu Hamil

Ibu diharapkan mampu melakukan manajemen stress secara mandiri sehingga akan membantu segera mengurangi tingkat stress yang dialami ibu di masa saat ini.

2. Bidan

Diharapkan bidan dapat meminimalkan kejadian stress yang dialami oleh ibu hamil saat ini dengan cara memantau kondisi ibu meskipun tidak dengan tatap muka bisa dengan cara virtual, memberikan edukasi dan konseling sesuai yang di butuhkan oleh ibu atau klien.

DAFTAR PUSTAKA

- Berghella, V. (2020). Coronavirus disease 2019 (COVID-19): Pregnancy issues', UpToDate, pp. 1–22. Available at: https://www.uptodate.com/contents/coronavirus-disease-2019-covid-19-pregnancy-issues/print?search=coronavirus&source=search_result&selectedTitle=3~150&usage_type=default&display_rank=3.
- Cameron, E. E. et al. (2021). Maternal Psychological Distress & Mental Health Service Use During the COVID-19 Pandemic, *Journal of Affective Disorders*, (May). doi: 10.1016/j.jad.2020.07.081.
- Capobianco, G. et al. (2021). COVID-19 in pregnant women: A systematic review and meta-analysis. *European Journal of Obstetrics and Gynecology and Reproductive Biology*. Elsevier Ireland Ltd, (2019). doi: 10.1016/j.ejogrb.2020.07.006.
- Corbett, G. A. et al. (2021). Health anxiety and behavioural changes of pregnant women during the COVID-19 pandemic', *European Journal of Obstetrics and Gynecology and Reproductive Biology*, 249, pp. 96–97. doi: 10.1016/j.ejogrb.2020.04.022.
- Lebel, C. et al. (2020) 'Elevated depression and anxiety among pregnant individuals during the COVID-19 pandemic', (July). doi: 10.31234/osf.io/gdhkt.
- Lim, L. M. et al. (2021) 'Special Report and pregnancy', *The American Journal of Obstetrics & Gynecology*, 222(6), pp. 521–531. doi: 10.1016/j.ajog.2020.03.021.
- López, M. et al. (2020) 'Coronavirus Disease 2019 in Pregnancy: A Clinical Management Protocol and Considerations for Practice', *Fetal Diagnosis and Therapy*, pp. 519–528. doi: 10.1159/000508487.
- Martins-Filho, P. R. et al. (2020) 'COVID-19 during pregnancy: Potential risk for neurodevelopmental disorders in neonates?', *European Journal of Obstetrics and Gynecology and Reproductive Biology*. Elsevier Ireland Ltd, 250, pp. 255–256. doi: 10.1016/j.ejogrb.2020.05.015.
- Phoswa, W. N. and Khaliq, O. P. (2020) 'Is pregnancy a risk factor of COVID-19?', *European Journal of Obstetrics and Gynecology and Reproductive Biology*. Elsevier Ireland Ltd, (2019), pp. 4–8. doi: 10.1016/j.ejogrb.2020.06.058.
- Poon, L. C. et al. (2021) 'Global interim guidance on coronavirus disease 2019 (COVID-19) during pregnancy and puerperium from FIGO and allied partners: Information for healthcare professionals', *International Journal of Gynecology and Obstetrics*, 149(3), pp. 273–286. doi: 10.1002/ijgo.13156.
- WHO (2021) 'COVID-19 and pregnancy interim guidance'.

Zhao, S. et al. (2020) 'Preliminary estimation of the basic reproduction number of novel coronavirus (2019-nCoV) in China, from 2019 to 2020: A data-driven analysis in the early phase of the outbreak', *International Journal of Infectious Diseases*. International Society for Infectious Diseases, 92, pp. 214–217. doi: 10.1016/j.ijid.2020.01.050.

Zhao, X. et al. (2020) 'Analysis of the susceptibility to COVID-19 in pregnancy and recommendations on potential drug screening', *European Journal of Clinical Microbiology and Infectious Diseases*. *European Journal of Clinical Microbiology & Infectious Diseases*, 39(7), pp. 1209–1220. doi: 10.1007/s10096-020-03897-6.

Herdiyani.2020Pengertianstres.<http://dedeh89psikologi.blogspot.in/2013/04/pengertian-stress.html?m=1>. Di akses pada 10 Desember 2020, pukul 15.00WIB)

Liana,Merry.2019.Faktor Psikologis yang mempengaruhi Kehamilan.<http://merry-ceations.blogspot.in/2013/02/faktor-psikologis-yang-mempengaruhi.html?m=1>. (Di akses pada 10 Desember 2020, pukul 20.00WIB).