

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Kehamilan merupakan proses fisiologis yang akan dialami oleh setiap wanita. Dalam proses kehamilan terjadi perubahan-perubahan baik perubahan fisik, fisiologis maupun psikologis, terlebih bila kehamilan tersebut merupakan peristiwa yang pertama kali, yang merupakan pengalaman baru dan dapat menjadi faktor yang menimbulkan kecemasan, dimana beberapa stresor dapat diduga dan ada yang tidak terduga (tidak terantisipasi) misalnya komplikasi kehamilan. Perubahan psikologis pada masa kehamilan yang tidak dapat ditangani oleh ibu umumnya akan menyebabkan terjadinya kecemasan pada ibu hamil (Ningrum, 2023).

Kecemasan pada ibu hamil dapat berdampak negatif pada ibu, seperti persalinan yang lama dan masalah emosional pasca-melahirkan, serta pada janin, seperti berat badan lahir rendah, kelahiran prematur, gangguan perkembangan, dan masalah perilaku di kemudian hari. Kecemasan juga bisa memengaruhi pola sirkulasi janin, menyebabkan penurunan aliran darah ke janin. Dampak pada ibu biasanya terjadi pada proses persalinan, kecemasan berlebihan dapat menghambat kontraksi uterus yang efektif karena pelepasan hormon stres seperti adrenalin, menyebabkan persalinan menjadi lebih lama. Ibu yang mengalami kecemasan saat hamil berisiko lebih tinggi mengalami masalah emosional, seperti depresi, setelah melahirkan. Sedangkan dampak pada janin dapat terjadi risiko prematuritas dan berat lahir rendah, kecemasan pada ibu dikaitkan dengan peningkatan risiko bayi lahir prematur dan

memiliki berat badan lahir rendah. Gangguan perkembangan janin, baik secara kognitif maupun motorik. Anak dari ibu yang cemas cenderung menunjukkan lebih banyak rasa takut, kesulitan berperilaku sosial, hiperaktivitas, dan masalah emosional saat dewasa.

Data World Health Organization (WHO) tahun 2020 sekitar 8-10 % kecemasan selama kehamilan, dan meningkat menjadi 12% ketika menjelang persalinan (Sumantri & Yuliani, 2025). Di Indonesia tahun 2020 menunjukkan bahwa prevalensi ibu hamil yang mengalami kecemasan sekitar 43,3% dan yang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan ada sekitar 48,7% (Susilawati, 2023). Di Provinsi Jatim pada tahun 2020 mengalami peningkatan terdapat 40,35% cemas berat, 31,58% cemas sedang, dan 28,07% cemas ringan (Rusmini et al., 2023). Di Kabupaten Mojokerto ditemukan terdapat 64,9% cemas berat, 19,3% cemas sedang dan 15,8% cemas ringan (Din.Kes.Kab.Mojokerto, 2024).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Pungging Kabupaten Mojokerto pada bulan September 2025 diperoleh jumlah ibu hamil trimester III yang memeriksakan kehamilannya sejak bulan Agustus sampai September 2025 adalah 25 orang. Hasil wawancara terhadap 5 orang ibu hamil trimester III didapatkan 3 orang (60%) ibu menyatakan cemas dalam menghadapi proses persalinan diantaranya adalah kurang adanya dukungan keluarga, dan riwayat kehamilan yang lalu serta takut bayinya tidak bisa lahir normal. Sedangkan 2 orang (40%) menghawatirkan terjadi komplikasi dalam persalinan dan kecacatan pada bayinya.

Penyebab kecemasan berasal dari interaksi berbagai faktor, yaitu biologis (genetik, ketidakseimbangan kimia otak), psikologis (pola asuh, kepribadian, peristiwa traumatis), dan sosial (masalah hubungan, tekanan pekerjaan atau sekolah, kurangnya dukungan sosial). Penyebab ini sering kali kompleks dan tidak dapat disimpulkan hanya dari satu faktor (Sari, 2021). Kecemasan yang terjadi terus menerus dapat menyebabkan saraf simpatis memacu kerja pernapasan paru-paru guna mengalirkan oksigen ke jantung sehingga jantung dengan kuat memompa darah guna dialirkan ke seluruh tubuh, termasuk yang dialirkan ke dalam janin melalui plasenta dalam rahim ibu. (Collins et al., 2022). Faktor yang mempengaruhi kecemasan dibagi menjadi dua meliputi faktor internal (jenis kelamin, umur, tingkat pendidikan, dan pengalaman di rawat) dan eksternal (kondisi medis/status kesehatan, akses informasi/pengetahuan, komunikasi terapeutik, lingkungan, fasilitas kesehatan). faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan pada ibu hamil dalam menghadapi persalinan berasal dari umur, keadaan fisik, sosial budaya, tingkat pendidikan, paritas, tingkat pengetahuan, pengalaman masa lalu, dan pikiran yang tidak rasional juga dapat faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan. (Susilawati, 2023). Dampak pada ibu biasanya terjadi pada proses persalinan, kecemasan berlebihan dapat menghambat kontraksi uterus yang efektif karena pelepasan hormon stres seperti adrenalin, menyebabkan persalinan menjadi lebih lama. Ibu yang mengalami kecemasan saat hamil berisiko lebih tinggi mengalami masalah emosional, seperti depresi, setelah melahirkan. Sedangkan dampak

pada janin dapat terjadi risiko prematuritas dan berat lahir rendah, kecemasan pada ibu dikaitkan dengan peningkatan risiko bayi lahir prematur dan memiliki berat badan lahir rendah. Gangguan perkembangan janin, baik secara kognitif maupun motorik (Sari, 2021).

Upaya mengatasi kecemasan pada ibu hamil trimester III antara lain melakukan relaksasi (seperti mandi air hangat, mendengarkan musik, atau hypnobirthing), berolahraga ringan secara teratur, memastikan istirahat yang cukup, dan menerapkan pola makan sehat. Selain itu, penting untuk berbicara dengan orang terdekat, seperti pasangan atau keluarga, serta mengikuti kelas khusus kehamilan untuk menambah pengetahuan dan rasa percaya diri. Upaya untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil trimester III mencakup komunikasi dan dukungan sosial, aktivitas fisik ringan dan relaksasi, serta persiapan praktis seperti mengikuti kelas ibu hamil dan menjaga gaya hidup sehat. Dengan melakukan langkah-langkah ini, ibu hamil dapat mengelola stres dan ketakutan menjelang persalinan (Oktamarin et al., 2022). Berdasarkan fenomena maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pada ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan di Puskesmas Pungging Kabupaten Mojokerto.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas maka penulis dapat merumuskan masalah penelitian sebagai berikut: apakah Faktor-faktor yang

mempengaruhi kecemasan pada ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan di Puskesmas Pungging Kabupaten Mojokerto.

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Mengetahui berbagai faktor yang berhubungan dengan kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan, meliputi usia, Pendidikan, Status Kehamilan, pekerjaan dan pengetahuan di Puskesmas Pungging Kabupaten Mojokerto.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### 1. Manfaat secara teoritis

- a. Bagi institusi pendidikan Sebagai masukan untuk memperluas wawasan mahasiswa dan menambah sumber referensi di perpustakaan.
- b. Bagi peneliti mendapatkan pemahaman lebih dalam tentang teori-teori yang berkaitan dengan kecemasan pada kehamilan dan persalinan selanjutnya Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai data awal untuk melaksanakan penelitian lebih lanjut yang berhubungan dengan factor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pada ibu hamil Trimester III dengan variabel yang lain dan metode penelitian yang berbeda.

#### 2. Manfaat secara praktis

- a. Bagi ibu hamil Memberikan informasi tambahan kepada masyarakat tentang faktor risiko kecemasan ibu hamil, sehingga diharapkan dapat

dilakukan upaya pencegahan terjadinya dampak negatif pada ibu hamil dan janinnya

- b. Bagi bidan Dapat digunakan sebagai salah satu bahan masukan dalam memberikan konsling tentang kecemasan dalam menghadapi kehamilan.

