

EDUKASI DALAM PAKET *CARING* TERHADAP PENGETAHUAN TENTANG KECEMASAN PADA IBU HAMIL

EDUCATION IN *CARING* PACKAGE ON KNOWLEDGE ABOUT ANXIETY OF PREGNANT WOMEN

¹⁾Risqi Dewi Aisyah, ²⁾ S. Suparni, ³⁾ F. Fitriyani

^{1,2,3)}Program Studi DIII Kebidanan

STIKES Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

Kampus I Jl. Raya Pekajangan No 87 Pekalongan 51172

*Email: aisyahrisqidewi@gmail.com, suparniluthfan@gmail.com, fitri.bundafiqi@gmail.com

ABSTRAK

. Kehamilan adalah periode terjadinya perubahan fisiologis, psikis, hormonal dan sosial. Kecemasan dalam kehamilan mendapatkan perhatian meningkat, karena dampaknya pada bayi dan resiko terjadinya depresi post partum. Pendidikan kesehatan adalah salah satu pendekatan terpenting yang digunakan untuk meningkatkan pengetahuan tentang kehamilan khususnya mengatasi kecemasan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh edukasi dalam paket *caring* terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil trimester III dalam mengatasi kecemasan. Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu (*quasy experiment*) yaitu peneliti mengukur variabel independent yaitu pengetahuan ibu hamil sebelum dan setelah diberikan edukasi. Desain penelitian ini adalah Observasional Analitik dengan menggunakan kuesioner. Pengambilan sampel menggunakan cluster random sampling sebanyak 75 ibu hamil trimester III. Uji yang digunakan adalah uji T berpasangan untuk mengetahui pengaruh edukasi dalam paket *caring* terhadap pengetahuan ibu hamil. Hasil uji menunjukkan bahwa ada pengaruh pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian edukasi cara mengatasi kecemasan ibu hamil dengan nilai *p* value sebesar 0,001. Saran bagi bidan hendaknya memberikan edukasi tidak hanya tentang kesehatan fisik tetapi juga kesehatan psikologis selama kehamilan.

Kata Kunci : Edukasi, Hamil, *Caring*, Kecemasan

ABSTRACT

*Pregnancy is a period in which physiological, psychic, hormonal and social changes are present, increasing the risk of emotional suffering and psychiatric morbidity in this stage of a woman's life. Anxiety in pregnancy gets increased attention, because of its impact on the baby and the risk of postpartum depression. Health education is one of the most important approaches used to improve knowledge about pregnancy especially overcome anxiety. The purpose of this study is to determine the effect of education in the caring package on increasing the knowledge of pregnant women third trimester in overcoming anxiety. This research type is quasi experiment (quasy experiment) that is researcher measure independent variable that is knowledge of pregnant mother before and after given education. The design of this study was Observational Analytic by using questionnaire. Sampling using cluster random sampling counted 75 trimester pregnant women III. The test used is paired T test to know the effect of education in caring package to pregnant woman knowledge. The test results indicate that there is influence of knowledge before and after giving of education how to overcome pregnant woman's anxiety with *p* value 0,001. Advice for the midwife hendaknya provide education not only about physical health but also psychological health during pregnancy.*

Keywords: Education, Pregnant, Caring, anxiety

PENDAHULUAN

Kehamilan adalah periode terjadinya perubahan fisiologis, psikis, hormonal dan sosial. Peningkatan gangguan emosional, tekanan psikologis sangat mungkin terjadi akibat adaptasi selama kehamilan. Gangguan ini dapat berupa perubahan emosi suasana hati negatif seperti kecemasan, stres,

kesedihan, depresi, dan frustrasi. Tekanan psikologis yang buruk dapat menyebabkan berat badan lahir rendah, premature, gangguan perkembangan syaraf dan IQ rendah (DIN et al, 2016).

Meskipun banyak wanita melaporkan bahwa kehamilan adalah periode yang menyenangkan dan bahagia dalam hidup mereka, namun ada juga yang melaporkan bahwa kehamilan dapat menghasilkan tingkat stres dan kecemasan yang tinggi bagi banyak hamil. Kehamilan membutuhkan banyak penyesuaian dalam fisiologis, keluarga, lingkungan keuangan, pekerjaan, dan lainnya yang dapat menimbulkan tekanan emosional bagi perempuan terutama wanita berpenghasilan rendah (Guardino & Schetter, 2014).

Kehamilan adalah periode yang ditandai oleh ambivalensi afektif, ketakutan dan perubahan suasana hati, yang dapat berakibat dalam stres dan kecemasan, dan mempengaruhi kesehatan mental ibu hamil. Mengatasi kecemasan selama kehamilan penting untuk dilakukan karena berhubungan dengan hasil obstetri yang buruk dan masalah perkembangan pada bayi. Selanjutnya, stres dan kecemasan bisa berhubungan dengan depresi nifas, gangguan berat itu dapat mempengaruhi tidak hanya kesehatan mental ibu tetapi juga hubungan antara ibu dan anaknya (Chunha, 2017).

Kecemasan spesifik kehamilan didefinisikan sebagai kekhawatiran, kekhawatiran dan ketakutan tentang kehamilan, persalinan, dan kesehatan bayi dan masa depan menjadi orang tua. Kecemasan ini disebabkan oleh ketakutan akan nyeri persalinan, prosedur yang terkait saat proses persalinan. Hasil penelitian menunjukkan tingginya prevalensi kecemasan pada kehamilan dapat dikaitkan dengan pengetahuan ibu hamil yang rendah tentang kehamilan dan persalinan khususnya bagaimana mengatasi kecemasan. Skrining untuk ibu hamil, tindakan pencegahan dini seperti pemberian pendidikan kesehatan diperlukan oleh ibu hamil. Pendidikan kesehatan akan meningkatkan pengetahuan ibu hamil dalam mengatasi perubahan yang dialami selama kehamilan (Madhavanprabhakaran, 2015).

Pendidikan kesehatan mengenai kecemasan ibu hamil akan memberikan pemahaman yang lebih pada ibu hamil juga untuk mencegah terjadinya stress. Pendekatan yang teliti selama kehamilan, mampu mengurangi faktor resiko yang ditimbulkan saat kehamilan, mengendalikan bila terjadi kecemasan dan mencegah terjadinya stress (Guardino & Schetter, 2014). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui untuk mengetahui pengaruh edukasi dalam paket caring terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil trimester III dalam mengatasi kecemasan.

METODE

Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu (*quasy experiment*) yaitu peneliti mengukur variabel independent yaitu pengetahuan ibu hamil sebelum diberikan edukasi (*pre test*) dan setelah pemberian paket edukasi (*post test*). Edukasi ini adalah bagian dari paket *caring* untuk mengatasi kecemasan ibu hamil. Paket *caring* berisi edukasi dan relaksasi. Artikel ini hanya memaparkan perbedaan variabel pengetahuan. Desain penelitian ini adalah *Observasional Analitik*. Peneliti melakukan pengukuran variabel sebelum dan setelah pemberian edukasi dengan menggunakan kuesioner yang sudah diuji validitas dan reliabilitasnya, kemudian peneliti menganalisa perbedaan skor nilai pengetahuan dan motivasi sebelum dan sesudah intervensi. Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* yaitu peneliti mengambil data pengetahuan dan motivasi sebelum dan sesudah sekaligus dalam satu waktu.

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *Cluster Random Sampling* dari 27 Puskesmas di Kabupaten Pekalongan, di cluster menjadi 5 Puskesmas yaitu Puskesmas Kedungwuni I, Kedungwuni II, Bojong I, Karang Dadap, dan Doro I dengan jumlah total responden 75 ibu hamil trimester III.

Analisa dalam penelitian ini adalah univariate dan bivariat. Analisa dalam penelitian ini mendeskripsikan pengetahuan hamil sebelum dan sesudah diberikan intervensi yang disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi. Analisa data bivariat dilakukan secara komputerisasi dengan menggunakan program SPSS 17. Pada penelitian ini distribusi nilai pengetahuan sesudah edukasi dilakukan pengujian normalitas dengan Kolmogorov Smirnov diperoleh nilai $p > 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa seluruh kelompok data berdistribusi normal sehingga dilakukan uji T berpasangan

untuk mengetahui pengaruh edukasi dalam paket *caring* terhadap pengetahuan kecemasan pada ibu hamil.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Tabel 1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian edukasi dalam paket *caring* untuk kecemasan ibu hamil

Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
	F	%	F	%
Baik	51	68,0	53	70,7
Kurang	24	32,0	22	29,3
	75	100	75	100

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat ada peningkatan skor nilai pengetahuan responden sebelum dan sesudah intervensi edukasi dalam paket *caring* untuk kecemasan ibu hamil.

Tabel 2 Hasil Analisa Pengaruh edukasi dalam paket *caring* terhadap pengetahuan kecemasan ibu hamil

Tingkat kecemasan	Mean	Beda Mean	Nilai p	R	CI Lower	CI Upper
Sebelum	10.52	2.013	0,001	0,17	2.597	1.429
Sesudah	12.53					

Dari tabel 5.1.2.1, didapatkan bahwa rata-rata pengetahuan responden sebelum edukasi adalah 10,52 dan rata-rata tingkat pengetahuan responden sesudah pemberian edukasi adalah 12,53. Terlihat kenaikan yang signifikan nilai rata-rata pengetahuan pada responden sebelum dan sesudah edukasi sebesar 2,013. Dari hasil uji statistik dengan menggunakan uji T berpasangan didapatkan nilai $p=0,001$ ($<0,05$) dengan confidence interval 95% dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada perbedaan yang sangat signifikan antara pengetahuan responden sebelum dan sesudah edukasi dalam pemberian paket *Caring* untuk kecemasan ibu hamil.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa masih ada sebagian kecil responden (32%) sebelum dilakukan edukasi ini mempunyai pengetahuan yang kurang mengenai kecemasan. Hal ini kemungkinan disebabkan karena faktor kurangnya informasi mengenai pelayanan antenatal terpadu, dan bidan tidak mengikuti kegiatan sosialisasi tentang pelayanan antenatal terpadu. Hal ini sesuai dengan pendapat Mubarak, *et al* (2007) tentang faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang salah satunya informasi. Kemudahan memperoleh informasi dapat membantu mempercepat seseorang untuk memperoleh pengetahuan yang baru. Ibu hamil sebaiknya mendapatkan informasi baik dari tenaga kesehatan maupun kader mengenai kehamilan dan persalinan khususnya kecemasan.

Menurut Evi (2017) Pendidikan kesehatan sangat berperan dalam peningkatan pengetahuan dan kemampuan seseorang melalui teknik praktik belajar atau instruksi dengan tujuan mengubah atau mempengaruhi sikap dan praktik manusia sehingga dapat berpartisipasi dalam kegiatan tersebut. Dalam hal ini, pendidikan kesehatan yang dilakukan meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang kecemasan ibu hamil. Ibu hamil yang mendapatkan pendidikan kesehatan mendapat masukan pengetahuan baru tentang kecemasan yang dialami sehingga pengetahuannya meningkat tentang kecemasan di dukung dengan hasil penelitian yang menunjukkan ada peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukannya edukasi tentang kecemasan ibu hamil.

Tenaga kesehatan harus memfasilitasi penyampaian pendidikan kesehatan, upaya dan kolaborasi antara ibu hamil dengan tenaga kesehatan akan meningkatkan pemberian edukasi pada ibu hamil sehingga dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil serta peningkatan kesehatan (Mohammed dan Kandeel, 2017).

KESIMPULAN

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada pengaruh pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian edukasi cara mengatasi kecemasan ibu hamil dengan nilai p value sebesar 0,001. Saran bagi bidan hendaknya memberikan edukasi tidak hanya tentang kesehatan fisik tetapi juga kesehatan psikologis selama kehamilan. Bagi puskesmas agar memfasilitasi tenaga kesehatan khususnya bidan agar dapat memberikan edukasi yang menarik kepada ibu hamil.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kemenristekdikti yang telah memberikan kontribusi pendanaan hibah tahun 2018.

DAFTAR PUSTAKA

- Din ZU, Ambreen S, Iqbal Z, Iqbal M, Ahmad S. Determinants of antenatal psychological distress in Pakistani women. *Arch Neuropsychiatr* 2016; 53: 152-157. DOI: 10.5152/npa.2015.10235
- Chunha ACB, Akerman LFP, Rocha AC, Rezende KB, Junior JA, Bornia RG. 2017. *Stress and Anxiety in Pregnant Women from a Screening Program for Maternal-Fetal Risks*. Scientific Open Access Journals Journal of Gynecology & Obstetrics. Volume 1, Issue 3, 1 : 013
- Guardino CM, Schetter CD. Coping during pregnancy: a systematic review and recommendations. *Health Psychol Rev.* 2014 January 1; 8(1): 70–94. doi:10.1080/17437199.2012.752659.NIH
- Madhavanprabhakaran GK, D'Souza MS, Nairy KS. Prevalence of pregnancy anxiety and associated factors. *International Journal of Africa Nursing Sciences* 3 (2015) 1–7.<http://dx.doi.org/10.1016/j.ijans.2015.06.002>
- Mohammed AFI, Kandeel HAM. Health education compliance among pregnant women. *Clinical Nursing Studies*. 2017, Vol. 5, No. 3. DOI: 10.5430/cns.v5n3p46. ISSN 2324-7940 E-ISSN 2324-7959
- Mubarak W, Chayatin N, Rozikin K, Supardi. 2007. *Promosi Kesehatan Sebuah Pengantar Proses Belajar Mengajar dalam Pendidikan*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Susiyanti, E. Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Buku KIA. *Jurnal Keperawatan & Kebidanan Stikes Dian Husada Mojokerto*. 2017, hal 79 - 82