

Analisis pengetahuan Ibu Hamil tentang gangguan kesehatan mental perinatal dengan tingkat kecemasan Ibu Hamil

Leila Nisya Ayuanda¹

Ratna Arifiana²

Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

Jalan Raya Pekajangan no. 87 Kec.kedungwuni Kab. Pekalongan Jawa Tengah

Email : leilayuanda.2019@gmail.com

Abstrak

Gangguan psikologi seperti kecemasan selama kehamilan dikaitkan dengan komplikasi, seperti prematuritas, berat bayi lahir rendah (BBLR), pertumbuhan janin terhambat (IUGR), komplikasi postpartum, hipertensi pada kehamilan, preeklamsia (PE), dan diabetes gestasional (Duranku, F., & Aksu, 2020). Sehingga ibu hamil membutuhkan perawatan dan pelayanan khusus terkait upaya pencegahan, diagnosis, dan penanganan kecemasan agar tidak bermanifestasi sebagai gangguan kesehatan jiwa yang lebih serius (Poon et al., 2020). Dalam hal ini, bidan mempunyai peran memberikan edukasi dalam meningkatkan literasi kesehatan mental pada ibu. Namun belum ada penelitian tentang dampak pengetahuan ibu hamil dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil tersebut. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis keterkaitan antara pengetahuan dengan tingkat kecemasan ibu hamil. Metode yang digunakan yaitu analitik observasional dengan pendekatan potong lintang (*cross-sectional*). Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu hamil di wilayah kerja puskesmas kedungwuni II Kabupaten Pekalongan Tahun 2022. Teknik sampling menggunakan accidental sampling dan didapatkan 40 orang. Hasil penelitian didapatkan ada hubungan signifikan antara pengetahuan tentang kesehatan mental perinatal dengan tingkat kecemasan ibu hamil. Bidan diharapkan dapat memberikan edukasi terkait dengan kesehatan mental perinatal yang akan berpengaruh terhadap tingkat kecemasan ibu hamil.

Kata Kunci: bidan, edukasi, hamil, kecemasan

Abstract

Psychological disorders such as anxiety during pregnancy are associated with complications, such as prematurity, low birth weight (LBW), fetal growth retardation (IUGR), postpartum complications, hypertension in pregnancy, preeclampsia (PE), and gestational diabetes. So that pregnant women need special care and services related to prevention, diagnosis and treatment of anxiety so that it does not manifest as a more serious mental health disorder. In this case, midwives have a role in providing education in increasing mental health literacy in mothers. However, there has been no research on the impact of knowledge of pregnant women on the level of anxiety in these pregnant women. The purpose of this study was to analyze the relationship between knowledge and the anxiety level of pregnant women. The method used is observational analytic with a cross-sectional approach. The population in this study were all pregnant women in the working area of the Kedungwuni II Public Health Center, Pekalongan Regency in 2022. The sampling technique used accidental sampling and obtained 40 people. The results of the study found that there was a significant relationship between knowledge about perinatal mental health and the anxiety level of pregnant women. Midwives are expected to be able to provide education related to perinatal mental health which will affect the anxiety level of pregnant women.

Keyword : midwives, education, pregnancy, anxiety

Pendahuluan

Gangguan psikologi seperti kecemasan selama kehamilan dikaitkan dengan komplikasi, seperti prematuritas, berat bayi lahir rendah (BBLR), pertumbuhan janin terhambat (IUGR), komplikasi postpartum, hipertensi pada kehamilan, preeklamsia (PE), dan diabetes gestasional (Duranku, F., & Aksu, 2020). Hasil penelitian Corbett (2020) didapatkan 83,1% wanita mengalami kekhawatiran tentang kesehatan mereka sejak terjadinya pandemic Covid-19, sedangkan pada wanita hamil mengalami peningkatan kekhawatiran lebih dari 50,7%. Kekhawatiran ini meliputi kekhawatiran tentang kehamilan 66,7% dan perawatan bayi sebanyak 35% (Corbett, 2020).

Sehingga ibu hamil membutuhkan perawatan dan pelayanan khusus terkait upaya pencegahan, diagnosis, dan penanganan kecemasan agar tidak bermanifestasi sebagai gangguan kesehatan jiwa yang lebih serius (Poon et al., 2020). Saat ini, terutama di negara berkembang, gangguan kesehatan mental belum dilihat sebagai penyakit. Jika masalah kesehatan mental tidak terangani dengan baik, dapat berdampak sangat serius dan mengancam

kehidupan manusia. Bila kecemasan saat hamil tidak ditangani dengan optimal maka akan berkembang menjadi depresi postpartum serta yang paling parah adalah psikosis (Lockwood Estrin et al., 2019).

Bidan sebagai lini terdepan pelayanan maternal seringkali tidak melakukan penilaian kesehatan mental ibu hamil secara komprehensif dan ibu hamil mengharapkan bidan untuk lebih memperhatikan kesehatan mentalnya selama pemeriksaan kehamilan (Pratiwi, 2019). Peran bidan yaitu memberikan edukasi tentang kesehatan mental ibu dalam upaya peningkatan literasi kesehatan mental maternal.

Sebelum memberikan intervensi terkait dengan peningkatan literasi tentang kesehatan mental pada masa perinatal. Perlu dilakukan penelitian tentang bagaimana hubungan antara pengetahuan ibu tentang kesehatan mental perinatal dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil. Sehingga akan didapatkan hasil terkait dengan seberapa pentingkah edukasi kesehatan mental perinatal yang didalamnya mencakup gangguan psikologis ibu hamil yang terintegrasikan kedalam pelayanan antenatal.

Tujuan penelitian ini adalah menganalisis keterkaitan antara pengetahuan dengan tingkat kecemasan ibu hamil.

Penelitian ini bermanfaat sebagai rujukan tenaga kesehatan bahwa pentingnya edukasi kesehatan mental maternal dalam pencegahan kecemasan ibu hamil.

Metode Penelitian

1. Desain Penelitian

penelitian analitik observasional dengan pendekatan potong lintang (cross-sectional).

2. Populasi dan Sampel

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu hamil di wilayah kerja puskesmas kedungwuni II Kabupaten Pekalongan Tahun 2022. Teknik sampling menggunakan accidental sampling. Jumlah sampel pada penelitian ini yaitu 40 ibu hamil.

3. Instrumen Penelitian

Pada penelitian ini peneliti menggunakan instrument yang sudah diuji validitas dan reliabilitasnya berbentuk kuisisioner yang akan dibagikan kepada responden, untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu hamil tentang gangguan

kecemasan dengan kecemasan pada ibu hamil

4. Analisa Data

Analisis univariat menganalisis variabel karakteristik responden, pengetahuan, dan tingkat kecemasan. Sedangkan analisis bivariat menggunakan uji chi kuadrat, untuk melihat hubungan dengan menggunakan OR, yaitu untuk melihat hubungan pengetahuan dengan tingkat kecemasan ibu hamil.

Hasil dan Pembahasan

Analisis Univariat

Mengidentifikasi karakteristik responden yaitu ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungwuni II berjumlah 40 ibu hamil, yang meliputi usia, pendidikan, dan pekerjaan dilakukan dengan analisis univariat untuk menggambarkan distribusi frekuensi yang sebagai berikut :

Tabel 1
Distribusi dan Frekuensi
Karakteristik Ibu Hamil

No	Karakteristik Responden	N	%
1	Usia		
	<20 tahun	0	0
	20-35 tahun	34	84,2
	>35 tahun	6	15,8
2	Pendidikan		
	SD	0	0
	SMP-SMA	27	68,4
	Perguruan Tinggi/Akademik	13	31,6
4	Pekerjaan		
	Ibu Rumah Tangga	25	63,2
	Bekerja	15	36,8
Jumlah		40	100

Berdasarkan tabel 1 diperoleh bahwa dari 40 ibu hamil dimasa pandemic covid-19 di wilayah kerja puskesmas kedungwuni II sebagian besar dengan umur 20-35 tahun berjumlah 34 orang (84,2%), Pendidikan SMP-SMA berjumlah 27 orang (68,4%), dan Pekerjaan Ibu Rumah Tangga berjumlah 25 orang (63,2%).

Tabel 2.
Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil
tentang Perinatal Mental Health

No	Kecemasan	N	%
1	Baik	27	67,5
2	Kurang	13	32,5
Jumlah		40	100

Berdasarkan tabel 2 diperoleh bahwa tingkat pengetahuan ibu hamil tentang perinatal mental health di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungwuni II sebagian besar berpengetahuan baik berjumlah 27 orang (67,5%), dan berpengetahuan kurang berjumlah 13 orang (32,5%).

Tabel 3.
Tingkat Kecemasan pada Ibu Hamil
tentang Perinatal Mental Health

No	Kecemasan	N	%
1	Sedang	14	35
2	Ringan	15	37,5
3	Tidak Cemas	11	27,5
Jumlah		40	100

Berdasarkan table 3 diperoleh bahwa tingkat kecemasan pada ibu 40 ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungwuni II sebagian besar mengalami kecemasan ringan di masa covid-19 berjumlah 15 orang (37,5%), kecemasan sedang berjumlah 14 orang (35%), dan tidak cemas berjumlah 11 orang (27,5%).

Analisis Bivariat

Tabel 4.
Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Perinatal Mental Health dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil

No	Pengetahuan Ibu Hamil	Kecemasan Pandemi Covid-19						Total	%	<i>p value</i>
		Sedang		Ringan		Tidak Cemas				
		n	%	n	%	n	%			
1	Baik	4	14,8	1	48,	1	37	27	67	*0.000
				3	1	0			,5	
2	Kurang	1	76,9	2	15,	1	7,	13	32	
		0			3		6		,5	
Jumlah		1	35	1	37,	1	27	40	10	
		4		5	5	1	,5		0	

*Analisis Uji Chi Square $p < = 0,05$

Hasil uji statistic diperoleh hasil $p \text{ value} : 0,000 < : 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima yaitu ada hubungan pengetahuan ibu hamil tentang perinatal mental health dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungwuni II.

Pembahasan

Berdasarkan buku pedoman dukungan kesehatan jiwa dan psikososial pada masa pandemi, ibu hamil dan keluarganya harus diberi informasi tentang masalah psikososial dan kesehatan mental yang sering dialami ibu hamil dan ibu nifas, yaitu depresi selama kehamilan dan nifas. Tanda-tanda depresi selama kehamilan, depresi pascapersalinan, dan depresi pascapersalinan adalah kesedihan

yang menetap selama lebih dari 2 minggu, kehilangan minat dan kelelahan, disertai dengan gejala lain seperti sulit tidur, kurang perhatian, makan terlalu banyak atau tidak cukup makan, dan penurunan berat badan, mudah putus asa, dan pikiran untuk bunuh diri. Hal ini menjadikan salah satu proses pendidikan psikologi yang dilakukan oleh informan (yaitu bidan) dengan tujuan untuk mencegah masalah kesehatan mental dan

psikososial ibu hamil dan nifas selama masa pandemi (Direktorat Kesehatan Keluarga, 2020). Penelitian lain mengungkapkan bahwa meningkatkan pendidikan dan kesadaran tentang COVID-19 dan pencegahan yang tepat (misalnya, kebersihan, jarak sosial), dapat juga membantu dalam mengurangi stres yang berhubungan dengan kekhawatiran atas infeksi (Davenport *et al.*, 2020).

Menurut (Pratiwi, 2019), peran bidan pada kesehatan mental perinatal yaitu meningkatkan kesadaran mengenai literasi kesehatan mental perinatal, membangun hubungan saling percaya, mengurangi stigma mengenai PMADs (*Perinatal Mood and Anxiety Disorders*), memperkuat kesejahteraan mental ibu, mengidentifikasi risiko dan kesejahteraan ibu saat ini, memberikan pelayanan yang tepat, dan memberikan dukungan pada anggota keluarga. Selain itu, Bidan dapat melakukan skrining atau penapisan awal untuk rencana tindakan lebih lanjut seperti rujukan ke psikolog (Dale & Dale, 2019).

Hasil penelitian sejalan dengan pendapat (Girsang *et al.*, 2015) bahwa pemberian psikoedukasi bagi klien postpartum dengan mengemas materi edukasi tentang cara pencegahan

stress pascapersalinan dalam bentuk poster, leaflet, booklet, flipchart dan video berisi hal-hal yang menyebabkan setelah melahirkan rentan terhadap stress pasca persalian yang diterapkan membuktikan bahwa terjadi penurunan angka postpartum blues maupun depresi postpartum.

Dukungan dari bidan dan profesional kesehatan lainnya penting dalam kesehatan mental wanita selama pandemi (Schmied *et al.*, 2020). Tenaga kesehatan juga menyadari bahwa kesehatan psikologis ibu hamil perlu dinilai dengan tepat (Pratiwi, 2019). Namun bidan tidak percaya pada kemampuan mereka untuk melakukan penilaian psikososial pada wanita (Schmied *et al.*, 2020). Sedangkan wanita khawatir tentang kurangnya privasi dan sikap bidan selama penilaian, yang menghambat pengungkapan perasaan pribadi mereka. Sehingga Tenaga kesehatan merasa tidak siap untuk melakukan penyelidikan sensitif dan menyeluruh terkait kesehatan psikologis ibu hamil. Oleh sebab itu, tenaga kesehatan khususnya bidan perlu dilengkapi dengan pelatihan yang memadai untuk meningkatkan literasi kesehatan mental mereka (Pratiwi, 2019).

Penelitian menunjukkan bahwa bidan mendapatkan materi kesehatan mental perinatal, psikoedukasi pada ibu hamil, serta skrining awal gangguan psikologis pada masa perinatal. Materi pelatihan menurut para bidan merupakan ilmu baru karena saat dibangku kuliah, materi yang disampaikan lebih memprioritaskan asuhan kehamilan secara fisik (Ayuanda, et al, 2022). Namun seperti yang diatur dalam Undang-undang kebidanan no.4 tahun 2019 terkait dengan kompetensi bidan. Kompetensi terkait dengan ketrampilan klinis dalam praktik kebidanan adalah melakukan asuhan kebidanan komprehensif (fisiologis), melakukan identifikasi kasus yang bermasalah, melakukan skrining terhadap masalah dan gangguan, melakukan edukasi dan konseling berbasis budaya dan etikolegal terkait hasil skrining, serta melakukan kolaborasi dengan profesi terkait masalah yang dihadapi (Kementrian Kesehatan RI, 2020). Hal

ini sejalan dengan upaya pelayanan kesehatan mental perinatal yang ternyata sudah diatur dalam kompetensi Bidan.

Penutup

Pada penelitian ini, disimpulkan sebagian besar responden mengalami kecemasan ringan dan berpengetahuan baik tentang kesehatan mental perinatal. Serta terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan tentang kesehatan mental perinatal dengan tingkat kecemasan ibu hamil.

Bidan diharapkan dapat mengembangkan edukasi terkait dengan kesehatan mental perinatal, sehingga akan memberikan masukan kepada ibu hamil terkait dengan gangguan kecemasan yang berpotensi akan dialami oleh ibu hamil. Untuk memberikan pemahaman bagi bidan dibutuhkan pelatihan khusus yang berisi pengetahuan tentang kesehatan mental perinatal.

Daftar Pustaka

- Abazarnejad, T., Ahmadi, A., Nouhi, E., Mirzaee, M., & Atghai, M. (2019). Effectiveness of psycho-educational counseling on anxiety in preeclampsia. *Trends in Psychiatry and Psychotherapy*, 41(3), 276–282. <https://doi.org/10.1590/2237-6089-2017-0134>
- Abdullah, V. I., Ikraman, R. A., & Harlina, H. (2021). Pengaruh Penerapan Teknik Relaksasi Autogenik Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida. *Quality: Jurnal Kesehatan*, 15(1), 17–23. <https://doi.org/10.36082/qjk.v15i1.199>
- Ahorsu, D. K., Imani, V., Lin, C. Y., Timpka, T., Broström, A., Updegraff, J. A., Årestedt, K., Griffiths, M. D., & Pakpour, A. H. (2020). Associations Between Fear of COVID-19, Mental Health, and Preventive Behaviours Across Pregnant Women and Husbands: An Actor-Partner Interdependence Modelling. *International Journal of Mental Health and Addiction*. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00340-x>
- Alzamora, M. C., Paredes, T., Caceres, D., Webb, C. M., Webb, C. M., Valdez, L. M., Valdez, L. M., La Rosa, M., & La Rosa, M. (2020). Severe COVID-19 during Pregnancy and Possible Vertical Transmission. *American Journal of Perinatology*, 37(8), 861–865. <https://doi.org/10.1055/s-0040-1710050>
- Ayuanda, et al. 2022. *Online midwife's training on psychoeducation of perinatal mental health during covid 19 pandemic*. International Journal of Social Sciences and Humanities. Vol. 6 No.1. <https://doi.org/10.53730/ijssh.v6n1.4741>
- Biaggi, A., Conroy, S., Pawlby, S., & Pariante, C. M. (2016). Identifying the women at risk of antenatal anxiety and depression: A systematic review. *Journal of Affective Disorders*, 191, 62–77. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2015.11.014>
- Brooks, S. K., Weston, D., & Greenberg, N. (2020). Psychological impact of infectious disease outbreaks on pregnant women: rapid evidence review. *Public Health*, 189, 26–36.

- <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2020.09.006> 10(2), 114–120.
<https://doi.org/10.20884/1.JKS.2015.10.2.598>
- Corbett, G. A. et al. (2020). Health anxiety and behavioural changes of pregnant women during the COVID-19 pandemic. *European Journal of Obstetrics and Gynecology and Reproductive Biology*, 249, 96–97. <https://doi.org/0.1016/j.ejogrb.2020.04.022>
- Dale, D. S., & Dale, E. A. (2019). *Psikologi Kebidanan*. Pustaka Baru Press.
- Davenport, M. H., Meyer, S., Meah, V. L., Strynadka, M. C., & Khurana, R. (2020). Moms Are Not OK: COVID-19 and Maternal Mental Health. *Frontiers in Global Women's Health*, 1(June), 1–6. <https://doi.org/10.3389/fgwh.2020.0001>
- Girsang, B. M., Novalina, M., & Jaji. (2015). Pengaruh Psikoedukasi terhadap Tingkat Postpartum Blues Ibu Primipara Berusia Remaja. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 10(2), 114–120.
- Kementrian Kesehatan RI. (2020). *KEPUTUSAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA NOMOR HK.01.07/MENKES/320/2020 TENTANG STANDAR PROFESI BIDAN*. 1, 1–90.
- Pratiwi, C. S. (2019). *Healthcare Professionals' Assessment of Pregnant Women's Psychological Health in Indonesia: A Qualitative Case Study*.
- Schmied, V., Reilly, N., Black, E., Kingston, D., Talcevska, K., Mule, V., & Austin, M.-P. (2020). Opening the door: midwives' perceptions of two models of psychosocial assessment in pregnancy- a mixed methods study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 20(1), 451. <https://doi.org/10.1186/s12884-020-03133-1>