

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kecemasan merupakan reaksi normal terhadap situasi yang menekan. Namun dalam beberapa kasus, menjadi berlebihan dan dapat menyebabkan seseorang ketakutan yang tidak rasional terhadap sesuatu hal. menurut Suryabrata (1986) apabila kecemasan timbul, maka akan mendorong orang untuk melakukan suatu usaha untuk mengurangi kecemasan itu atau mencegah impuls-impuls yang berbahaya.

Menurut Miramis (1985), kecemasan akan timbul bilamana individu tidak mampu menghadapi suatu keadaan stress, dimana stress dapat mengancam perasaan, kemampuan hidupnya. Sumber-sumber kecemasan adalah frustrasi, konflik, tekanan, dan krisis. Frustrasi akan timbul bila adanya hambatan atau halangan antara individu dengan tujuan dan maksudnya.

Secara sederhana kecemasan dapat disebabkan karena individu mempunyai rasa takut yang tidak realistis, karena mereka keliru dalam menilai suatu bahaya yang dihubungkan dengan situasi tertentu, atau cenderung menaksir secara berlebihan suatu peristiwa yang membahayakan.

Kecemasan juga dapat di sebabkan karena penilaian diri yang salah, dimana individu merasa bahwa dirinya tidak mampu mengatasi apa yang terjadi atau apa yang dapat dilakukan untuk menolong diri sendiri.

Penyebab terjadinya kecemasan sukar untuk diperkirakan dengan tepat. Hal ini disebabkan oleh adanya sifat subyektif dari kecemasan, yaitu bahwa kejadian yang sama belum tentu dirasakan sama pula oleh setiap orang. Dengan kata lain suatu rangsangan atau kejadian dengan kualitas dan kuantitas yang sama dapat diinterpretasikan secara berbeda antara individu yang satu dengan yang lainnya.

Kecemasan dapat terjadi pada siapa saja baik anak-anak maupun dewasa. Kecemasan juga dapat terjadi pada ibu hamil. Kehamilan bagi seorang wanita merupakan salah satu periode krisis yang terjadi dalam kehidupan seorang wanita. bahkan dapat menimbulkan perubahan dramatis, bukan hanya fisik tetapi juga psikologis.

Menurut Kartono, 1992:21 berdasarkan aspek psikologis, timbul pengharapan yang disertai kecemasan menyambut persiapan kedatangan bayi. Semuanya itu akan ikut mewarnai interaksi antara anggota dalam keluarga.

Menurut Tursilowati, 2007 mengungkapkan seorang wanita hamil biasanya mengalami perasaan ambivalen yaitu perasaan yang bersifat positif dan negative terhadap kehadiran bayi. Perasaan positif berupa kebahagiaan yang diekspresikan secara bebas dan tidak menimbulkan perasaan bersalah. perasaan negative kurang dapat diekspresikan secara bebas karena kadang perasaan tidak disadari. perasaan negatif meliputi rasa cemas, akan sakit yang ditimbulkan pada saat persalinan tiba.

Berdasarkan penelitian Aprianawati (2008) yang telah melakukan penelitian dan mengadakan survei kesehatan jiwa pada ibu hamil dan menyusui di 112 puskesmas pada 24 kabupaten Provinsi Jawa Barat menunjukkan bahwa terdapat 798 orang atau (27%) dari 2.928 responden ibu hamil dan menyusui, menunjukkan tanda gangguan psikiatri berupa kecemasan atau ansietas,

Nevid, dkk (2002:163) kecemasan adalah keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Misalnya, kesehatan, relasi sosial, dan kondisi lingkungan yang dapat menjadi sumber kekhawatiran.

Masalah yang sering kali datang menghampiri calon ibu yang sedang melewati masa kehamilannya tidak dapat dihadapi oleh ibu hamil karena masalah tersebut mengganggu kehidupan calon ibu yang bisa mengakibatkan kecemasan. Apalagi kecemasan tersebut mulai terasa pada saat proses menjelang persalinan pada trisemester ketiga. Calon ibu tersebut sering merasa lelah, tidak enak, sukar tidur, kaki tangan bengkak dan nafas pendek.

Kartono (1992:25) juga mengungkapkan hal yang sama bahwa semua gejala tersebut dapat membuat ibu merasa cemas, mudah tersinggung, dan lekas marah seperti gejala pada periode pertama masa kehamilan. Semakin tua umur kehamilan, maka kegelisahan dan ketakutan yang dialami ibu hamil akan semakin intensif dikarenakan kecemasan menghadapi saat-saat persalinan yang semakin mendekat.

Calon ibu tidak dapat menjalankan tugasnya sebagai ibu, dan calon ibu juga terbatas dalam menjalankan tugasnya apalagi calon ibu tersebut bekerja di luar rumah. Pekerjaan akan menjadi terhambat dan kecemasan yang dialami pada ibu hamil bisa jadi bertambah.

Dukungan keluarga sangat dibutuhkan untuk calon ibu yang mengalami kecemasan menjelang persalinan karena calon ibu dapat mengurangi kesedihan selama masa kehamilannya. Dukungan keluarga tersebut dapat berupa perhatian, kasih sayang, pengertian yang membuat calon ibu merasa disayang, dihargai, dan merasa nyaman.

Penjelasan tersebut senada dengan yang diungkapkan oleh Taylor,1995 (Dalam Aprianawati, 2007) bahwa dukungan keluarga merupakan bantuan yang dapat diberikan kepada keluarga lain berupa barang, jasa, informasi dan nasehat, yang mana membuat penerima dukungan akan merasa disayang, dihargai, dan tentram. Karena Keluarga merupakan lingkungan pertama yang dikenal oleh individu dalam proses sosialisasinya.

Menurut Cobb, 2002 (Dalam, Suparyanto, 2012) mendefinisikan bahwa dukungan Keluarga sebagai adanya kenyamanan, perhatian, penghargaan atau menolong orang dengan sikap menerima kondisinya, dukungan keluarga tersebut diperoleh dari individu maupun kelompok.

Selama kehamilan kebanyakan wanita mengalami perubahan psikologis dan emosional. Seringkali kita mendengar seorang wanita mengatakan betapa bahagianya dia karena akan menjadi seorang ibu dan

bahwa dia sudah memilihkan sebuah nama untuk bayi yang akan dilahirkannya. Namun tidak jarang ada wanita yang merasa khawatir kalau terjadi masalah dalam kehamilannya. khawatir kalau ada kemungkinan dia kehilangan kecantikannya, atau bahwa ada kemungkinan bayinya tidak normal. Dia takut mati baik dirinya maupun bayinya.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Tursilowati (2007) menunjukkan bahwa ibu hamil yang dalam trimester II, III mereka mengalami kecemasan, ketakutan dalam menghadapi proses persalinan, tetapi sebagian ibu hamil merasa tenang dan aman karena adanya perhatian dan dukungan dari suami dari awal kehamilan sampai persalinan, bahkan yang 42 hari pasca persalinan juga masih mengalami kecemasan, tetapi dengan adanya perhatian yang lebih dari suami sering tidak disadari, padahal hal ini sangat diperlukan karena dapat mengurangi kecemasan dan dapat membuat ibu hamil tenang dalam menghadapi persalinan.

Adapun Faktor faktor yang mempengaruhi kecemasan selama kehamilan antara lain stressor internal, stressor eksternal, dukungan keluarga, kekerasan, dan factor-faktor yang berasal dari lingkungan, sosial, budaya, dan ekonomi. (Trsetyaningsih, 2011)

Menurut Suryaningsih, 2007 (Dalam Triana, 2008) Dukungan keluarga merupakan bantuan atau dukungan yang diterima individu dari seseorang dalam kehidupannya dan berada dalam lingkungan keluarga seperti suami, orangtua, mertua, yang membuat penerima merasa diperhatikan, dihargai dan dicintai. Dukungan keluarga sangat dibutuhkan

bagi ibu hamil lebih-lebih dalam menjelang masa persalinan tiba. Dukungan keluarga yang paling dekat dengan wanita hamil adalah dari pasangannya (suami), dalam hal ini suami dapat memberikan dukungannya berupa memberikan semangat dan perhatian kepada istri, membina hubungan baik dengan pasangan, mengajak jalan-jalan ringan sambil ngobrol, bicara halus, positif dan sebagainya. Dengan begitu, istri bisa kuat secara mental untuk menghadapi segala hal di masa kehamilannya dan juga menjelang masa persalinannya.

Hal tersebut juga senada dengan yang diungkapkan oleh Imam, 2005 (Dalam Tursilowati, 2007) Bahwa peran serta suami cukup berperan. Hal ini sesuai dengan teori yang digunakan bahwa dengan adanya keterlibatan para suami sejak awal kehamilan sampai dengan persalinan akan mengurangi rasa takut ibu hamil dan dapat mempermudah dalam proses persalinan, serta ibu hamil dapat mengatasi dengan adanya perubahan tubuh dengan adanya sesosok manusia mungil di dalam perut, keberhasilan seorang ibu dalam masa kehamilan sampai dengan proses persalinan dapat dilihat dari seberapa besar perhatian dan dukungan yang diberikan kepada ibu hamil sehingga dapat mengurangi kecemasan, rasa takut, dan juga dapat mengurangi rasa nyeri pada saat persalinan

Keterlibatan para suami sejak awal kehamilan sudah pasti akan mempermudah dan meringankan pasangan dalam menjalani dan mengatasi berbagai perubahan yang terjadi pada tubuh akibat hadirnya sesosok mungil di dalam perut. Bahkan dengan adanya peran serta suami dalam masa

kehamilan merupakan sebuah keberhasilan seorang istri dalam masa kehamilan sampai dengan persalinan tidak lepas dari perhatian dari seorang suami.

Dagun, (1990:29-31) mengungkapkan bahwa dukungan moral seorang suami pada isterinya adalah hal yang memang dibutuhkan. Menurut Johanna (dalam dagun , 1990:29-31) Dukungan suami terhadap isteri dapat menyebabkan adanya ketenangan batin dan perasaan senang dalam diri isteri. Orang tua dari ibu hamil juga dapat member nasihat. Umumnya memberi pendapat, berdiskusi dengan ibu hamil tersebut dan memberi pengalaman yang dapat menumbuhkan semangat dan senang bagi calon ibu dan juga calon ayah. Perilaku suami yang baik juga bisa membuat istri menjadi bahagia dan menghayati masa kehamilannya dengan tenang.

Berdasarkan dari hasil wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti kepada beberapa ibu hamil yang memeriksakan kandungannya menunjukkan bahwa ibu hamil tersebut masih mengalami kecemasan. Kecemasan tersebut muncul dikarenakan factor internal dalam diri subyek misalnya takut merasa nyeri saat persalinan, takut bayinya lahir dalam kondisi cacat, takut dirinya dan bayinya meninggal, takut bayinya memiliki nasib yang buruk. Walaupun mereka memeriksakan kandungannya pada bidan atau dokter professional dan dengan fasilitas yang mencukupi, tempat persalinan yang nyaman dan adanya dukungan dari suami dan keluarga yang kurang tercukupi hingga kecemasan tersebut muncul pada ibu hamil menjelang proses persalinannya.

Dari penjelasan latar belakang tersebut timbul pertanyaan apakah ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kecemasan ibu hamil menjelang proses persalinan? maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul : **“Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Ibu Hamil Menjelang Proses Persalinan Di Rumah Sakit Islam Surabaya”**.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kecemasan pada ibu hamil menjelang proses persalinan?

C. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan kecemasan pada ibu hamil menjelang proses persalinan

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan yang besar bagi pengembangan ilmu psikologi klinis dan psikologi perkembangan khususnya masalah kecemasan yang dialami oleh ibu hamil menjelang persalinan

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Ibu Hamil

Dapat memberi saran, ide, dan persiapan-persiapan yang harus dilakukan ibu hamil yang dapat mengurangi kecemasan ibu hamil menjelang proses persalinan.

b. Bagi Keluarga Ibu Hamil

Penelitian ini dapat memberikan informasi kepada keluarga dengan memberi perhatian dan dukungan kepada ibu hamil tentang kesehatan, informasi, yang dapat mengurangi kecemasan, dan kebutuhan yang dibutuhkan oleh ibu hamil menjelang proses persalinannya.

c. Bagi Rumah Sakit

Penelitian ini dapat memberikan informasi kepada pihak rumah sakit dengan memberi panduan, saran, referensi, dan kebutuhan yang dibutuhkan oleh ibu hamil, terkait informasi dan bahaya yang harus dihindari ibu hamil tersebut.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Dapat memberikan referensi terkait penelitian yang akan dilakukan dengan variabel dan subyek yang berbeda dari penelitian yang telah diteliti.

E. Sistematika Pembahasan

Adapun sistematika pembahasan dalam penelitian ini, peneliti membagi beberapa bagian, yaitu :

Bab I : Pendahuluan yang meliputi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika pembahasan.

Bab II : Kajian pustaka, yang berisikan pembahasan tentang teori-Teori dukungan keluarga dengan kecemasan, hubungan

antara variable dukungan keluarga dengan kecemasan, kerangka teori dan hipotesis.

Bab III : Metode penelitian, yang meliputi rancangan penelitian yang berisikan pendekatan dan jenis penelitian, variable penelitian, subyek penelitian, sampel, instrument penelitian yang berisikan variable dukungan keluarga dengan kecemasan, dan analisis data yang berisikan uji normalitas, uji linearitas dan hipotesis.

Bab IV : Hasil penelitian dan pembahasan, yang meliputi hasil penelitian yaitu persiapan dalam pelaksanaan penelitian, diskripsi hasil penelitian, pengujian hipotesis dan pembahasan.

Bab V : Penutup yang berisikan kesimpulan dan saran-saran.