

HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI PERSALINAN PADA IBU HAMIL PRIMIGRAVIDA TRISEMESTER KE-III DI RSNU TUBAN

Munfi'atur Rofi'ah (09410176)

Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Munfi'atur Rofi'ah, 09410176, Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Primigravida Trisemester Ke-III di RSNU Tuban. *Skripsi*, Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2015.

Abstrak - Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian dilaksanakan di RSNU Tuban, dengan jumlah sampel 40 orang ibu hamil yang telah disebutkan ciri-cirinya oleh peneliti. teknik pengambilan data menggunakan teknik *purposive sampling* dengan menggunakan data pendukung berupa observasi, wawancara, dokumentasi dan alat ukur psikologi. Alat ukur psikologi yang digunakan sebagai pengumpulan data dalam penelitian ini adalah skala Likert, dengan menggunakan 2 skala, yaitu skala kepercayaan diri 40 item dan skala kecemasan menghadapi persalinan 45 item. Metode analisis data yang digunakan adalah teknik korelasi *Product Moment* Karl Pearson dengan menggunakan bantuan SPSS 16.0 *for windows*.

Hasil penelitian menunjukkan aspek paling dominan yang melatar belakangi kepercayaan diri pada ibu hamil dalam menghadapi persalinan adalah bertindak mandiri dalam menghadapi keputusan, sebanyak 22 responden menjawab sangat setuju (55%). Perhitungan dengan menggunakan korelasi *product moment* didapatkan hasil $r = -0,571$ dan $p = 0,000$. Berdasarkan penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat Hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi persalinan. semakin tinggi kepercayaan diri ibu hamil maka semakin rendah tingkat kecemasan menghadapi persalinan, dan semakin rendah kepercayaan diri ibu hamil maka semakin rendah tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan.

Kata kunci : Kepercayaan diri, kecemasan menghadapi persalinan.

PENDAHULUAN

Ibu merupakan salah satu anggota keluarga yang sangat berpengaruh, sehingga perubahan apapun yang terjadi pada ibu akan mempengaruhi keluarga. Kehamilan merupakan periode krisis bagi keluarga yang akan diikuti stress dan kecemasan.¹ Kehamilan merupakan periode krisis yang akan berakhir dengan dilahirkannya bayi. Selama kehamilan ibu akan mengalami perubahan baik fisik maupun psikis yang tampaknya hal tersebut berhubungan dengan perubahan biologis (hormonal) yang dialaminya emosi ibu hamil cenderung labil. Reaksi yang dialaminya mudah berubah-ubah.²

Primigravida atau ibu pada kehamilan pertama tidak jarang memiliki perasaan terganggu. Perasaan ini muncul akibat cerita-cerita yang didengar dilingkungan masyarakat yang mengatakan bahwa melahirkan itu menyakitkan bahkan sampai mempertaruhkan nyawa, kemudian tentang kondisi bayi yang akan dilahirkan, lancar atau tidak proses persalinan nanti dan rasa nyeri saat persalinan. hal inilah yang terkadang menjadi sumber ketakutan pada ibu hamil dengan kehamilan pertama.³

Kehamilan ditinjau dari usia kehamilan dibagi menjadi tiga bagian yaitu, kehamilan trisemester pertama (0-3bulan), trisemester kedua (4-6 bulan) dan trisesmseter ketiga (7-9 bulan). Periode trisemester ke-III merupakan periode penuh penantian dan kewaspadaan akan kelahiran bayi.⁴ ibu akan mengalami perasaan was-was dan cemas dalam menghadapi persalinan, takut mati, keguguran, bayi lahir cacat dsb.⁵

¹ Ina Kuswanti. 2014. *Asuhan Kebidanan* . Yogyakarta: Pustaka Pelajar. Hal. 135

² Herawati. 2009. *Psikologi ibu dan anak*. Jakarta : Salemba Medika

³ Lutfi Mustofa dalam jurnal Psikoislamika vol. 11 no. 2 tahun 2014

⁴ Ibid. Hal. 135

⁵ Elizabeth Siwi Walyani. 2015. *Asuhan Kehamilan pada Kebidanan*. Yogyakarta : Pustaka Baru

Dalam menghadapi persalinan, persiapan dilakukan baik fisik maupun psikis. Persiapan fisik berupa menyiapkan nama bayi, pakaian bayi, tempat melahirkan, siapa pendamping persalinan dan psikis berupa persiapan mental seperti afirmasi positif.⁶ Kepercayaan diri diperlukan untuk menekan tingkat kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan. apakah ada Hubungan yang signifikan antara keduanya?

KERANGKA KERJA TEORITIK

1. Kepercayaan diri

Lauster mengatakan, kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau yakin atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri.⁷

Sedangkan menurut Philippa Davies, Percaya diri adalah yakin pada kemampuan-kemampuan sendiri, yakin pada tujuan hidupnya, dan percaya bahwa dengan akal budi orang akan mampu melaksanakan apa yang mereka inginkan. Orang yang percaya diri mempunyai harapan-harapan yang realistis, dan mampu menerima diri serta tetap positif meskipun sebagian dari harapan-harapan itu tidak terpenuhi.⁸

Kepercayaan diri adalah percaya dan yakin pada diri sendiri.

⁶ Herawati Mansur, dkk. 2015. *Psikologi Ibu dan Anak*. Jakarta : Salemba Medika

⁷ Lauster, Peter. 2002. *Tes Kepribadian*. Jakarta : Gaya Media Pertama. Hal. 4

⁸ Davies, Philippa. 2004. *Meningkatkan Rasa Percaya Diri*. Yogyakarta : Torrent Books. Hal. 1-2

Ciri-ciri orang yang memiliki kepercayaan diri menurut Peter Lautser (dalam Asmadi Alsa) adalah :

- A) percaya pada kemampuan diri sendiri,
- B) bertindak mandiri dalam mengambil keputusan,
- C) memiliki rasa positif pada diri diri sendiri, dan
- D) berani mengungkapkan pendapat

2. Kecemasan menghadapi persalinan

Kecemasan merupakan hal yang wajar, apalagi jika itu menyangkut kehamilan pada anak pertama (primigravida) dikarenakan kehamilan merupakan hal yang luar biasa menyangkut perubahan fisiologis, psikologis dan biologis yang mengubah hidup seorang wanita (Lutfi Mustofa dalam Jurnal Psikoislamika vol. 11 no.2 tahun 2014)

- a. Ciri-ciri kecemasan menghadapi persalinan adalah Ciri-ciri Fisik dari gangguan kecemasan menurut Nevid, Jeffry dkk (2005; 32) adalah : a) kegelisahan, b) kegugupan, c) tangan/ anggota tubuh yang bergetar atau gemetar, d) Telapak tangan yang berkeringat, e) pening atau pingsan, f) Mulut/ tenggorokan terasa kering, g) Sulit bicara, h) Sulit Bernafas, i) Jantung berdetak kencang, j) Jari-jari dan anggota tubuh menjadi dingin, k) Merasa lemas, l) Terdapat gangguan sakit perut / mual, m) Panas dingin, o)Sering buang air kecil, p) wajah terasa memerah, q) Merasa sensitive atau mudah marah.⁹
- b. Ciri-ciri kognitif dari gangguan kecemasan menurut Nevid, Jeffry. Dkk (2005, 32-33) adalah : a) khawatir tentang sesuatu, b) keyakinan bahwa sesuatu yang mengerikan

⁹ Nevid, Jeffry. Dkk. 2005. Hal. 32-33

akan segera terjadi, tanpa ada penjelasan yang jelas c) merasa terancam oleh orang, d) ketakutan akan kehilangan control, e) ketidakmampuan atau ketakutan dalam menghadapi masalah, f) berpikir bahwa dunia akan mengalami keruntuhan, g) Berfikir bahwa semuanya tidak dapat lagi dapat dikendalikan, h) berfikir bahwa semua terasa sangat membingungkan dan tidak bisa diatasi, i) Khawatir terhadap hal-hal yang sepele, j) berfikir tentang hal-hal yang mengganggu yang sama secara berulang-ulang, k) pikiran terasa tercampur aduk atau kebingungan, l) tidak mampu menghilangkan pikiran-pikiran yang terganggu, m) Khawatir akan ditinggal sendirian, n) Sulit berkonsentrasi.¹⁰

HIPOTESIS PENELITIAN

H_a : Ada hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi persalinan

H_0 : tidak adanya hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi persalinan

METODE PENELITIAN

Menggunakan pendekatan Kuantitatif dengan jumlah sampel sebanyak 40 orang ibu hamil primigravida trisemester III. Penelitian dilakukan di RSNU Kab. Tuban. Alat pengumpulan data Angket kuisisioner dengan Skala kepercayaan diri sejumlah 40 aitem dan Skala Kecemasan menghadapi persalinan sejumlah 45 Aitem dengan menggunakan skor skala likert.

¹⁰ *Ibid. Hal. 32-33*

Metode penelitian ini dihitung dengan menggunakan rumus analisis data korelasi product moment Karl Pearson, dibantu dengan komputasi SPSS 16.0 for windows.

HASIL PENELITIAN

Pengujian korelasi Pearson data digunakan untuk mengetahui besar hubungan antara Kepercayaan diri dan Kecemasan dari 40 responden.

Hipotesis yang digunakan dalam pengujian adalah:

H_0 : tidak ada hubungan yang signifikan antara Kepercayaan diri dan Kecemasan

H_a : ada hubungan yang signifikan antara Kepercayaan diri dan Kecemasan

Apabila signifikansi $< 0,025$, maka H_0 ditolak (H_a diterima), sebaliknya apabila signifikansi $\geq 0,025$, maka H_0 diterima (H_a ditolak).

Pengujian hipotesis pada Tabel 4.14. dengan menggunakan uji korelasi Pearson dilakukan untuk mengetahui hubungan antara Kepercayaan diri dan Kecemasan.

Tabel 4.14. Hasil Uji Korelasi Pearson Kepercayaan diri dan Kecemasan

Variabel	Rata-rata \pm SD	r_{hitung}	Signifikansi	Keterangan
Kepercayaan diri	117,800 \pm 11,966	-0,571	0,000	Terdapat hubungan signifikan
Kecemasan	161,400 \pm 7,001			

Pada tabel 4.14, diperoleh nilai r_{hitung} sebesar -0,571 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Nilai signifikansi yang diperoleh bernilai kurang dari 0,025 (signifikansi $< 0,025$) sehingga diputuskan H_0 ditolak dan disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara

Kepercayaan diri dengan Kecemasan. Hasil korelasi yang diperoleh bernilai negatif. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat kepercayaan diri, maka terdapat kecenderungan bahwa akan semakin rendah tingkat kecemasan. Sebaliknya semakin rendah tingkat kepercayaan diri, maka terdapat kecenderungan bahwa akan semakin tinggi tingkat kecemasan.

Hasil perhitungan dengan SPSS 16.0 for windows adalah Diperoleh nilai r_{hitung} sebesar -0,571 dengan nilai signifikasi sebesar 0,000. Nilai signifikasi yang diperoleh bernilai kurang dari 0,025 (signifikasi < 0,025) sehingga diputuskan H_0 ditolak, yang artinya disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi persalinan di RSNU Kab. Tuban.

KESIMPULAN

Disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi persalinan. Diperoleh nilai r_{hitung} sebesar -0,571 dengan nilai signifikasi sebesar 0,000. Nilai signifikasi yang diperoleh bernilai kurang dari 0,025 (signifikasi < 0,025) sehingga diputuskan H_0 ditolak. Sehingga semakin tinggi tingkat kepercayaan diri semakin rendah kecemasan menghadapi persalinan dan semakin rendah kepercayaan diri maka cenderung akan semakin tinggi kecemasan menghadapi persalinan.

DAFTAR PUSTAKA

- Davies, Philippa. 2004. *Meningkatkan Rasa Percaya Diri*. Yogyakarta : Torrent Books.
- Elizabeth Siwi Walyani. 2015. *Asuhan Kehamilan pada Kebidanan*. Yogyakarta :
Pustaka Baru
- Herawati. 2009. *Psikologi ibu dan anak*. Jakarta : Salemba Medika
- Herawati Mansur, dkk. 2015. *Psikologi Ibu dan Anak untuk kebidanan*. Jakarta : Salemba
Medika
- Ina Kuswanti. 2014. *Asuhan Kebidanan* . Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
Jurnal Psikoislamika vol. 11 no. 2 tahun 2014
- Lauster, Peter. 2002. *Tes Kepribadian*. Jakarta : Gaya Media Pertama.