

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Kepercayaan diri diperlukan oleh setiap manusia dalam kehidupan sehari-hari, untuk diri sendiri dalam fungsinya sebagai makhluk individu, berhubungan dengan orang lain dalam fungsinya sebagai makhluk sosial, untuk menghadapi keadaan yang membingungkan, keadaan yang mencemaskan, dan situasi-situasi sulit, menghadapi masalah yang terprediksi maupun yang tidak, dan juga kehidupan sehari-hari dihadapi oleh seseorang dalam fungsinya sebagai makhluk sosial.

Kepercayaan diri memberikan energi yang lebih besar pada seseorang dan sangat berguna, apalagi jika dipadukan dengan keberanian dan wawasan yang mumpuni. Kepercayaan diri dapat membangun mental positif yang baik untuk perkembangan kepribadian, hubungan baik dengan orang lain, harga diri (self esteem), konsep diri, dan kesejahteraan mental (well-being). Dalam menghadapi persoalan, seseorang akan memerlukan kepercayaan diri yang kuat, supaya tidak mudah terjajah dan tertindas secara mental maupun fisik oleh seseorang ataupun oleh situasi yang sebenarnya itu bisa diatasi tanpa merugikan seseorang atau pihak-pihak tertentu.

Alfred Adler mengatakan bahwa kebutuhan manusia yang paling penting adalah kebutuhan akan kepercayaan diri dan rasa superioritas.<sup>1</sup>

Kehamilan merupakan periode krisis yang berakhir dengan kelahiran bayi. Selama kehamilan pada umumnya ibu mengalami perubahan baik itu perubahan fisik maupun psikis yang nampaknya hal tersebut berhubungan dengan perubahan biologis (hormonal) yang dialaminya. Emosi ibu hamil cenderung labil. Reaksi perubahan yang ditujukan terhadap kehamilan dapat berlebihan dan berubah-ubah.<sup>2</sup>

Pada saat wanita dinyatakan hamil, wanita akan memasuki fase – fase berhentinya menstruasi, mual dan muntah, ngidam, syncope (pingsan), kelelahan, payudara tegang, sering miksi (berkemih), konstipasi (sembelit), pigmentasi kulit di area-area tertentu, epulis (gusi bengkak), dan varises (pelebaran pembuluh darah yang terlihat seperti stretch mark di paha dan payudara).<sup>3</sup> Ibu akan merasakan pembesaran perut, gerakan janin dalam rahim, denyut jantung janin, bagian-bagian janin yang membesar didalam perut ibu hamil, dan melihat kerangka janin dalam USG.<sup>4</sup>

Bagi Perempuan, Kepercayaan diri dapat berpengaruh pada proses kelancaran kelahiran, mempengaruhi kekebalan janin, mental janin yang dikandung, kesehatan janin, dan kesehatan ibu hamil itu sendiri . Kepercayaan diri memberikan pengaruh pada kekuatan mental ibu hamil, untuk menghadapi proses persalinan. proses kehamilan yang dialami selama 9 bulan lamanya, memberikan berbagai pengalaman

---

<sup>1</sup> Lauster, P. 2002. *Tes Kepribadian*. Jakarta : Gaya Media Pratama. Hal. 13-14

<sup>2</sup> Herawati. 2009. *Psikologi Ibu dan anak*. Jakarta: Salemba Medika

<sup>3</sup> Ibid. Hal. 72

<sup>4</sup> Ibid. Hal. 73-74

dalam diri ibu hamil. Perubahan Hormon ibu hamil pertama, memberikan gejala-gejala fisik seperti mual, muntah, perubahan mood ibu hamil, yang hanya dirasakan oleh ibu hamil itu sendiri. Perubahan-perubahan tersebut juga meliputi perubahan bentuk tubuh, perubahan pola pikir menuju kedewasaan menjadi ibu, perubahan pola makan karena tuntutan untuk memenuhi kebutuhan nutrisi dan gizi janin, perubahan adaptasi emosional dalam hubungan dengan suami untuk merencanakan kerjasama dalam menjalani tugas mempersiapkan diri sebagai orang tua, bahkan perubahan pola hidup dengan mengubah kebiasaan lama sebelum hamil, menggantinya dengan kebiasaan baru karena akan bertambah lagi anggota baru dalam keluarga, yakni anak.<sup>5</sup>

Hal tersebut memberikan pengalaman yang begitu luar biasa bagi ibu, apalagi hal itu terjadi dalam kehamilan pertama (primigravida). Pada kehamilan pertama, semuanya masih terasa baru. Perubahan demi perubahan dilalui ibu hamil, mulai bulan pertama kehamilan sampai bulan kesembilan terjadi perubahan baik secara fisik maupun psikis. kualitas janin yang juga ditentukan mulai bayi masih dalam kandungan yang membuat seorang ibu menjadi terpacu dalam memberikan nutrisi, menjaga kesehatan, kestabilan emosi, merangsang kecerdasan otak anak dengan menceritakan kisah-kisah teladan, mendengarkan musik, yoga, pilates, doa-doa bagi kesehatan bayi dan berbagai stimulasi untuk merangsang tumbuh kembang janin dalam kandungan ibu menjadi berkualitas.

---

<sup>5</sup> Ibid. Hal.67

Adanya kehamilan ini membutuhkan persiapan untuk melahirkan atau bersalin. Persiapan yang dilakukan selain yang bersifat fisik mulai memikirkan dimana persalinan akan dilakukan, memilih dokter atau bidan, biaya yang akan dikeluarkan, siapa yang akan mendampingi persalinan, kelengkapan kebutuhan bayi seperti box, kamar, pakaian, namun juga diperlukan juga persiapan yang bersifat mental seperti afirmasi positif, dukungan dari keluarga terdekat, suami, ibu, dan teman dekat. Selain itu motivasi terhadap diri sendiri juga akan memberikan pengaruh pada kelancaran proses persalinan itu sendiri<sup>6</sup>

Di Indonesia 95% tenaga kesehatan di Indonesia tidak terlalu memperhatikan kondisi psikis ibu hamil namun lebih memperhatikan kondisi fisik<sup>7</sup>, dari 373.000.000 ibu hamil, 107.000.000 (28,7 %) diantaranya mengalami kecemasan menghadapi persalinan. Di pulau Jawa sendiri terdapat 673.675 ibu hamil, terdapat 355.875 dari populasi mengalami kecemasan menghadapi persalinan<sup>8</sup>.

WHO memperkirakan lebih dari 585.000 orang diseluruh dunia mengalami kematian saat hamil/ bersalin. Di negara miskin, 20-25% kematian wanitanya disebabkan oleh kehamilan, kelahiran, dan nifas. Berdasarkan Survey demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2007, Derajat kesehatan ibu dan anak masih perlu ditingkatkan dan masih jauh dari MDGs (millennium Development Goals) yang menarget Angka Kematian Ibu (AKI) yakni 102 dari 100.000 kelahiran hidup, yang

---

<sup>6</sup> Walyani, Elisabeth Siwi. Amd. Keb. 2014. *Asuhan Kebidanan pada kehamilan*. Yogyakarta : PT. Pustaka Baru. Hal. 111

<sup>7</sup> Suryani, E. 2010. *Psikologi ibu dan Anak*. Yogyakarta : Fitramaya.

<sup>8</sup> Depkes RI. 2008

ditandai dengan kematian ibu 228 per 100.000 kelahiran hidup, dan tahun 2008 terdapat 4692 jiwa ibu melayang dimasa kehamilan, kelahiran dan nifas dan Lebih bertambah banyak pada tahun 2012 sebanyak 359 per 100.000 kelahiran hidup. Dan hal itu masih jauh dari target AKI Di Indonesia angka kematian bayi (AKB) 34/1000 kelahiran hidup<sup>9</sup>

Kehamilan pertama (primigravida) tentu berbeda dengan kehamilan kedua, dan seterusnya. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Arthur dan Coleman (1980) Pada kehamilan pertama, kecemasan dan kegugupan akan persalinan seringkali lebih tinggi dikarenakan minimnya pengalaman, mendengar cerita dari orang lain, takhayul – takhayul yang kemudian menimbulkan perasaan takut, cemas dan khawatir bahkan stress.<sup>10</sup>

Pada zaman dahulu tentu berbeda dengan zaman sekarang. ibu hamil pada zaman dahulu tentu tidak lebih mudah daripada zaman sekarang. Secara umum kondisi kesehatan Warga Negara Indonesia telah meningkat dengan baik, akan tetapi data statistik menunjukkan bahwa tingkat kematian ibu (*Maternal Mortality Rate*) di Indonesia masih tergolong tinggi yaitu 6-8 per 1000 kelahiran. Angka ini sangat tinggi dibandingkan dengan angka kematian ibu di negara-negara maju seperti Jepang, Amerika Serikat, Kanada, Eropa yang berkisar antara 1,5 – 3 per 1000

---

<sup>9</sup> Kementerian Kesehatan RI. 2014. Profil kesehatan RI tahun 2013. Kementerian Kesehatan RI, Jakarta. yang ditulis oleh Dita Anugrah dalam Kompasiana tanggal 10 November 2014. Pkl: 00:43:01

<sup>10</sup> Arthur & Coleman, L. 1980. *Psikologi untuk wanita hamil*. (terjemahan : Mirianty.S). Jakarta : Penerbit Indah Jaya

kelahiran <sup>11</sup>. Namun, perkembangan ilmu pengetahuan dan kedokteran terus mengalami kemajuan yang begitu pesat dan modern sehingga persalinan pun tidak lagi rumit seperti zaman dahulu. Hal tersebut memudahkan Ibu hamil zaman sekarang oleh pilihan – pilihan, yang membuat ibu hamil lebih fleksibel dalam menentukan bagaimana cara akan melahirkan. Apakah akan melahirkan secara normal, atau operasi caesar untuk mengurangi rasa nyeri ketika terjadi kontraksi sekaligus meminimalisir kecemasan sebelum terjadinya persalinan. <sup>12</sup>

Namun demikian manusia zaman dahulu dengan sekarang tetaplah sama secara biologis. <sup>13</sup> Secara alamiah, proses persalinan yang sebenarnya pun tetaplah ada rasa sakit dan perawatan setelahnya sehingga kecemasan dan kegugupan itu tidak serta merta hilang, meski pilihan-pilihan dan alternative dan kemudahan sudah ada <sup>14</sup>

Kecemasan lainnya adalah keselamatan ibu hamil itu sendiri, keselamatan anak, kesehatan bayi, kenormalan fisik dan mental bayi, kecemasan akan fisik ibu yang menjadi jelek, takut mati dan takut keguguran.. Kecemasan sendiri wajar apabila masih dalam taraf normal, artinya kecemasan tersebut tidak membahayakan ibu hamil, janin dan keluarga terdekat. Kecemasanpun menjadi tidak normal manakala kecemasan itu berlebihan, membahayakan kondisi fisik dan psikis ibu hamil, janin dan keluarga terdekat. <sup>15</sup>

---

<sup>11</sup> Poedjio, P; Rukanda, A; Soemarso, E & Moeloek, R.A. 1988. *Kumpulan Materi Seminar Nasional Kesejahteraan Ibu : 28 Juni*. Jakarta.

<sup>12</sup> Suryani, E. 2010. *Psikologi ibu dan Anak*. Yogyakarta : Fitramaya

<sup>13</sup> Bobak, Lawdermilk & Jensen. 2004

<sup>14</sup> Rohjati. 2003

<sup>15</sup> Nevid, Jefry. Dkk. 2005. *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Erlangga.

Pada proses kehamilan, Trisemester ketiga sering disebut periode dengan penuh kewaspadaan, pada periode ini wanita mulai menyadari kehadiran bayi sebagai makhluk terpisah sehingga ia menjadi tak sabar menanti kehadiran sang bayi. Ada perasaan was-was mengingat bayi dapat lahir kapanpun. Hal ini membuatnya berjaga-jaga sementara ia memperhatikan dan menunggu tanda dan gejala persalinan muncul.

16

Trisemester ketiga juga merupakan waktu persiapan yang aktif terlihat dalam menanti kelahiran bayi dan menjadi orang tua sementara perhatian utama wanita berfokus pada bayi yang akan dilahirkan. Pergerakan janin dan pembesaran uterus, keduanya menjadi hal yang terus menerus mengingatkan tentang keberadaan bayi. Orang disekitarnya mulai membuat rencana untuk bayi yang akan dilahirkan. Pergerakan janin dan pembesaran uterus, keduanya menjadi hal yang terus-menerus mengingatkan tentang keberadaan bayi yang dinantikan. Wanita tersebut lebih protektif terhadap bayi yang dinantikan. Wanita tersebut menjadi lebih protektif terhadap bayi, mulai menghindari keramaian atau seseorang atau apapun yang ia anggap berbahaya. Ia membayangkan bahaya mengintip dalam dunia diluar sana. Memilih nama untuk bayinya merupakan persiapan menanti kelahiran bayi. Ia menghadiri kelas-kelas sebagai persiapan menjadi orang tua. Pakaian-pakaian bayi

---

<sup>16</sup> Walyani, Elisabeth Siwi. Amd. Keb. 2014. *Asuhan Kebidanan pada kehamilan*. Yogyakarta : PT. Pustaka Baru. Hal. 66

mulai dibuat atau dibeli. Kamar-kamar disusun atau dirapikan. Sebagian besar pemikiran difokuskan pada perawatan bayi.<sup>17</sup>

Namun demikian sejumlah kekuatan pun muncul di trisemester ketiga. Wanita mungkin merasa cemas dengan kehidupan bayi dan kehidupannya sendiri, seperti : apakah nanti bayinya akan lahir abnormal, terkait persalinan dan kelahiran, apakah ia akan menyadari cedera akibat tendangan bayi. Ia kemudian menyibukkan diri agar tidak memikirkan hal-hal lain yang tidak diketahuinya.

Ia juga mengalami proses duka lain ketika mengantisipasi hilangnya perhatian dan hak istimewa khusus lain selama ia hamil, perpisahan antara ia dan bayinya tidak dapat dihindarkan, dan perasaan kehilangan karena uterusnya yang penuh tiba-tiba akan mengempis dan ruang tersebut menjadi kosong.

Wanita akan kembali merasakan ketidaknyamanan fisik yang semakin kuat menjelang akhir kehamilan. Ia akan merasa canggung, jelek, berantakan dan memerlukan dukungan yang sangat besar dan konsisten dari pasangannya. Pada trisemester sebelumnya akan menghilang karena abdomennya yang semakin besar menjadi halangan. Alternative posisi dalam berhubungan seksual dan metode alternative untuk mencapai kepuasan dapat membantu atau menimbulkan perasaan bersalah jika ia merasa tidak nyaman dengan cara-cara tersebut. Berbagai perasaan

---

<sup>17</sup> Ibid. Hal. 67

secara jujur dengan perasaan dengan konsultasi mereka dengan anda menjadi sangat penting.<sup>18</sup>

Dari uraian diatas, timbul asumsi adanya korelasi antara kepercayaan diri ibu dengan tingkat kecemasan ibu hamil primigravida trisemester ketiga yang akan menghadapi persalinan sebagai salah satu persiapan psikologis bagi wanita hamil pertama agar dapat menghadapi kelahiran bayinya dengan tenang dan baik. Sebelumnya telah ada penelitian yang berjudul “Tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan pada primigravida trisemester III di BPM Sang timur Klaten” tahun 2013, yang ditulis oleh Anastasia Inggrit Nur Widayanti dalam tugas akhir D3 kebidanannya, menyatakan bahwa 20% dari responden menunjukkan bahwa tingkat kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan pada primigravida trisemester III ada pada tingkatan sedang. Penelitian lainnya adalah penelitian yang dilakukan oleh Siti Mar’atun Sholihah Universitas Islam Indonesia tahun 2005 dengan judul “hubungan antara kepercayaan diri dan dukungan suami dengan kecemasan menghadapi kelahiran pada wanita hamil”, dengan hasil adanya hubungan yang sangat signifikan antara kepercayaan diri dan dukungan suami dengan kecemasan menghadapi kelahiran. Selain itu penelitian lainnya adalah skripsi Nurul Ainy (07410018) tahun 2011 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang berjudul “ Pengaruh pemberian terapi music klasik Mozart terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu hamil primigravida dalam menghadapi

---

<sup>18</sup> Ibid. hal. 67

proses persalinan di RS IPHI kota Batu”. Desain eksperimen pada penelitian tugas akhir ini menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan pemberian terapi musik klasik Mozart terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu hamil primigravida dalam menghadapi persalinan di RS IPHI Batu.

### **1.2 Rumusan Masalah**

Dalam suatu penelitian masalah yang akan diteliti perlu adanya perumusan masalah terlebih dahulu. Hal ini merupakan langkah yang sangat menentukan dalam sebuah penelitian. Dari uraian di atas dapat diketahui pokok permasalahan yang akan dikaji dalam penelitian ini, maka peneliti dalam pembahasan tentang hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil primigravida trisemester III di RSNU Tuban, sebagai berikut:

1. Apakah ada hubungan antara kepercayaan diri dan kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil primigravida trisemester III di RSNU Tuban?
2. Apakah aspek kepercayaan diri yang paling dominan berpengaruh dalam menghadapi kecemasan persalinan pada ibu hamil primigravida trisemester III di RSNU Tuban?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Sejalan dengan rumusan masalah di atas maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil primigravida trisemester III di RSNU Tuban
2. Untuk mengetahui apakah aspek yang paling dominan mempengaruhi kepercayaan diri terhadap kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil primigravida trisemester III di RSNU Tuban

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

Temuan dari penelitian ini di harapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun secara praktis.

##### **1. Teoritis**

Manfaat teoritis diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi pada bidang khususnya Psikologi klinis, kebidanan, kepribadian, atau bidang ilmu lain yang relevan, juga penelitian yang terkait dengan kepercayaan diri dan kecemasan dalam menghadapi persalinan pada wanita hamil Primigravida Trisemester III khususnya pasien poli kandungan dan bersalin di RSNU Tuban

##### **2. Praktis**

Bagi lembaga kesehatan dan umum, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam pengambilan kebijakan dan upaya untuk

memenuhi permasalahan kepercayaan diri dan kecemasan pada pasien yang menghadapi persalinan ibu hamil primigravida (anak pertama) trisemester III, baik secara caesar maupun normal, sehingga kecemasan bisa lebih ditekan dan persalinan dipersiapkan lebih dini. Khususnya lembaga tempat penelitian ini dilakukan yakni RSNU Tuban, dan lembaga kesehatan sejenis secara umum.

