

ANALISIS HUBUNGAN KARAKTERISTIK DENGAN ADAPTASI PERUBAHAN PSIKOLOGI PADA IBU HAMIL

ANALYSIS OF THE RELATIONSHIP BETWEEN ADAPTATION TO PSYCHOLOGICAL CHANGES AND CHARACTERISTICS OF PREGNANT WOMEN

Listia Dwi Febriati^{1*}, Zahrah Zakiyah², Rahmatia Putri Audina³

^{1,2} Dosen Prodi Kebidanan Program Sarjana, Universitas Respati Yogyakarta

³ Mahasiswa Prodi Kebidanan Program Sarjana, Universitas Respati Yogyakarta

¹listiadwi@respati.ac.id, ²zahrahzakiyah@respati.ac.id, ³Rhmtiaptri@gmail.com

*penulis korespondensi

Abstrak

Latar Belakang: Perubahan fisiologis pada sistem hormonal yang terjadi pada kehamilan akan memicu mood swing, yaitu kondisi emosi yang cenderung berubah-ubah. Selain itu, masalah psikologis yang sering menyerang ibu hamil adalah kecemasan. Hasil audit maternal perinatal Departemen Kesehatan RI tahun 2008 menunjukkan sebanyak 28,7% dari keseluruhan ibu hamil mengalami. Perubahan-perubahan yang terjadi pada masa kehamilan membuat seorang wanita harus mampu beradaptasi. Tujuan: untuk mengetahui hubungan antara karakteristik ibu hamil dilihat dari umur, pendidikan dengan adaptasi perubahan psikologi selama kehamilan di Puskesmas Piyungan Bantul Yogyakarta. Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan Kuantitatif merupakan penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivism untuk meneliti populasi atau sampel tertentu dan pengambilan sampel secara random dengan data menggunakan instrument, analisis data bersifat statistik. Metode penelitian korelasi dengan pendekatan *cross-sectional*. Hasil: hasil analisis Umur dengan adaptasi psikologi pada ibu hamil menggunakan *chi square* dengan nilai sig 0.011 yang artinya $< 0,05$ maka disimpulkan terdapat hubungan antara umur dengan adaptasi psikologi pada ibu hamil. Sedangkan pendidikan menunjukkan hasil sig 0,639 yang artinya > 0.05 sehingga disimpulkan tidak terdapat hubungan antara pendidikan dengan adaptasi psikologi pada ibu hamil. Kesimpulan: terdapat hubungan antara umur dengan adaptasi psikologi pada ibu hamil. Sedangkan pendidikan disimpulkan tidak terdapat hubungan antara pendidikan dengan adaptasi psikologi pada ibu hamil.

Kata kunci : Karakteristi; Psikologi; Ibu Hamil

Abstract

Background: Physiological changes in the hormonal system that occur during pregnancy will trigger mood swings, namely emotional conditions that tend to change. In addition, psychological problems that often attack pregnant women are anxiety. The results of the maternal perinatal audit of the Indonesian Ministry of Health in 2008 showed that 28.7% of all pregnant women experienced anxiety. The changes that occur during pregnancy make a woman must be able to adapt. Objective: to determine the relationship between the characteristics of pregnant women in terms of age, education and adaptation to psychological changes during pregnancy at the Piyungan Health Center Bantul Yogyakarta. Methods: This study uses a quantitative approach. The quantitative approach is the study of a particular population or sample based on a positivist philosophy and the use of instruments to extract a random sample of the data, and the data analysis is statistical (Sugiyono, 2015). Correlation study method with a cross-sectional approach. Results: the results of the analysis of Age with psychological adaptation in pregnant women using chi square with a sig value of 0.011, which means < 0.05 , it is concluded that there is a relationship between age and psychological adaptation in pregnant women. While education shows sig 0.639, which means > 0.05 , so it can be concluded that there is no relationship between education and psychological

adaptation in pregnant women. Conclusion: there is a relationship between age and psychological adaptation in pregnant women. Meanwhile, education concluded that there was no relationship between education and psychological adaptation in pregnant women.

Keywords: Characteristics; Psychology; Pregnant Women

1. PENDAHULUAN

Kehamilan adalah proses yang alamiah. Proses yang menyebabkan perubahan fisiologis dan psikologis seorang ibu karena perubahan hormone selama kehamilan [1]. Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal (2006) menjelaskan bahwa kehamilan merupakan suatu rangkaian perubahan fisik, psikologis, social dan spiritual bagi seorang wanita. Kehamilan dibagi menjadi tiga bagian bila ditinjau dari usia kehamilan, yaitu trimester pertama (0-12 minggu), trimester kedua (12-24 minggu) dan trimester ketiga (24-40 minggu) [2].

Selama kehamilan akan terjadi perubahan hormone esterogen dan progesterone. Emosi yang labil pada ibu hamil terjadi akibat perubahan hormonal. Terkadang apa yang ibu hamil bisa terima saat ini, dapat berubah pada keesokan harinya [3]. [4] menyebutkan bahwa psikologis ibu menjadi salah satu dari beberapa faktor yang berkontribusi dalam terjadinya persalinan lama, dimana persalinan lama merupakan salah satu penyebab tingginya AKI di Indonesia. Keadaan emosi yang labil juga memunculkan cemas dan khawatir pada ibu hamil. Kecemasan yang sering muncul yaitu adanya rasa takut terhadap kondisi kesehatan, kehamilan, kesulitan keuangan dan lainnya [4]. Kecemasan lainnya yang sering muncul yaitu kekhawatiran atas persalinan yang nantinya akan dihadapi, kekhawatiran akan kondisi bayinya dan bagaimana kondisi keluarga nantinya setelah bayi lahir [3]. Hasil Penelitian yang dilakukan oleh [5] menunjukkan bahwa kecemasan ibu selama prenatal berhubungan dengan penyakit yang diderita bayi setelah kelahiran.

Berdasarkan hal tersebut, penulis tertalik untuk melihat apakah ada hubungan antara karakteristik dengan adaptasi perubahan pada ibu hamil di Puskesmas Piyungan, Bantul, Yogyakarta.

2. MATERIAL DAN METODOLOGI

2.1 Kehamilan

Kehamilan adalah suatu proses pertumbuhan dan perkembangan janin dalam Rahim yang dimulai sejak konsepsi dan berakhir sampai awal persalinan [6]. Masa kehamilan dibagi menjadi tiga trimester. Trimester pertama merupakan periode permulaan munculnya seluruh organ utama, trimester kedua menjadi periode pertumbuhan dan perkembangan organ dan system organ yang kurang lebih terjadi hingga akhir bulan ke enam kehamilan, sedangkan trimester ketiga ditandai dengan pertumbuhan janin yang cepat disertai dengan pengendapan jaringan adipose [7].

2.2 Adaptasi Perubahan Psikologi

Adaptasi merupakan suatu pertahanan yang didapat sejak lahir atau didapat karena belajar dari pengalaman untuk menghadapi rintangan [8]. Adaptasi memiliki tujuan untuk memenuhi kebutuhan hidup manusia, baik secara biologis, psikologis, maupun sosial. Menurut Freud, tujuan adaptasi khususnya mekanisme pertahanan diri salah satunya adalah untuk mempertahankan diri sendiri dari kecemasan [9].

Adaptasi dalam dimensi emosional melibatkan penggunaan mekanisme koping psikologis yang normal untuk menyelesaikan stress. Perilaku adaptif psikologis individu membantu seseorang dalam menghadapi stressor. Perilaku adaptif psikologis dapat terbagi menjadi perilaku konstruktif dan perilaku destruktif. Perilaku konstruktif merupakan perilaku yang membantu individu dalam

menerima tantangan untuk menyelesaikan konflik, sedangkan perilaku destruktif merupakan perilaku yang mempengaruhi orientasi realitas, kemampuan penyelesaian masalah, serta kepribadian individu [9].

2.2.1. Adaptasi psikologi kehamilan trimester 1

Trimester pertama merupakan masa dimana terjadinya sebuah penantian dan juga terdapat awal dari kekhawatiran perempuan hamil mengenai penantian yang dilaluinya, dimana dalam hal ini terjadi perubahan beberapa kadar hormon di dalam tubuh sehingga bisa juga menimbulkan rasa yang tidak enak, kecemasan, dan bahkan tidak jarang ibu yang tidak bisa mengatasinya malah membenci kehamilan yang terjadi di dalam dirinya, sehingga terjadi sebuah rasa penolakan. Bahkan hampir 80% merasakan yang namanya depresi, gelisah dan juga rasa kecewa. Adanya perubahan saat masa kehamilan trimester pertama ini bisa di dasari dengan perubahan Teori Reva Rubin. Dalam hal ini adanya sebuah teori yang dilakukan melalui pencapaian seorang perempuan menjadi seorang ibu dan tentunya membutuhkan proses yang cukup panjang dan juga proses belajar dalam melaluinya. Pada trimester pertama juga seorang calon ibu sedang mencari pencapaian yang akan dilakukannya [10].

2.2.2. Adaptasi psikologi kehamilan trimester 2

Pada fase dan proses trimester kedua ini dimana banyak sekali fase kemunduran yang dilalui ibu hamil. Seorang ibu harus bisa mengembangkan identitas dirinya sebagai seorang ibu yang akan memiliki anak dan menyambut kehadiran si buah hati. Saat mulai memasuki awal dari trimester kedua ini perempuan akan jauh lebih sering mencermati berbagai perasaan yang ada di dalam dirinya, dimana potensial kemungkinan hubungan di antara ibu dan anak harus lebih dikaji lagi. Seorang ibu perlu dihargai dan juga dihormati. Karena banyak juga seorang perempuan yang takut pasangannya menganggap dirinya tidak menarik lagi, hal ini dikarenakan perubahan kondisi fisik yang terjadi selama hamil [10].

2.2.3. Adaptasi psikologi kehamilan trimester 3

Berdasarkan Penelitian yang dilakukan oleh Restikayanti [11]. dengan judul perubahan psikologis pada ibu hamil trimester 3 dapat dilihat mengalami perubahan psikologis positif 54,3%. Kehamilan pada trimester ketiga sering disebut sebagai fase penantian yang penuh dengan kewaspadaan. Periode ini ibu menyadari kehadiran bayi sebagai makhluk terpisah sehingga dia menjadi tidak sabar terhadap kehadiran bayinya tersebut. Ibu hamil mengalami ketidaknyamanan fisik karena merasa canggung dan merasa dirinya tidak menarik lagi. Sehingga dukungan dari pasangan sangat ia butuhkan [11].

Menurut Rubin bagaimana seorang wanita mencapai peran menjadi seorang ibu beserta intervensi-intervensi yang memungkinkan menimbulkan efek negative. Menekan pada pencapaian peran sebagai ibu, untuk mencapai peran ini seorang wanita memerlukan proses belajar melalui serangkaian aktivitas atau latihan. Dengan demikian, seorang wanita terutama calon ibu dapat mempelajari peran yang akan di alaminya kelak sehingga ia mampu beradaptasi dengan perubahan-perubahan yang terjadi khususnya perubahan psikologis dalam kehamilan dan setelah persalinan [10].

2.3 Metodologi

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan Kuantitatif merupakan penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivism untuk meneliti populasi atau sampel tertentu dan pengambilan sampel secara random dengan data menggunakan instrument, analisis data bersifat statistic [11]. metode penelitian korelasi dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Piyungan, Banguntapan Bantul, pada bulan Oktober 2021. Teknik pengambilan sampel adalah proses menyeleksi porsi dari populasi yang dapat mewakili populasi

yang ada. Dalam penelitian ini menggunakan teknik *accidental sampling* yaitu pengambilan sampel yang dilakukan dengan mengambil kasus atau responden yang kebetulan ada. Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang memenuhi kriteria inklusi yang datang ke Puskesmas Piyungan Banguntapan Bantul DIY. Jumlah sampel penelitian ini sebanyak 58 sampel. Adapun instrument penelitian ini menggunakan kuesioner terkait karakteristik dan adaptasi perubahan psikologi pada ibu hamil.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Karakteristik responden

Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Pendidikan Responden		
Dasar	6	10,3
Menengah	41	70,7
Tinggi	11	19
Total	58	100
Umur		
< 20 Tahun	4	6,9
21-35 Tahun	46	79,3
> 36 tahun	8	13,8
Total	58	100

Sumber data primer (2021)

Berdasarkan tabel tersebut, diperoleh karakteristik ibu hamil mayoritas memiliki pendidikan Menengah yaitu 41 (70,7%) responden ibu hamil. Berdasarkan umur responden paling banyak dalam kategori umur 21-35 tahun sebanyak 46 (79,3). Pendidikan mampu membawa pengaruh besar terhadap kualitas dan perilaku hidup masyarakat karena pendidikan merupakan media transformasi kepribadian dan pengembangan diri [13]. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori bahwa Usia < 20 tahun dan > 35 tahun berisiko untuk hamil dan melahirkan [14]. Usia ideal bagi ibu untuk mengandung adalah 20-35 tahun, hal itu dikarenakan pada usia ini organ reproduksi telah matang dengan sempurna sehingga siap menerima kehamilan. Berdasarkan penelitian ini responden berada dalam usia ideal untuk hamil yaitu usia 21 – 35 sebanyak 46 (79,3).

Tabel 2 Adaptasi Psikologi Pada Ibu Hamil

Kategori	Jumlah	Persentase (%)
Positif	43	74,1
Negatif	15	25,9
Total	58	100

Sumber data primer (2021)

Berdasarkan tabel tersebut, paling banyak ibu hamil mengalami adaptasi psikologi yang positif sebanyak 43 ibu hamil 74,1%. Adaptasi merupakan suatu pertahanan yang didapat sejak lahir atau didapat karena belajar dari pengalaman untuk menghadapi rintangan [8]. Adaptasi memiliki tujuan untuk memenuhi kebutuhan hidup manusia, baik secara biologis, psikologis, maupun sosial. Menurut Freud, tujuan adaptasi khususnya mekanisme pertahanan diri salah satunya adalah untuk mempertahankan diri sendiri dari kecemasan [9]. Adaptasi psikologis ibu hamil perlu dikondisikan terutama pada trimester III, hal ini bertujuan agar ibu tenang menghadapi

persalinan, karena jika ibu sudah tidak bisa beradaptasi akan berdampak pada persalinan yang lama. Semua ibu hamil yang digunakan dalam penelitian ini merupakan ibu hamil dari semua trimester. Menarik sekali pada kuesioner yang berkaitan dengan adaptasi psikologis hampir semua responden mendapatkan poin 3 dan 4 yang artinya adaptasi psikologi positif dengan pernyataan ibu hamil sangat senang bisa merasakan gerakan bayinya. Hal ini merupakan indikator bahwa adaptasi perubahan psikologi ibu positif. Pada periode ini ibu hamil akan memiliki kesadaran untuk memulai perubahan dalam fokusnya diri sendiri kepada bayi yang dikandungnya [15].

Tabel 3 Hubungan Pendidikan dengan Adaptasi Psikologi pada Ibu Hamil

		Adaptasi Psikologi				Total		ρ
		Positif		Negatif		n	%	
		n	%	n	%			
Pendidikan	Dasar	5	83,3	1	16,7	6	100	0,0639
	Menengah	29	70,7	12	29,3	41	100	
	Tinggi	9	81,8	2	18,2	11	100	
Total		43	74,1	15	25,9	58	100	

Sumber data primer (2021)

Hasil analisis *Chi Square* dengan nilai p value $0.0639 > 0.05$ yang artinya tidak terdapat hubungan antara pendidikan dengan adaptasi psikologi pada ibu hamil. Penerimaan dan pemahaman terhadap informasi yang diterima seseorang yang berpendidikan tinggi lebih baik dibandingkan dengan seseorang yang berpendidikan rendah, pendidikan yang tinggi mempermudah ibu menerima informasi baru sehingga tidak akan acuh ta acuh terhadap informasi kesehatan sedangkan semakin rendah pendidikan maka pengetahuan pun sangat terbatas sehingga acuh ta acuh terhadap program kesehatan yang ada. Sedangkan pengetahuan merupakan sekumpulan informasi yang dipakai dan diperoleh melalui proses selama hidup dan digunakan sebagai alat penyesuaian diri bagi diri sendiri maupun lingkungan [16].

Tabel 4 Hubungan Umur dengan Adaptasi Psikologi pada Ibu Hamil

		Adaptasi Psikologi				Total		ρ
		Positif		Negatif		n	%	
		n	%	n	%			
Umur	< 20 Tahun	1	25	3	75	4	100	0,011
	21-35 Tahun	34	73,9	12	26,1	46	100	
	> 36 tahun	8	100	0	0	8	100	
Total		43	74,1	15	25,9	58	100	

Sumber data primer (2021)

Hasil analisis diperoleh nilai p value $0.011 < 0.05$ yang artinya terdapat hubungan antara umur ibu hamil dengan adaptasi psikologi pada ibu hamil. Hasil analisis diperoleh terdapat hubungan antara Umur dengan perubahan adaptasi ibu hamil. Umur reproduksi yang sehat dan aman adalah umur 20-35 tahun. Semakin tua usia ibu saat hamil berpengaruh terhadap produksi progesterone yang tidak adekuat dan dapat menyebabkan hasil konsepsi tidak dapat berimplantasi dengan baik. Usia kehamilan > 35 Tahun rentan mengalami komplikasi saat kehamilan seperti eklamsia, pre

eklamsia, diabetes gestasional, anemia dan meiotic error oocyte yang sering mengakibatkan abnormalitas kromosom dikarenakan fungsi organ reproduksi yang cenderung menurun [16].

4. KESIMPULAN

4.1. Kesimpulan

- a. Tidak terdapat hubungan antara pendidikan dengan adaptasi psikologi pada ibu hamil
- b. Terdapat hubungan antara umur ibu hamil dengan adaptasi psikologi pada ibu hamil.

4.2. Saran

Kepada Puskesmas Piyungan Bantul diharapkan dapat digunakan sebagai Acuan dalam memberikan penyuluhan khususnya Usia Remaja atau pra Nikah tentang Usia yang ideal untuk hamil.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Walyani, E.S. Asuhan Kebidanan Pada Masa Kehamilan. Yogyakarta : Pustaka Baru Press, 2015.
- [2] RI, Kemenkes. Profil Kesehatan Indonesia 2015. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI, 2016.
- [3] Faktor-faktor yang berhubungan dengan Tingkat Kecemasan Menjelang Persalinan Pada Ibu Primigravida Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang . Handayani, R. 1, s.l. : Ners Jurnal Keperawatan, 2012, Vol. II.
- [4] Kecemasan dalam Menjelang Persalinan Ditinjau dari Paritas, Usis dan Tingkat Pendidikan. Heriani. 2, Yogyakarta : Jurnal Ilmu Kesehatan Aisyah, 2016, Vol. I. 1-7.
- [5] Pilitteri, A. Maternal and Child Health Nursing: care of the childbearing and childbearing family, 6th Edition. Philadelphia : Lippincott Williams & Wilkins, 2010.
- [6] Manuaba. Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan KB. Jakarta : EGC, 2010.
- [7] Translation and Adaptation of the Spirituality and Spiritual Care Rating Scale in Portuguese Palliative Care Nurses. Martins, A R, et al. 2015, Revista de Enfermagem Referencia, Vol. IV, hal. 89-97.
- [8] Sunaryo. Psikologi Untuk Keperawatan. Jakarta : EGC, 2004.
- [9] Candra, I W, Harini, I G A dan Sumirta, I N. Psikologi Landasan Keilmuan Praktik Keperawatan Jiwa (1st ed). Yogyakarta : ANDI, 2017.
- [10] Widaryanti, R dan Febriati, L D. Buku Ajar Psikologi dalam Kehamilan Persalinan dan Nifas. Yogyakarta : Respati Press, 2020.
- [11] Korelasi Perubahan Psikologis Ibu Hamil Dengan Tingkat Kepuasan Seksual Suami. Rustikayanti, R N, Kartika, Ira dan Herawati, Yanti. 2016, Midwife Journal, hal. 62-71.
- [12] Sugiyono, P. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D. Bandung : CV Alfabeta, 2015.
- [13] Sukmadinata, N S. Pengembangan Kurikulum Teori dan Praktik. Bandung : Remaja Rosdakarya, 2010.
- [14] Wiknjastro, H. Ilmu Kebidanan. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawiroharjo, 2010.
- [15] Adaptasi Psikologi Ibu Hamil dalam Pencapaian Peran sebagai Ibu Di Puskesmas Kembaran II Kabupaten Banyumas. Pangesti, Wilis Dwi. 2018, Viva Media, hal. 13-21.
- [16] Notoatmodjo, S. Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta : Rineka Cipta, 2007.

- [17] Kartono, K. Psikologi Mengenal Wanita Sebagai Ibu dan Nenek Jilid 2. Bandung : CV. Mandar Maju, 2007.
- [18] Maternal Prenatal Anxiety and Stress Predict Infant Illnesses and Health Complaints. Beijers R., Jansen, J., Walraven. M.R., & Weerth, C. 2, s.l. : Journal of the American Academy of Pediatrics, 2010, Vol. 126.
- [19] Martini, F. H., Nath, J. L., & Bartholomew, E. F. Fundamentals of Anatomy & Physiology. 9th edition. US : Benjamin Cummings, 2012.
- [20] Candra, I. W., Harini, I.G. A., & Sumirta, I. N. Psikologi Landasan Keilmuan Praktik Keperawatan Jiwa. Yogyakarta : ANDI, 2017.