

Hubungan Keikutsertaan Kelas Ibu Hamil Dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil TM 3 Di Wilayah Kerja Puskesmas Sabrang

Ika Sari Widayanti¹, Rifzul Maulina²

^{1,2}Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen

Corresponding Author: ikaesma2726@gmail.com

Published: July, 2025

ABSTRAK

Introduction: Anxiety during pregnancy poses a significant risk to both maternal and infant health. To address this, pregnant women's classes offer a group learning platform focused on various aspects of health during this period, including childbirth, postpartum care, and newborn care. These classes incorporate practical sessions utilizing the KIA Book. This study specifically aimed to determine the relationship between attending these classes and the anxiety levels of pregnant women in their third trimester as they approach labor. **Research Methods:** This study employed a quantitative analytic survey with a cross-sectional design. Data was collected from 30 respondents using the HARS questionnaire. For analysis, we used SPSS and performed a Chi-Square test, with a p-value of less than 0.05 indicating statistical significance. **Research Results:** Our research, conducted on the 30 respondents, yielded a p-value of 0.036 from the Chi-Square test, which is less than 0.05. **Conclusion:** Based on these findings, we conclude that there is a significant relationship between participation in pregnant women's classes and the level of anxiety experienced by third-trimester pregnant women facing labor at the Sabrang Health Center.

Keywords: Participation, Pregnancy Classes, Anxiety Levels

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

PENDAHULUAN

Proses persalinan adalah suatu proses melahirkan secara fisiologis dalam kehidupan. Namun, proses ini kerap menjadi hal yang menakutkan bagi ibu hamil, apalagi jika ibu kurang memahami tanda-tanda awal persalinan (Nugroho & Cahyanti, 2017). Pengetahuan tentang tanda-tanda awal persalinan menjadi bekal penting yang harus dimiliki setiap ibu hamil. Dengan demikian, ibu dapat mendeteksi adanya komplikasi yang berpotensi berbahaya saat persalinan, sehingga diharapkan persalinan dapat berlangsung normal dan aman bagi ibu maupun bayi (Kristianingsih & Suryanti, 2019).

Pelayanan didalam antenatal sendiri dapat dikategorikan sebagai pilar kehidupan kedua dalam safe motherhood, yang berfungsi untuk mempersiapkan kesiapan ibu agar lebih kuat dalam menghadapi persalinan. Kurangnya kesiapan ibu menjadi salah satu hal yang dapat menyebabkan kematian ibu dan anak (Wikawati et al., 2023).

Menurut World Health Organization (WHO) kematian ibu merupakan salah satu hal yang cukup besar di banyak negara berkembang termasuk di Indonesia, karena lebih dari 50% ibu hamil biasanya akan mengalami masalah obstetri secara akut. WHO telah memperkirakan jumlah Angka

Kematian Ibu (AKI) kini telah tercatat sebanyak >900 perempuan meninggal di setiap hari akibat komplikasi yang dialami semasa hamil dan semasa proses melahirkan. Masalah Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) tetap menjadi isu krusial di sektor kesehatan Indonesia. Kondisi ini dipicu oleh tingginya angka kematian ibu (AKI) dan angka kematian bayi (AKB) yang mencatatkan rekor tertinggi di antara negara-negara ASEAN. Sebagai contoh, pada tahun 2019 saja, jumlah kematian ibu mencapai 310 dari total 110.000 kelahiran.

Berdasarkan studi pendahuluan yang melibatkan 10 ibu hamil di Puskesmas Sabrang, ditemukan bahwa sebagian besar, yaitu 7 dari 10 responden, mengungkapkan rasa cemas terkait proses persalinan mereka. Kecemasan ini diperparah oleh kekhawatiran akan keselamatan atau kemungkinan cacat pada bayi yang akan lahir. Fenomena ini diduga kuat disebabkan oleh minimnya pengetahuan ibu mengenai kehamilan dan persalinan secara fisiologis.

Pemerintah Indonesia telah menerapkan pendekatan multifaset untuk mempercepat penurunan angka kematian ibu dan bayi. Inti dari strategi ini adalah pelembagaan program Kelas Ibu Hamil, sebuah inisiatif nasional yang dirancang untuk meningkatkan pengetahuan ibu dan keluarga serta memfasilitasi perubahan perilaku yang mendukung peningkatan hasil kesehatan ibu. Program ini, yang dilaksanakan melalui pusat layanan kesehatan di seluruh Indonesia di bawah naungan Kementerian Kesehatan, bertujuan untuk menumbuhkan kesadaran yang lebih besar akan pentingnya perawatan prenatal dan praktik sehat selama kehamilan. Diduga bahwa penyebaran informasi dan perubahan perilaku yang ditimbulkan oleh program ini akan memberikan kontribusi yang signifikan terhadap penurunan angka kematian ibu dan bayi. Dalam kelas ini, metode pembelajaran yang digunakan antara lain adalah membahas materi yang terdapat pada Buku KIA (Wikawati et al., 2023).

Pelaksanaan kelas ibu bermanfaat dalam hal persiapan baik secara fisik maupun psikologis ibu dalam menghadapi persalinan. Dalam segi psikologis kegiatan ibu dapat meningkatkan kepercayaan diri yang cukup dalam menghadapi persalinan. Hal ini terutama diakibatkan karena selama mengikuti kelas hamil peserta diberikan penyuluhan mengenai persalinan, perawatan nifas dan perawatan bayi yang baru lahir sehingga melalui kegiatan kelas ibu hamil peserta akan menjadi lebih siap dalam menjalankan proses persalinan (July Heryanti, Wasis Pujianti, 2024). Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh (Wikawati et al., 2023) tentang keikutsertaan ibu hamil dalam mengikuti kelas hamil menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara keikutsertaan ibu hamil dalam kelas hamil dengan ibu yang memiliki tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan.

Minimnya kehadiran ibu hamil didalam mengikuti kelas hamil maka akan berdampak pada ibu hamil bahkan keluarganya, sehingga minim mendapat informasi terkait persiapan persalinan sehingga dapat menjadikan efek samping seperti ibu tidak mengetahui bahaya persalinan, tidak mampu mengambil keputusan, terlambat merujuk dan terlambat ditangani (Naharani et al., 2018). Dengan diadakannya program pemerintah yang berfokus pada edukasi kesehatan ibu hamil perlu diteliti lebih lanjut untuk menilai efektivitasnya dalam menurunkan risiko terjadinya komplikasi saat melahirkan. Data terbaru menunjukkan adanya hubungan antara keterlambatan penanganan di fasilitas kesehatan dengan meningkatnya kasus persalinan yang bermasalah. Temuan ini menegaskan pentingnya evaluasi terhadap sejauh mana program tersebut dapat meningkatkan kesiapan ibu dalam menghadapi proses melahirkan, terutama dalam mengatasi faktor-faktor yang menyebabkan keterlambatan mencari pertolongan medis.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan keikutsertaan kelas hamil dengan tingkat kecemasan persalinan pada ibu hamil TM III di Puskesmas Sabrang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dirancang secara kuantitatif untuk menelaah ada tidaknya keterkaitan antara keikutsertaan ibu hamil dalam program kelas khusus dengan tingkat kecemasan yang mereka alami. Melalui metode survei analitik dan desain cross-sectional, studi ini memusatkan pengumpulan datanya di Puskesmas Sabrang. Sebanyak 30 ibu hamil di trimester ketiga, yang direkrut

menggunakan non-probability sampling, menjadi subjek penelitian. Proses akuisisi data dilakukan bersamaan melalui observasi dan pengisian kuesioner HARS. Untuk interpretasi data, diterapkan analisis univariat dan bivariat dengan bantuan SPSS, di mana uji Chi-Square digunakan untuk menguji hipotesis dengan batas signifikan Cronbach Alpha < 0,05.

HASIL

1. Karateristik Responden

Tabel 1. Karateristik Responden

Karateristik	Kategori	F	%
Usia	20 – 29 Tahun	16	53,3
	30 – 39 Tahun	12	40,0
	>40 Tahun	2	6,7
	Total	30	100,0
Pendidikan	SD	6	20,0
	SMP	12	40,0
	SMA	8	26,7
	S1 / Sarjana	4	13,3
	Total	30	100,0
Pekerjaan	IRT	14	46,7
	Petani	6	20,0
	Pegawai	6	20,0
	Wiraswasta	4	13,3
	Total	30	100,0

Berdasarkan Tabel 1. Karateristik responden, didapatkan bahwa karateristik responden dengan kategori berdasarkan usia berada pada rentan usia 20 - 29 tahun dengan presentase 53,3%, berdasarkan kategori pendidikan responden terbanyak berada pada kategori SMP dengan jumlah responden 12 atau 40%, berdasarkan kategori pekerjaan terbanyak yaitu IRT dengan jumlah responden 14 atau 46,7%,

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Keikutsertaan dan Tingkat Kecemasan

	Kategori	F	%
Tingkat Kecemasan	Tidak Cemas	0	0
	Cemas Ringan	4	13,3
	Cemas Sedang	16	53,3
	Cemas Berat	10	33,3
	Cemas Sangat Berat	0	0
	Total	30	100,0
Keikutsertaan	Tidak Ikutserta	15	50,0
	Ikutserta	15	50,0
	Total	30	100,0

Berdasarkan Tabel 2. Didapatkan hasil bahwa tingkat kecemasan ibu hamil dengan TM 3 di Puskesmas Sabrang yaitu berada dikategori kategori cemas sedang dengan 16 responden atau 53,3%, dan keikutsertaan kelas ibu hamil yaitu 15 responden ikut serta dan 15 responden tidak ikutserta.

Tabel 3. Hubungan Keikutsertaan Kels Ibu Hamil dengan Tingkat Kecemasan Ibu

Tingkat Kecemasan Ibu	Kehadiran Kelas Ibu Hamil				<i>P Value</i>
	Tidak Ikutserta		Ikutserta		
	f	%	f	%	
Tidak Mengalami Cemas	0	0,0	0	0,0	0,036
Cemas Ringan	4	13,3	0	0,0	
Cemas Sedang	5	16,6	11	36,0	
Cemas Berat	6	20,0	4	13,0	
Cemas Sangat Berat	0	0,0	0		
Total	15	50,0	15	50,0	

Berdasarkan Tabel 3. Didapatkan nilai *p value* tingkat kecemasan dengan kehadiran keikutsertaan kelas ibu hamil dengan TM 3 yaitu 0,036 yang berarti memiliki hubungan.

PEMBAHASAN

Hubungan Keikutsertaan dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil TM 3

Berdasarkan tabel hasil penelitian diatas, menunjukkan bahwa nilai *p value* yaitu 0,036 sehingga nilai *p value* < 0,05 yang artinya korelasi positif ditemukan antara partisipasi dalam kelas pendidikan pranatal dan tingkat kecemasan pada ibu hamil TM 3. Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan mengenai persalinan masih ada di kalangan ibu hamil, terutama mereka yang tidak memanfaatkan pendidikan pranatal..

Menurut hasil penelitian (Wikawati et al., 2023) menyatakan bahwa terjadinya kecemasan pada ibu hamil dapat dipengaruhi oleh pengetahuan yang dimilikinya, maka semakin tinggi pengetahuan ibu terkait kehamilan, maka akan semakin berkurang tingkat kecemasan ibu. Selain tingkat pengetahuan yang dimiliki, berbagai stresor yang dialami oleh ibu hamil juga berperan penting dalam memengaruhi tingkat kecemasan menjelang persalinan. Stresor tersebut dapat berupa faktor psikologis, sosial, ekonomi, maupun dukungan keluarga. Ketika ibu tidak mampu mengelola stres dengan baik, maka kecemasan terhadap proses persalinan pun cenderung meningkat, yang dapat berdampak pada kesiapan fisik dan mental dalam menghadapi kelahiran.

Menurut penelitian (Nugroho & Cahyanti, 2017) Untuk mengurangi kecemasan yang dialami selama kehamilan, ibu dapat mengikuti Kelas Ibu Hamil yang mencakup berbagai kegiatan edukatif dan interaktif. Di dalam kelas ini, peserta tidak hanya mendapatkan penyuluhan kesehatan, tetapi juga berkesempatan untuk berbagi pengalaman antar sesama ibu hamil, serta mengikuti aktivitas fisik seperti senam hamil atau yoga. Melalui kegiatan penyuluhan, ibu hamil dapat meningkatkan pengetahuan, mengubah sikap, serta membentuk perilaku yang positif dalam menghadapi masa kehamilan dan persiapan persalinan.

Kurikulum program pendidikan antenatal mencakup gambaran menyeluruh tentang kehamilan, meliputi adaptasi fisiologis yang dialami selama kehamilan, dan potensi komplikasi yang mungkin timbul.(Kristianingsih & Suryanti, 2019). Selain itu, Kurikulum ini dirancang untuk mencakup aspek-aspek krusial dalam kesehatan ibu dan bayi baru lahir, meliputi perawatan selama kehamilan (pranatal), proses persalinan, serta perawatan pascapersalinan yang mencakup konseling kontrasepsi dan perawatan bayi baru lahir. Selain itu, kurikulum ini juga menyoroti pentingnya memahami keyakinan serta praktik sosial budaya yang berkaitan dengan kehamilan. Lebih lanjut, materi pembelajaran mencakup upaya pencegahan penyakit menular dan penekanan pada urgensi pencatatan kelahiran dari sisi hukum.

Edukasi kesehatan selama masa ANC memiliki tujuan untuk mempersiapkan proses kelahiran, baik dari aspek fisik maupun psikologis (Naharani et al., 2018). Edukasi ini juga berfungsi sebagai bentuk dukungan agar orang tua lebih memahami berbagai kebutuhan yang muncul selama kehamilan, termasuk kebutuhan emosional, sosial, psikologis, dan fisik. Dalam pelaksanaan Kelas Ibu Hamil, kegiatan tersebut dilengkapi dengan sesi senam hamil di akhir pertemuan. Senam hamil ini berperan sebagai salah satu sarana relaksasi yang bermanfaat bagi ibu hamil dalam mengelola stres serta menjaga kebugaran tubuh menjelang persalinan (July Heryanti, Wasis Pujiyanti, 2024).

Berdasarkan hasil penelitian (Panjaitan & Monika, 2020) menunjukkan Temuan penelitian ini menguatkan literatur yang telah ada, yang menyatakan bahwa pendidikan pranatal secara signifikan memengaruhi tingkat kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan. Program ini dirancang untuk meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai kehamilan, potensi komplikasi, serta proses persalinan itu sendiri. Dengan meningkatnya pengetahuan tersebut, kecemasan yang dirasakan ibu hamil cenderung berkurang, sehingga mereka dapat menghadapi proses persalinan dengan lebih tenang dan percaya diri.

KESIMPULAN

Dengan adanya partisipasi dari 30 ibu hamil dalam kegiatan kelas ibu hamil di Puskesmas Sabrang dapat menunjukkan hubungan yang signifikan terhadap tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan, dengan hasil uji statistik chi square memperoleh nilai *p-value* sebesar 0,036.

Saran bagi peneliti selanjutnya untuk perlu adanya peningkatan dan penguatan peran petugas kesehatan dalam memberikan informasi dan edukasi kepada ibu hamil dengan TM III dan perlu dilakukan penambahan responden untuk lebih menguatkan penelitian.

REFERENSI

- July Heryanti, Wasis Pujiarti, L. W. (2024). KELAS IBU HAMIL TERHADAP MENGHADAPI PERSALINAN. *JURNAL VOKASI KESEHATAN* [Http://Ejournal.Poltek.kes-Pontianak.Ac.Id/Index.Php/JVK](http://Ejournal.Poltek.kes-Pontianak.Ac.Id/Index.Php/JVK).
- Kristianingsih, A., & Suryanti, E. (2019). Hubungan Keikutsertaan Kelas Ibu Hamil Terhadap Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Trimester III Di Desa Branti Raya Kecamatan Branti Lampung Selatan Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Mulawarman (JKMM)*, 1(2), 64. <https://doi.org/10.30872/jkmm.v1i2.2961>
- Naharani, A. R., Siswati, & Fatkhiyah, N. (2018). Hubungan Perilaku Keikutsertaan Kelas Ibu Hamil Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Primigravida Trimester Iii. *Jurnal SIKLUS*, 07(02), 300–305.
- Nugroho, R. N., & Cahyanti, R. D. (2017). Hubungan Partisipasi Kelas Ibu Hamil Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Risiko Tinggi. *Jurnal Kedokteran Diponegoro (Diponegoro Medical Journal)*, 6(2), 1166–1177. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/medico/article/view/18628>
- Panjaitan, M., & Monika, S. (2020). *Pengaruh Kelas Ibu Hamil Terhadap Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Persalinan Upt Puskesmas Berampu Desa Berampu Kecamatan Berampu Kabupaten Dairi*. 194–202.
- Sugiyono. (2019). *METODOLOGI PENELITIAN KUANTITATIF*.
- Wikawati, F., Hernawati, Y., Yuliandari, M., Indriati, M., Risyanti, B., Studi, P., Kebidanan, S., Dharma, S., & Bandung, H. (2023). *Hubungan Keikutsertaan Kelas Ibu Hamil Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Persalinan Di Desa Margaluyu Kecamatan Campaka Tahun 2023*. 001, 1–5.