Journal of Innovative and Creativity
Journal Homepage: https://joecy.org/index.php/joecy
e-mail: journaljoecy@gmail.com

Faculty of Education
University of Pahlawan Tuanku Tambusai
ISSN 2775-771X (Online)
ISSN 2962-570X **(Printed)**
5 (3) 2025, Page 11962-11972

Hubungan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Dengan Kesiapan Menghadapi Persalinan Di Wilayah Kerja Puskesmas Somagede

Riyanti[1], Ikhwah Mu'minah[2]
Universitas Muhammadiyah Purwokerto
Corresponding Author: Riyanti, Ikhwah Mu'minah, E-Mail: riyantiaik1@gmail.com

Published: September, 2025

ABSTRAK

Kehamilan merupakan masa transisi penting yang dapat menimbulkan tantangan fisik dan emosional, sering kali memicu krisis psikologis seperti kecemasan. Kecemasan pada ibu hamil umumnya muncul akibat ketakutan terhadap proses persalinan, nyeri, dan kondisi pascapersalinan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat kecemasan dengan kesiapan ibu hamil dalam menghadapi persalinan. Menggunakan desain deskriptif analitik dengan pendekatan kuantitatif dan rancangan cross-sectional, penelitian melibatkan 56 ibu hamil trimester III. Hasil menunjukkan bahwa 51,8% responden mengalami kecemasan ringan, sedangkan 48,2% mengalami kecemasan sedang hingga berat. Sebanyak 73,2% responden belum memiliki kesiapan optimal untuk menghadapi persalinan. Uji statistik menunjukkan adanya hubungan signifikan antara tingkat kecemasan dan kesiapan persalinan (p-value 0,003 < 0,005), dengan koefisien korelasi 0,441 (p-value 0,001), yang menunjukkan hubungan positif dengan kekuatan sedang. Artinya, semakin tinggi tingkat kecemasan, semakin besar pengaruhnya terhadap kesiapan menghadapi persalinan. Menariknya, sebagian kecil responden dengan kecemasan berat justru menunjukkan kesiapan yang lebih baik. Temuan ini menekankan pentingnya dukungan psikologis, konseling, dan program manajemen stres untuk meningkatkan kesiapan ibu hamil dalam menghadapi persalinan serta menjaga kesehatan mental mereka.

Kata Kunci: Ibu Hamil,Kecemasan, Kesiapan Persalinan

ABSTRACT

Pregnancy is a critical transitional period that may pose both physical and emotional challenges, often triggering psychological crises such as anxiety. Anxiety among pregnant women typically stems from fear of childbirth, pain, and postpartum conditions. This study aims to analyze the correlation between anxiety levels and birth preparedness among pregnant women. Employing a descriptive-analytic design with a quantitative, cross-sectional approach, the study involved 56 third-trimester pregnant women. Results indicated that 51.8% of respondents experienced mild anxiety, while 48.2% had moderate to severe anxiety. Additionally, 73.2% of participants were found to be inadequately prepared for childbirth. Statistical analysis revealed a significant correlation between anxiety levels and birth preparedness (p-value = 0.003 0.005), with a correlation coefficient of 0.441 (p-value = 0.001), indicating a moderate positive relationship. This suggests that higher anxiety levels are associated with greater influence on birth preparedness. Interestingly, a small portion of respondents with severe anxiety demonstrated better preparedness. These findings underscore the importance of psychological support, counseling, and stress management programs to enhance pregnant womens readiness for childbirth and safeguard their mental well-being.

Keywords: Pregnant Women, Anxiety, Birth Preparedness.

© 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

Kehamilan adalah salah satu momen yang penting di kehidupan seorang wanita, di mana banyak perasaan bahagia dan harapan tercipta. Tetapi disisi lain, kehamilan bisa menjadi masa yang penuh tantangan dan tekanan, baik secara fisik atau emosional. Keadaan seperti ini sering menjadi krisis emosional bagi sebagian wanita dan bila tidak dikelola dengan baik, dapat menimbulkan komplikasi bagi ibu dan bayi. Bukti menunjukkan bahwa berbagai masalah somatik dan psikologis seperti ketakutan, kecemasan, dan depresi sering kali mengiringi kehamilan (Nurlatifah et al, 2024)

Kecemasan adalah kondisi psikologis yang ditandai dengan perasaan takut dan khawatir terhadap hal-hal yang belum tentu terjadi (Muyasaroh, 2020). Beberapa faktor yang dapat menyebabkan kecemasan pada ibu hamil antara lain kekhawatiran tentang kemampuannya untuk melahirkan secara normal, ketakutan tidak dapat menahan rasa sakit saat proses persalinan, kekhawatiran mengenai kesehatan dirinya setelah melahirkan, persalinan yang tidak sesuai harapan seperti perlu dirujuk atau dilakukan tindakan medis, serta tidak dapat langsung bertemu dengan bayi setelah melahirkan (Nurliawati et al., 2024). Kecemasan yang sering dialami oleh ibu hamil, adalah dengan prevalensi sebesar 29,2%, dibandingkan dengan ibu postpartum yang hanya 16,5%. Diperkirakan antara 15-23% wanita hamil mengalami kecemasan, yang dapat berdampak negatif bagi kesehatan ibu dan bayi yang dilahirkan (Wahyuni dkk, 2022). Kecemasan ini terkait dengan perasaan khawatir, yang terdiri dari rasa takut sebesar 27,4%, serta ketidakjelasan emosi terhadap objek spesifik sebesar 47,5%. Menurut World Health Organization (WHO), sekitar 13% ibu hamil mengalami gangguan kecemasan, umumnya berupa depresi. Di negara berkembang, angka ini bisa mencapai 19,8%. WHO juga mencatat bahwa depresi pada ibu hamil dapat menyulitkan mereka dalam merespons kebutuhan bayi setelah melahirkan. Di Indonesia, sekitar 28,7% dari 107.000.000 ibu hamil mengalami kecemasan, dengan prevalensi 36,7% di Pulau Jawa, terutama pada ibu hamil trimester III yang cemas menghadapi persalinan (Pratama et al, 2024).

Yuniarsih (2018) menyatakan bahwa kecemasan yang dirasakan oleh ibu hamil akan meningkat pada kehamilan pada trimester III, hal ini sering kali disebabkan oleh rasa takut menghadapi proses persalinan, beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan atau ketakutan adalah kekhawatiran terhadap kemungkinan kematian, rasa sakit dan penderitaan selama persalinan, kesehatan janin seperti kecacatan atau kematian, ketakutan kehilangan kendali diri, perasaan tidak berdaya, rasa kesepian atau takut ditolak oleh orang lain, serta kekhawatiran akan adanya komplikasi persalinan yang memerlukan rujukan ke fasilitas dengan pelayanan lebih lengkap atau tindakan Caesar (Fitri Yanti, 2024). Kecemasan dapat berdampak negatif pada ibu hamil sejak konsepsi hingga melahirkan, dapat menghambat perkembangan janin dan gangguan kontraksi otot rahim sehingga dapat membahayakan kesehatan ibu dan janin (Novitasari, 2013). Kecemasan tidak hanya berdampak pada proses kelahiran saja, namun juga berdampak pada tumbuh kembang anak. Stres, terutama pada akhir kehamilan, dapat menyebabkan penurunan berat badan lahir (Novelia et al., 2022).

Eneng Yolanda Agustin (2023) menyatakan bahwa, persiapan psikologis merupakan salah satu hal penting yang harus dilakukan oleh ibu menjelang persalinan, yaitu dengan menghindari kepanikan dan ketakutan serta menjaga ketenangan, sehingga dapat membantu ibu hamil untuk dapat menghadapi proses persalinan dengan lebih baik dan lebih siap. Rasa takut saat persalinan dapat diatasi dengan meminta keluarga atau suami untuk ikut mendukung ibu saat persalinan melalui sentuhan kasih sayang dan meyakinkan ibu bahwa persalinan akan berjalan lancer, selain itu, dukungan moral dari keluarga serta respons cepat terhadap keluhan ibu juga sangat penting (Arpen et al, 2022).

Kesiapan psikologis adalah salah satu strategi menyeluruh untuk mengurangi kecemasan selama persalinan dengan meningkatkan kewaspadaan ibu selama proses persalinan. Ini juga merupakan kunci intervensi untuk menurunkan angka kematian ibu dan bayi. Mempersiapkan kelahiran serupa dengan mempersiapkan kemungkinan komplikasi, yaitu dengan mengantisipasi terjadinya komplikasi selama persalinan dan memberikan persiapan bagi ibu yang hamil untuk pertama kali. Dukungan dan perhatian dari orang-orang terdekat dapat membuat seorang wanita merasa lebih tenang dan nyaman (Nainggolan Kristin, 2023). Selain itu penanganan kecemasan pada ibu hamil juga dapat dilakukan dengan cara non-farmakologi yaitu dengan cara mendengarkan Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman sebanyak 78 ayat selama 20 menit setiap pagi dan sore selama tiga hari berturut-turut. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wargeya (2021), yang menyatakan bahwa terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman yang dilakukan selama tiga hari dapat secara signifikan mengurangi tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III (Puspitasari1 et al, 2024).

Berdasarkan hasil capaian kegiatan KESGA Puskesmas Somagede bulan Januari-Februari 2025 dari ibu hamil trimester III yang berjumlah 61 yang bersalin normal 35 (57%) yang bersalin di Puskesmas Somagede 17 (27,8%) dan 18 (29,5%) di rujuk ke Rumah Sakit karena adanya gangguan kontraksi rahim yang disebabkan ibu mengalami kecemasan menanti kelahiran bayinya, sedangkan ibu yang bersalin dengan tindakan medis sebanyak 26 (42,6%) sehingga persalinan yang di Rumah Sakit mencapai 44 (72,13%). Dari data diatas dapat diambil kesimpulan bahwa dari ibu hamil yang 29,5% apabila dikelola dengan baik secara psikologisnya seharusnya bisa bersalinan normal di Puskesmas Somagede (Kesga, 2025). Berdasarkan uraian latar belakang tersebut di atas maka perlu dilakukan penelitian dengan judul, "hubungan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III dengan kesiapan menghadapi persalinan di Wilayah kerja Puskesmas Somagede".

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional yang mempelajari hubungan antara tingkat kecemasan dan kesiapan menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Somagede. Data dikumpulkan secara simultan pada satu titik waktu tertentu melalui kuesioner yang telah diujikan validitas dan reliabilitasnya. Variabel independen

dalam penelitian ini adalah tingkat kecemasan ibu hamil yang diukur menggunakan skala *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS), sementara variabel dependen adalah kesiapan persalinan yang diukur dengan kuesioner kesiapan persalinan berbasis skala Guttman.

Populasi penelitian terdiri dari 65 ibu hamil trimester III yang melakukan pemeriksaan kehamilan di Puskesmas Somagede, dengan sampel sebanyak 56 responden yang diambil secara purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Proses pengumpulan data meliputi pemberian informed consent, pengisian kuesioner, dan koordinasi dengan pihak Puskesmas serta bidan desa. Data hasil kuesioner kemudian melalui tahapan pengolahan data seperti *editing, coding, scoring,* dan *data entry* untuk memudahkan analisis menggunakan perangkat lunak statistik SPSS. Analisis data dilakukan dengan analisis univariat untuk mendeskripsikan karakteristik variabel serta analisis bivariat menggunakan uji *Spearman Rank Correlation* untuk menguji hubungan antara tingkat kecemasan dan kesiapan menghadapi persalinan. Penelitian juga menerapkan prinsip etika penelitian seperti penghormatan terhadap hak partisipan, kerahasiaan data, serta keuntungan dan perlindungan bagi responden selama penelitian berlangsung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Somagede

Variabel penelitian terdiri dari tingkat kecemasan ibu hamil trimester III (variabel bebas) dan kesiapan menghadapi persalinan (variabel terikat). Responden berdasarkan tingkat kecemasan ibu hamil timester III, dijelaskan pada tabel distribusi frekuensi sebagai berikut.

Tabel 1 Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III

Tingkat Kecemasan	Frekuency (n)	Persent (%)
Tidak Ada Kecemasan	0	0,0
Kecemasan Ringan	29	51,8
Kecemasan Sedang	18	32,1
Kecemasan Berat	9	16,1
Panik	0	0,0
Total	56	100

Sumber : Data Primer 2025

Berdasarkan Tabel 4.2, dari total 56 responden, diperoleh hasil bahwa tingkat kecemasan responden terdiri dari : kecemasan ringan sebanyak 29 orang (51,8%), kecemasan sedang sebanyak 18 orang (32,1%), dan kecemasan berat sebanyak 9 orang (16,1%). Tidak ditemukan responden yang tidak mengalami kecemasan maupun yang mengalami kepanikan. Hal ini menjukan bahwa sebagian besar ibu hamil mengalami kecemasan ringan, disusul kecemasan sedang dan berat, serta tidak ditemukan yang tanpa kecemasan maupun mengalami kepanikan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pada ibu hamil terbagi dalam beberapa kategori dengan mayoritas mengalami kecemasan ringan. Kemudian diikuti oleh sebagian responden yang

mengalami tingkat kecemasan sedang dan berat. Menariknya, tidak ditemukan adanya responden yang sama sekali tidak mengalami kecemasan maupun yang mengalami kepanikan. Temuan ini mengindikasikan bahwa kecemasan merupakan kondisi yang cukup umum dialami oleh ibu hamil, meskipun tingkat keparahannya bervariasi. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti perubahan fisik dan psikologis selama kehamilan, serta tekanan lingkungan sekitar.

Penelitian yang sejalan dengan temuan ini menunjukkan bahwa kecemasan selama kehamilan cenderung hadir dalam berbagai tingkatan, dengan kecemasan ringan hingga sedang sebagai yang paling umum dialami oleh ibu hamil. Misalnya, studi oleh Herdianti et al (2020). menegaskan bahwa sebagian besar ibu hamil mengalami kecemasan ringan yang terkait dengan ketakutan terhadap proses persalinan dan kondisi janin. Selain itu, penelitian oleh Rahmawati dan rekannya juga mendukung temuan ini dengan menyebutkan bahwa kecemasan ringan menjadi respons umum dalam menghadapi perubahan dan ketidakpastian selama masa kehamilan. Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Indrayani dan Prihayati (2023) di Jurnal Keperawatan Jiwa menemukan bahwa mayoritas ibu hamil trimester pertama tidak mengalami kecemasan. Hanya sebagian kecil yang mengalami kecemasan ringan, sementara sebagian besar lainnya tidak menunjukkan gejala kecemasan. Penelitian ini menunjukkan bahwa tidak semua ibu hamil mengalami kecemasan, bahkan pada trimester pertama yang sering dianggap sebagai periode rentan. Kecemasan yang dirasakan oleh ibu hamil akan meningkat pada kehamilan pada trimester III, hal ini sering kali disebabkan oleh rasa takut menghadapi proses persalinan, beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan atau ketakutan adalah kekhawatiran terhadap kemungkinan kematian, rasa sakit dan penderitaan selama persalinan, kesehatan janin seperti kecacatan atau kematian, ketakutan kehilangan kendali diri, perasaan tidak berdaya, rasa kesepian atau takut ditolak oleh orang lain, serta kekhawatiran akan adanya komplikasi persalinan yang memerlukan rujukan ke fasilitas dengan pelayanan lebih lengkap atau tindakan Caesar (Fitri Yanti, 2024).

Kecemasan dapat berdampak negatif pada ibu hamil sejak konsepsi hingga melahirkan, dapat menghambat perkembangan janin dan gangguan kontraksi otot rahim sehingga dapat membahayakan kesehatan ibu dan janin (Novitasari, 2013). Kecemasan tidak hanya berdampak pada proses kelahiran saja, namun juga berdampak pada tumbuh kembang anak. Stres, terutama pada akhir kehamilan, dapat menyebabkan penurunan berat badan lahir (Novelia et al., 2022). Dengan demikian, peneliti berpendapat bahwa kecemasan merupakan pengalaman yang umum dialami oleh ibu hamil dengan variasi tingkat keparahan, di mana kecemasan ringan hingga sedang lebih banyak ditemukan dibandingkan kecemasan berat atau tanpa kecemasan sama sekali. Asumsi peneliti adalah bahwa kecemasan ini dipengaruhi oleh faktor-faktor psikologis dan fisik selama kehamilan serta tekanan lingkungan, dan cenderung meningkat pada trimester ketiga karena kekhawatiran menghadapi persalinan dan kondisi janin. Selain itu, tingkat kecemasan yang berbeda-beda ini juga dapat dipengaruhi oleh dukungan sosial dan mekanisme koping yang dimiliki ibu hamil. Peneliti berasumsi bahwa kecemasan yang tidak tertangani dengan baik dapat

berdampak negatif pada kesehatan ibu dan perkembangan janin, sehingga penting untuk melakukan intervensi yang tepat selama kehamilan. Kecemasan selama kehamilan bukanlah sekadar respons emosional sesaat, tetapi dapat menimbulkan dampak fisiologis yang signifikan, seperti gangguan kontraksi otot rahim, hambatan dalam perkembangan janin, serta potensi komplikasi pada saat persalinan. Kecemasan selama kehamilan merupakan masalah yang sering terjadi dan merupakan hal yang normal akan tetapi dapat berdampak negatif bagi ibu dan janinnya (Wasis Purwo Wibowo, 2024).

Kesiapan Menghadapi Persalinan di Puskesmas Somagede

Responden berdasarkan kesiapan menghadapi persalinan di Wilayah Kerja Puskesmas Somagede dijelaskan pada tabel distribusi frekuensi sebagai berikut.

Tabel 2 Kesiapan Menghadapi Persalinan

Tingkat Kecemasan	Frekuency (n)	Persent (%)
Siap	15	26,8
Kurang Siap	41	73,2
Total	56	100

Sumber : Data Primer 2025

Berdasarkan Tabel 2 dari total 56 responden, diketahui bahwa mayoritas ibu hamil memiliki kesiapan menghadapi persalinan yang tergolong kurang siap, yaitu sebanyak 41 orang (73,2%). Sementara itu, hanya 15 responden (26,8%) yang tergolong siap dalam menghadapi persalinan. Hal ini menunjukan bahwa sebagian besar ibu hamil belum menunjukkan kesiapan yang optimal dalam menghadapi persalinan. Berdasarkan data yang diperoleh, diketahui bahwa sebagian besar ibu hamil menunjukkan kesiapan yang kurang dalam menghadapi persalinan, sementara hanya sebagian kecil yang berada dalam kategori siap. Temuan ini menunjukkan bahwa masih banyak ibu hamil yang belum sepenuhnya mempersiapkan diri secara fisik maupun mental untuk menghadapi proses kelahiran. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Melani dan Widyaningsih (2020) yang menemukan bahwa sebagian besar ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Sukmajaya mengalami tingkat kesiapan yang rendah, yang dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan dan dukungan sosial. Tetapi tidak sejalan dengan penelitian Alam & Fatimah (2023), yang menunjukkan bahwa mayoritas ibu hamil memiliki kesiapan yang baik dalam menghadapi persalinan, didukung oleh pengetahuan yang memadai dan kecemasan yang rendah.

Sari dan Yuliana (2022) juga mengungkapkan bahwa tingkat kesiapan ibu hamil sangat dipengaruhi oleh tingkat kecemasan dan pengalaman sebelumnya. Ibu yang baru pertama kali hamil cenderung merasa kurang siap karena belum memiliki gambaran nyata mengenai proses kelahiran, dan kurangnya persiapan psikologis menjadi salah satu faktor dominan yang menyebabkan ketidaksiapan tersebut. Menurut Muthoharoh (2018), kesiapan dalam menghadapi persalinan merupakan elemen krusial yang memengaruhi kelancaran proses persalinan. Namun, ibu hamil kerap mengalami hambatan dalam mempersiapkan diri akibat keterbatasan pengetahuan mengenai proses tersebut. Menjelang persalinan,

berbagai hal perlu dipersiapkan, seperti kesiapan secara psikologis, kondisi fisik yang optimal, serta perencanaan keuangan yang matang (Yuliana & Wahyuni, 2020).

Kesiapan menghadapi persalinan merupakan bagian dari upaya perencanaan dan langkah antisipatif terhadap berbagai tindakan yang mungkin diperlukan, termasuk dalam aspek fisik, mental, dan finansial. Tingkat kecemasan ibu menjelang persalinan sangat dipengaruhi oleh sejauh mana pengetahuan dan kesiapan yang dimilikinya. Ibu yang memiliki pemahaman serta kesiapan yang memadai cenderung lebih mampu menjaga kondisi kehamilannya dan mempersiapkan segala kebutuhan untuk proses persalinan, sehingga dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan (Anggraini et al., 2024). Dengan demikian peneliti berpendapat bahwa kesiapan ibu hamil dalam menghadapi persalinan sangat dipengaruhi oleh faktor pengetahuan, dukungan sosial, dan pengalaman sebelumnya. Sebagian besar ibu hamil cenderung kurang siap secara fisik dan mental karena keterbatasan pengetahuan tentang proses persalinan, kurangnya dukungan sosial, serta tingginya tingkat kecemasan, terutama bagi ibu yang baru pertama kali menjalani kehamilan. Kesiapan tersebut mencakup persiapan psikologis, fisik, dan perencanaan finansial yang matang sebagai upaya antisipatif agar proses persalinan dapat berjalan lancar. Pengetahuan dan kesiapan yang memadai diyakini mampu menurunkan kecemasan ibu hamil sehingga membantu menjaga kondisi kehamilan dan mempersiapkan kebutuhan persalinan secara optimal. Dukungan literatur dari Yuliana dan Wahyuni (2020) serta Anggraini et al. (2024) juga memperkuat bahwa kesiapan ibu baik secara fisik, mental, maupun finansial memiliki hubungan erat dengan tingkat kecemasan menjelang persalinan.

Analisis Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dengan Kesiapan Menghadapi Persalinan di Puskesmas Somagede

Hasil tabulasi silang antara tingkat kecemasan responden dengan kesiapan menghadapi persalinan sebagaimana tabel berikut.

Tabel 3 Tabulasi Tingkat Kecemasan dengan Kesiapan Menghadapi Persalinan

Tingkat Kecemasan	**Kesiapan Menghadapi Persalinan**				**Total**		**P-value**	**Correlation Coefficient**
	Siap		**Kurang Siap**					
	n	%	**n**	%	**n**	%		
Tidak ada kecemasan	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0,003	0,441
Ringan	3	5,4	26	46,4	29	51,8		
Sedang	6	10,7	12	21,4	18	32,1		
Berat	6	10,7	3	5,3	9	16,1		
Panik	0	0,0	0	0,0	0	0,0		
Total	15	26,8	41	73,2	56	100		

Sumber : Data Primer 2025

Berdasarkan Tabel 4.4, dari 56 responden, mayoritas mengalami kecemasan ringan sebanyak 29 orang (51,8%), dengan 3 orang (5,4%) yang siap dan 26 orang (46,4%) yang kurang siap menghadapi persalinan. Pada tingkat kecemasan sedang, terdapat 18 responden (32,1%), di mana 6 orang (10,7%) siap dan 12 orang (21,4%) kurang siap. Sedangkan pada kecemasan berat, sebanyak 9 responden (16,1%), 6 orang (10,7%) siap dan 3 orang (5,3%) kurang siap. Hasil analisa uji *Chi-Square* diperoleh nilai *p-value* 0,003 < α 0,005 yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kesiapan menghadapi persalinan. Dengan kata lain, tingkat kecemasan berpengaruh terhadap kesiapan ibu hamil dalam menghadapi persalinan

Dari data yang diperoleh, sebagian besar responden mengalami kecemasan ringan dan mayoritas dari mereka belum siap menghadapi persalinan. Pada kelompok dengan kecemasan sedang, terlihat peningkatan jumlah ibu yang siap dibandingkan kelompok kecemasan ringan, meskipun masih ada yang kurang siap. Sementara itu, pada tingkat kecemasan berat, proporsi ibu yang siap lebih tinggi dibandingkan yang kurang siap. Analisis statistik menggunakan uji *Chi-Square* menunjukkan bahwa hubungan antara tingkat kecemasan dan kesiapan menghadapi persalinan adalah signifikan, yang berarti kecemasan memengaruhi kesiapan ibu hamil. Selain itu, hasil uji korelasi *Rank Spearman* menguatkan temuan ini dengan nilai koefisien korelasi yang menunjukkan hubungan positif dan sedang antara kedua variabel. Dengan kata lain, semakin tinggi tingkat kecemasan yang dialami ibu, semakin besar pengaruhnya terhadap kesiapan mereka menghadapi persalinan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Sukmahati et al. (2024), menjelaskan bahwa sebagian besar ibu hamil mengalami kecemasan ringan, dengan kebanyakan dari mereka kurang siap menghadapi persalinan. Pada tingkat kecemasan yang lebih tinggi, jumlah ibu yang siap menghadapi persalinan meningkat. Analisis statistik menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dan kesiapan menghadapi persalinan, dengan korelasi positif yang menunjukkan bahwa semakin tinggi kecemasan, semakin besar pengaruhnya terhadap kesiapan ibu, di Klinik Bidan Cikmah Lubis pada tahun 2023. Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Astuti, R., & Sari, N. (2020), yang menunjukkan hasil yang berbeda, di mana tingkat kecemasan ibu hamil tidak selalu berhubungan signifikan dengan kesiapan menghadapi persalinan. Dalam beberapa kasus, meskipun tingkat kecemasan tinggi, kesiapan persalinan tetap baik, atau sebaliknya. Hal ini menunjukkan bahwa faktor lain seperti dukungan sosial, pengetahuan, dan pengalaman sebelumnya juga berperan penting dalam menentukan kesiapan ibu menghadapi persalinan.

Kesiapan menghadapi persalinan merupakan aspek penting yang mencakup kesiapan fisik, psikologis, dan sosial ibu hamil dalam menjalani proses persalinan. Pengetahuan yang memadai tentang proses persalinan, dukungan sosial dari keluarga dan tenaga kesehatan, serta kondisi psikologis yang stabil berperan besar dalam meningkatkan kesiapan ibu. Ibu yang siap secara fisik dan mental cenderung memiliki pengalaman persalinan yang lebih positif dan mampu mengelola kecemasan dengan lebih baik.

Studi terbaru menunjukkan bahwa intervensi seperti senam hamil dan kelas ibu hamil efektif dalam meningkatkan kesiapan ini dengan memberikan informasi dan dukungan yang dibutuhkan oleh ibu hamil (Batubara & Nurkholidah, 2024; Sukawati & Futriani, 2024). Selain itu, tingkat kecemasan ibu juga berkorelasi dengan kesiapan persalinan, sehingga pengelolaan kecemasan menjadi bagian penting dari persiapan persalinan (Ginting et al., 2024). Oleh karena itu, perhatian terhadap aspek psikologis dan edukasi selama kehamilan sangat penting untuk mempersiapkan ibu menghadapi persalinan dengan optimal.

Dengan demikian peneliti berpendapat bahwa bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan ibu hamil dengan kesiapan mereka dalam menghadapi persalinan. Semakin tinggi tingkat kecemasan yang dialami, justru dapat meningkatkan kesiapan ibu, karena kecemasan mungkin mendorong mereka untuk mencari informasi, persiapan fisik dan mental, serta dukungan sosial yang lebih besar. Meskipun demikian, kecemasan yang terlalu tinggi juga dapat menjadi hambatan bila tidak dikelola dengan baik. Oleh karena itu, peneliti juga mengasumsikan bahwa kecemasan bukan satu-satunya faktor yang menentukan kesiapan persalinan. Faktor lain seperti pengetahuan tentang proses persalinan, dukungan sosial dari keluarga dan tenaga kesehatan, pengalaman kehamilan sebelumnya, serta intervensi edukatif seperti kelas ibu hamil dan senam hamil, memiliki peran penting dalam meningkatkan kesiapan tersebut. Dengan demikian, peneliti beranggapan bahwa pengelolaan kecemasan dan pemberian edukasi yang tepat selama masa kehamilan dapat membantu ibu lebih siap secara fisik, mental, dan emosional dalam menghadapi proses persalinan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas ibu hamil trimester III mengalami kecemasan ringan, meskipun ada juga yang mengalami kecemasan sedang hingga berat, menandakan kecemasan cukup umum dengan tingkat keparahan yang bervariasi. Sebagian besar ibu hamil belum siap secara optimal menghadapi persalinan, sehingga edukasi dan dukungan sangat diperlukan untuk meningkatkan kesiapan tersebut. Penelitian juga menemukan hubungan sedang yang signifikan antara tingkat kecemasan dan kesiapan melahirkan, di mana kecemasan yang lebih tinggi dapat menurunkan kesiapan ibu dalam menghadapi persalinan. Oleh karena itu, penting bagi ibu hamil untuk aktif mencari informasi dan dukungan, sementara tenaga kesehatan seperti bidan dan perawat perlu peka dan empatik terhadap kondisi psikologis ibu, serta Puskesmas Somagede diharapkan memperkuat program edukasi dan menyediakan fasilitas konseling guna mengelola kecemasan ibu hamil secara lebih efektif.

DAFTAR PUSTAKA

Aisyah, R. D., & Prafitri, L. D. (2024). Deteksi Kecemasan Ibu Hamil: Menyelami Penyebab Tiap Trimester. Penerbit NEM. Https://Books.Google.Co.Id/Books?Id=3wwteqaaqbaj

Alam, N., & Fatimah, S. (2023). Hubungan Tingkat Kecemasan Dan Pengetahuan Ibu Hamil Trimester Dengan Kesiapan Menghadapi Persalinan Di Puskesmas Ciracas. Jurnal Kesehatan Masyarakat Perkotaan, 3(1), 92–102. Https://Doi.Org/10.37012/Jkmp.V3i1.2073

Andayani, H. F. (2024). Gizi Ibu Hamil. Penerbit NEM. Https://Books.Google.Co.Id/Books?Id=Hriseqaaqbaj

Anggraini, F. D., Zuwariyah, N., Masruroh, N., & Pratama, A. W. (2024). Edukasi Suportif Melalui Audio Visual Tentang Gentle Birth Untuk Meningkatkan Kesiapan Ibu Menjelang Persalinan Pada Ibu Hamil. 5(6), 11657–11662.

Anwar, K. K., Saleh, K. S., Zulaikha, L. I., Resmi, D. C., Hutomo, C. S., & Purnama, Y. (2022). Asuhan Kebidanan Kehamilan. 1–126

Dini Ayu Puspitasari1*, Yanik Purwanti2, R. R. (2024). Murottal Al-Qur'an Mengurangi Kecemasan Ibu Dalam Persiapan Persalinan. *Jurnal Kesehatan Tadulako*, *10*(2277), 16–17.

Fani Fitri Yanti 1, H. 1. (2024). Paritas, Usia Dan Pendidikan Ibu Hamil Trimester III Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi masa Menjelang Persalinan Di Puskesmas Petir. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, *9*(1), 2024.

Nainggolan Kristin. (2023). Hubungan Kesiapan Psikologis Ibu Hamil Primigravida Trimester III dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Proses Persalinan di PMB Noris Hadi, Ngemplak Boyolali. *Universitas Kusuma Husada Surakarta Fakultas Kesehatan Proddi Sarjana Kebidanan 2023*.

Neneng Siti Maryani Nurlatifah 1*, Siti Fatimah 2, Sri Heryani 3, W. M. N. 4. (2024). Gambaran Faktor-faktor Yang Mempengarui Descreption Of Factors That Influence Anxiety In Third Trimester Pregnant Women In Facing Labor At The Pomegranate Partner Clinic. *Journal of Midwifery and Public Health*, *6*(2).

Novelia, S., Rukmaini, R., & Umayah, U. (2022). Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil dan Dukungan Suami dengan Kecemasan Ibu Hamil dalam menghadapi Persalinan. *Journal for Quality in Women's Health*, *5*(1), 90–98. https://doi.org/10.30994/jqwh.v5i1.140

Nurliawati, E., Sambas, E. K., & Suprapti, B. (2024). Hubungan Gravida Dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester Iii. *Kampus Akademik Publising Jurnal Ilmiah Nusantara (JINU)*, *1*(4), 1118–1123.

Pratama, U., Sakdah, N., & Okfidaria, R. (2024). Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester Tiga Menjelang Persalinan. *Quantum Wellness : Jurnal Ilmu Kesehatan*, *1*(2), 149–161.

Ratih Septiana Arpen1*, Nur Hidayah Afnas2 , Elwitri Silvia3, R. U. (2022). Edukasi Pentingnya Menghadapi Psikologi Ibu Terhadap Kesiapan Fisik Dan Mental Ibu Dalam Mempersiapkan Persalinan Pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *1*(4), 54–59.

Wasis Purwo Wibowo, Y. B. (2024). *Kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan ditinjau dari tingkat*

pendidikan. *5*(September), 7377–7383.