

Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau	Vol. 2 No. 4	Edition: September - Desember 2022
	<a href="http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPMPPH">http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPMPPH</a>	
Received : 05 September 2022	Revised: 20 September 2022	Accepted: 20 September 2022

## PENERAPAN KELAS IBU HAMIL TERHADAP TINGKAT KECEMASAN IBU PRIMIGRAVIDA

### *Application of The Class of Pregnant Women on The Level of Anxiety Primigravida*

**Yessy Arisman<sup>1</sup>, Meria Turnip<sup>2</sup>, Herrita Sihalo<sup>3</sup>, Desika Wali Pardede<sup>4</sup>**  
<sup>1,2,3,4</sup>Fakultas Kebidanan Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam  
e-mail: [arismanyessy@gmail.com](mailto:arismanyessy@gmail.com)

#### **Abstrak**

*Tingkat kecemasan erat kaitannya dengan kesejahteraan ibu hamil dan janin. Edukasi yang diberikan dalam kegiatan kelas ibu hamil merupakan salah satu upaya yang dilakukan untuk meminimalisir kecemasan selama masa kehamilan. Tujuan dari penelitian ini yaitu mengetahui perbedaan tingkat kecemasan pada ibu primigravida yang mengikuti kelas ibu hamil dengan yang tidak mengikuti kelas ibu hamil di Puskesmas Dolok Masihul, Kabupaten Serdang Bedagai pada tahun 2021. Metode penelitian bersifat kuantitatif dengan desain kuasi-eksperimental menggunakan kelompok kontrol nonekuivalen. Populasi penelitian ini seluruh ibu hamil primigravida di wilayah kerja Puskesmas Dolok sebanyak 46 orang. Teknik pengambilan sampel secara purposive sampling yang berjumlah 30 orang. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon diperoleh hasil bahwa kelompok intervensi ( p value 0,001) dan kelompok kontrol ( p-value 0,083). Kesimpulannya adalah kelas ibu hamil meminimalisir kecemasan pada masa kehamilan. Tenaga kesehatan khususnya bidan untuk mensosialisasikan kepada masyarakat tentang pentingnya pelaksanaan kelas ibu hamil serta meningkatkan kualitas dan kuantitas kegiatan kelas ibu hamil khususnya di kawasan Puskesmas Dolok Masihul.*

**Kata Kunci:** *Kelas Ibu Hamil, Kecemasan*

#### **Abstract**

*The level of anxiety is closely related to the well-being of the expectant mother and the fetus. The education provided in the class activities of pregnant women is one of the efforts made to minimize anxiety during pregnancy. The purpose of this study is to determine the difference in the level of anxiety in primigravida mothers who take classes for pregnant women with those who do not take classes for pregnant women at the Dolok Masihul Health Center, Serdang Bedagai Regency in 2021. The research method is quantitative with a quasi-experimental design using none-equivalent control groups. The population of this study was all primigravida pregnant women in the work area of the Dolok Health Center as many as 46 people. Purposive sampling technique totaling 30 people. Data analysis using the Wilcoxon test obtained the results that the intervention group ( p value 0.001) and the control group ( p-value 0.083). The conclusion is that the class of pregnant women minimizes anxiety during pregnancy. Health workers, especially midwives, to socialize to the community about the importance of implementing classes for pregnant women and improving the quality and quantity of class activities for pregnant women, especially in the Dolok Masihul Health Center area.*

**Keywords:** *Pregnant Women Class, Anxiety*

## **1. PENDAHULUAN**

Komplikasi pada masa hamil dan bersalin di dunia tahun 2018 mengakibatkan 303.000 kematian ibu dan umumnya terjadi di negara menengah kebawah (WHO, 2018). AKI di Indonesia tahun 2017 sebanyak 177/100.000 kelahiran dan berada pada peringkat ke 3 AKI tertinggi di ASEAN (World Bank, 2017). Di Provinsi Sumatera Utara tahun 2019 AKI sebesar 71.96 /100.000 KH. Upaya untuk mencegah terjadinya AKI yaitu memberikan akses pelayanan yang berkualitas seperti mengadakan kelas ibu hamil dapat mempercepat penurunan AKI (Dinkes Sumut, 2020).

Kehamilan menimbulkan perubahan fisik dan psikologis. Bagi ibu primigravida, perubahan ini cenderung menimbulkan berbagai masalah psikologis seperti kecemasan (Esthini, 2016). Tingkat perubahan psikologis terutama kecemasan ibu menghadapi persalinan sangat bervariasi. Primigravida akan lebih tinggi tingkat kecemasannya daripada ibu multigravida (Aniroh & Fatimah, 2019). Penelitian Walangadi tahun 2016 di RSUP Fatmawati diperoleh hasil dari 158 responden, primigravida mengalami kecemasan 66,25% dan multigravida mengalami kecemasan 42,2% (Walangadi, 2016).

Kecemasan mempengaruhi kondisi kesehatan ibu dan janin, diantaranya mempengaruhi kenaikan tekanan darah yang dapat menimbulkan masalah atau komplikasi yang mengakibatkan terjadinya kematian pada ibu maupun bayi. 52,7% mengalami hipertensi terjadi pada ibu hamil dengan kecemasan sedang dan 57,8 % mengalami preeklampsia dengan tingkat kecemasan tinggi (Siallagan & Lestari, 2018).

Kecemasan akan semakin meningkat apabila ibu tidak mendapatkan support khususnya dari suami (Siallagan & Lestari, 2018). Kecemasan pada ibu hamil dapat dikurangi dengan cara memberikan edukasi selama masa kehamilan. Edukasi dengan berbagi pengalaman pada group ibu hamil yang dilakukan secara continue adalah kelas ibu hamil (Esthini, 2016; Kemenkes RI, 2016). Pelaksanaan dalam kelas ibu hamil dapat meningkatkan motivasi, wawasan, dan keterampilan, serta peningkatan pada derajat kesehatan ibu dan bayi, sehingga untuk menghadapi proses persalinan akan lebih siap (Wijayanti & Danik, 2016).

Jumlah ibu hamil tahun 2020 di Puskesmas Dolok Masihul Kabupaten Serdang Bedagai sebanyak 943 orang dan yang mengikuti kelas hamil hanya 662 orang (70.2%) (Profil Puskesmas Dolok Masihul, 2020). Jumlah yang mengikuti kelas ibu hamil di Puskesmas Dolok Masihul bulan Januari 2021 sebanyak 42 orang dari 78 orang ibu hamil dengan primigravida sebanyak 46 orang. Ibu primigravida memerlukan edukasi yang lebih selama kehamilan dan menjelang persalinan agar tidak terjadi masalah psikologis seperti kecemasan. Oleh karena itu, peneliti ingin mengetahui “Apakah ada pengaruh Kelas Ibu Hamil terhadap Kecemasan Ibu Primigravida di Puskesmas Dolok Masihul Kabupaten Serdang Bedagai Tahun 2021?”.

## **2. METODE**

Penelitian ini adalah quasi experiment, desain nonequivalent control group design. Seluruh ibu primigravida yang termasuk dalam cakupan Puskesmas Dolok Masihul berjumlah 46 orang dijadikan populasi dalam penelitian ini. 30 orang sampel diambil dengan teknik purposive sampling dibagi menjadi 2 kelompok yang terdiri dari 15 orang mengikuti kegiatan kelas hamil dan 15 orang yang tidak mengikuti kelas ibu hamil. Instrumen yang digunakan yaitu HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale). Wilcoxon digunakan sebagai Uji statistik.

**3. HASIL**

**a. Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Sebelum Kegiatan Kelas Ibu Hamil**

**Tabel 1** Gambaran Kecemasan Ibu Primigravida Sebelum Kegiatan Kelas Ibu Hamil

Kecemasan	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	f	%	f	%
Ringan	2	13,3	2	13,3
Sedang	4	26,7	6	40,0
Berat	9	60,0	7	46,7
Total	15	100,0	15	100,0

Tabel di atas menunjukkan bahwa kecemasan berat pada kelompok intervensi 9 orang (60%) dan kelompok kontrol sebanyak 7 orang (46.7%).

**b. Kecemasan Ibu Primigravida Sesudah Mengikuti Kelas Ibu Hamil**

**Tabel 2** Gambaran Kecemasan Ibu Primigravida Sesudah Kegiatan Kelas Ibu Hamil

Kecemasan	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	f	%	f	%
Ringan	11	73,3	3	20,0
Sedang	4	3,3	7	46,7
Berat	0	0	5	33,3
Total	15	100,0	15	100,0

Pada tabel 2 disimpulkan kecemasan berat hanya terjadi pada kelompok yang tidak mengikuti pelaksanaan kelas ibu hamil yang berjumlah 5 orang (33.3%).

**Tabel 3** Distribusi Kecemasan Ibu Primigravida pada Tiap Kelompok

Kelompok	Mean	SD	Min	Max	P-Value
<b>Intervensi</b>					
Sebelum	28,67	5,912	17	36	0,001
Sesudah	19,00	4,598	12	27	
<b>Kontrol</b>					
Sebelum	28,00	6,547	18	38	0,083
Sesudah	23,93	5,958	16	37	

Berdasarkan tabel 3 dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tingkat kecemasan antara sebelum dan setelah dilaksanakan kelas ibu hamil dengan p value 0,001.

**4. PEMBAHASAN**

**a. Kecemasan Ibu Primigravida Sebelum Pelaksanaan Kelas Ibu Hamil**

Kecemasan merupakan perasaan kekhawatiran pada suatu hal yang belum pasti (Stuart dan Sundeen, 2018). Kecemasan berat kelompok intervensi sebesar 60% dan kelompok kontrol sebesar 46,7 %. Perubahan fisik selama masa kehamilan maupun menjelang persalinan menjadi pemicu terjadinya kecemasan. Cemas yang berlebihan akan menimbulkan stress yang berdampak pada pengeluaran hormon katekolamin yang berdampak pada gangguan emosi dan pencernaan (Ranita, 2016). Kecemasan semakin meningkat menjelang persalinan. Hal ini diakibatkan kecemasan menghadapi proses persalinan dan kondisi bayi ketika dilahirkan (Walyani, 2015). Kecemasan yang tidak teratasi selama kehamilan dapat berdampak pada kondisi fisik dan psikologis ibu maupun janin. Dampak kecemasan yang berat menjelang persalinan mengakibatkan terjadinya partus lama, risiko section caesaria (SC), risiko berat badan bayi yang dilahirkan < 2500 gr (BBLR), gawat janin (fetal distres), berkaitan dengan masalah perilaku dan emosional anak dalam kehidupannya.

#### **b. Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Sesudah Mengikuti Kelas Ibu Hamil**

Penelitian yang telah dilakukan diperoleh hasil bahwa kecemasan ibu primigravida yang telah melaksanakan kelas ibu hamil diantaranya yaitu tidak ada kecemasan berat, kecemasan sedang berjumlah 4 orang (26,7%) dan kecemasan ringan sebanyak 11 orang (73,3%). Kelompok kontrol mengalami kecemasan berat 5 orang (33,3%), kecemasan sedang 7 orang (46,7%) dan kecemasan ringan 3 orang (20%). Berdasarkan data yang telah dikumpulkan dan dianalisis disimpulkan bahwa penerapan kelas ibu hamil pada primigravida berpengaruh terhadap kecemasan.

Kecemasan pada ibu hamil dapat dikurangi melalui cara memberikan edukasi mengenai perubahan fisik serta psikologis saat masa kehamilan, sehingga ibu hamil dapat menerima tiap perubahan yang dirasakan. Memberikan edukasi kepada ibu hamil bisa dilakukan dengan kelas ibu hamil dengan frekuensi 4 kali. Edukasi mengenai persiapan fisik dan psikologis, saling berbagi pengalaman tiap perubahan yang dirasakan selama masa kehamilan berdampak pada proses persiapan kelahiran. Peningkatan wawasan, keterampilan dan motivasi ibu akan berdampak pada kesehatan ibu dan bayi (Wijayanti & Danik, 2016).

#### **c. Pengaruh Kelas Ibu Hamil Terhadap Kecemasan Ibu Primigravida**

Hasil analisis menggunakan wilcoxon sign rank test diperoleh hasil p value 0,001 pada kelompok intervensi dan p value 0,083 pada kelompok kontrol, sehingga disimpulkan bahwa pelaksanaan kelas ibu hamil berdampak pada kecemasan ibu primigravida di wilayah cakupan Puskesmas Dolok Masihul Kabupaten Serdang Bedagai tahun 2021. Hasil yang serupa diperoleh dari penelitian Esthini tahun 2016 di Puskesmas Wates bahwa terdapat perbedaan secara statistik tentang tingkat kecemasan pada kelompok intervensi dengan p value 0,0001 (Esthini, 2016). Penelitian Naharani et al (2018) menyatakan bahwa tingkat kecemasan lebih rendah pada ibu yang mengikuti kelas hamil dengan p value 0,01 (Naharani et al., 2018). Penelitian Nugroho dan Cahyanti (2017) bahwa partisipasi ibu dalam kegiatan kelas ibu hamil berpengaruh terhadap kecemasan menjelang persalinan dengan p value < 0,001 (Nugroho & Cahyanti, 2017). Pelaksanaan Ante Natal Care (ANC) disertai dengan pemberian edukasi, sharing pengalaman dan keterampilan yang diberikan dalam kelas ibu hamil akan membuat ibu lebih siap dalam menjalani tiap perubahan selama kehamilan dan persalinan, lebih tenang dan meminimalkan terjadinya masalah atau komplikasi.

### **5. KESIMPULAN**

- a. Terdapat 60% kecemasan berat pada ibu primigravida sebelum dilaksanakan kelas ibu hamil.
- b. Kecemasan berat 46.7% terjadi pada kelompok kontrol.

- c. Kecemasan ibu primigravida setelah mengikuti kelas ibu hamil kelompok intervensi pada saat *posttest* sebagian besar pada kategori kecemasan ringan (73,3%).
- d. Hasil *posttest* pada kelompok kontrol diperoleh hasil kecemasan sedang (46,7%).
- e. Terdapat perbedaan kecemasan pada ibu primigravida yang mengikuti kelas ibu hamil ( $p\text{-value} = 0,001$ ), sedangkan pada kelompok kontrol tidak terdapat perbedaan secara statistik ( $p\text{-value} = 0,083$ ).

#### DAFTAR PUSTAKA

- Aniroh, U., & Fatimah, R. F. (2019). Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida dalam Menghadapi Persalinan Ditinjau dari Usia Ibu dan Sosial Ekonomi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 2(2), 1. <https://doi.org/10.32584/jikm.v2i2.374>
- Dinkes Sumut. (2020). *Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2019*. III(2), 68–80.
- Esthini, S. (2016). Pengaruh Kelas Ibu Hamil Terhadap Kecemasan Ibu Primigravida di Puskesmas Wates Kapupaten Kulon Progo Tahun 2016. *Skripsi*, 42(1), 1–10.
- Kemenkes RI. (2016). *Pedoman Pelaksanaan Kelas Ibu Hamil* (Edisi Revi). Kemenkes RI.
- Kemenkes RI. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia* (, Vol. 53, Issue 9). Katalog Dalam Terbitan, Kementerian Kesehatan RI.
- Naharani, A. R., Siswati, S., & Fatkhiyah, N. (2018). Hubungan Perilaku Keikutsertaan Kelas Ibu Hamil Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Primigravida Trimester III Di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi. *Siklus : Journal Research Midwifery Politeknik Tegal*, 7(2), 300. <https://doi.org/10.30591/siklus.v7i2.856>
- Nugroho, R. N., & Cahyanti, R. D. (2017). Hubungan Partisipasi Kelas Ibu Hamil Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Risiko Tinggi. *Diponegoro Medical Journal (Jurnal Kedokteran Diponegoro)*, 6(2), 1166–1177.
- Ranita, B. A., Triana Sri Hardjanti, & Hendri. (2016). Pengaruh Belly Dance Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester III. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 1(3), 26–35.
- Siallagan, D., & Lestari, D. (2018). Tingkat Kecemasan Menghadapi Persalinan Berdasarkan Status Kesehatan, Graviditas Dan Usia Di Wilayah Kerja Puskesmas Jombang. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 1(2), 104–110. <https://doi.org/10.35473/ijm.v1i2.101>
- Stuart, & Sundeen. (2018). *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. EGC.
- Walangadi, N., Kundre, R., & Silolonga, W. (2016). Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Primigravida Trimester III Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Menghadapi Persalinandi Poli KIA Puskesmas Tuminting. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 2(2), 108741.
- Walyani, E. . (2015). *Asuhan Kebidanan pada Kehamilan*. Pustaka Baru press.
- WHO. (2018). Global Recommendations for Routine Antenatal Care. *World Health Organization*, 10(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/1742-4755-10-19.5>
- Wijayanti, I. T., & Danik, R. (2016). Hubungan Keikutsertaan Ibu Hamil dalam Kelas Ibu Hamil dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Persalinan pada Ibu Hamil TM III di Desa Karangmangu Kecamatan Sarang Kabupaten Rembang. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 2(5), 289–298. <http://ejournal.stikestelogorejo.ac.id/index.php/jikk/article/view/374>