

## Hubungan Strategi Coping, Dukungan Keluarga dan Dukungan Bidan Terhadap Kecemasan Primigravida Menghadapi Persalinan di PMB Ambarwati Kabupaten Sintang

Arum Seftiani Lestari<sup>1</sup>, Dian Ika Pratiwi<sup>2</sup>, Atri Rudtitasari<sup>3</sup>, Paskalia Tri Kurniati<sup>4</sup>, Yunida Haryanti<sup>5</sup>, Rizki Amartani<sup>6</sup>, Miftah Chairunnisa<sup>7</sup>

<sup>1,2,3</sup>Prodi S1 Kebidanan dan Profesi Bidan, STIKes Kapuas Raya Sintang

<sup>4,5,6,7</sup>Prodi Kebidanan, STIKes Kapuas Raya Sintang

Alamat: Jl. DR. Wahidin Sudirohusodo No. 80

Korespondensi penulis: [arumseftiani72@gmail.com](mailto:arumseftiani72@gmail.com)<sup>1</sup>

**Abstract.** Any woman who is pregnant will feel anxiety and concerns when faced with her delivery the first pregnancy. This is caused by lack of experience and the fear of high risk during childbirth. The purpose of this study was to determine the relationship between coping strategies, family support and midwife with anxiety during delivery among mother with first pregnancy in PMB Ambarwati. This study used a descriptive analytical method with cross sectional approach. The sample of 32 respondents. The sampling technique used total sampling. The result show that a significant relationship between coping strategies anxiety during delivery among mother with first pregnancy  $Pvalue = 0,018$  ( $OR= 8. 95\% CI 1,5-42,5$ ). There is a significant relationship between family support anxiety during delivery among mother with first pregnancy with  $Pvalue = 0,001$  ( $OR= 25. 95\% CI 3,5-182$ ). There is a significant relationship between midwife support anxiety during delivery among mother with first pregnancy  $Pvalue = 0,049$  ( $OR= 6. 95\% CI 1,2-32,3$ ). Suggestion research is for PMB Ambarwati provided advice on preparing for childbirth in order to minimize the occurrence of anxiety.

**Keywords:** Coping Strategies, Family Support, Midwife Support, Anxiety During Delivery Among Mother With First Pregnancy.

**Abstrak.** Setiap wanita yang hamil akan merasakan kecemasan dan kekhawatiran saat menghadapi persalinannya, terlebih jika itu adalah kehamilan pertamanya. Hal ini di sebabkan karena belum adanya pengalaman dan rasa takut yang tinggi akan resiko yang di alami saat bersalin. Untuk mengetahui hubungan strategi coping, dukungan keluarga dan dukungan terhadap kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan di PMB Ambarwati. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 32 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara strategi coping dengan kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan dengan  $Pvalue = 0,018$  ( $OR= 8. 95\% CI 1,5-42,5$ ). Ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga terhadap kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan dengan  $Pvalue = 0,001$  ( $OR= 25. 95\% CI 3,5-182$ ). Ada hubungan yang signifikan antara dukungan bidan terhadap kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan dengan  $Pvalue = 0,049$  ( $OR= 6. 95\% CI 1,2-32,3$ ). Ada hubungan yang signifikan antara strategi coping, dukungan keluarga dan dukungan bidan terhadap kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan. Bagi PMB Ambarwati untuk memberikan penyuluhan tentang persiapan menghadapi persalinan agar dapat meminimalisir terjadinya kecemasan.

**Kata kunci:** Strategi Coping, Dukungan keluarga, Dukungan Bidan, Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan.

### LATAR BELAKANG

Tujuan pembangunan kesehatan Indonesia diarahkan untuk lebih meningkatkan usia harapan hidup, menurunkan angka kematian bayi, anak dan ibu melahirkan, meningkatkan kesadaran masyarakat untuk berperilaku hidup bersih dan sehat (Prameswari and Ulfah, 2019). Mortalitas dan morbiditas pada wanita hamil dan bersalin merupakan masalah yang besar di Negara miskin dan berkembang, seperti di Indonesia.

Received Desember 07, 2023; Accepted Januari 07, 2024; Published Februari 10, 2024

\*Arum Seftiani Lestari, [arumseftiani72@gmail.com](mailto:arumseftiani72@gmail.com)

Berdasarkan data dari SDKI (Survey Demografi Kesehatan Indonesia) tahun 2012, angka kematian ibu di Indonesia terbilang masih tinggi yaitu 359/100.000 kelahiran hidup<sup>1</sup>. Angka kematian ibu merupakan indikator kesejahteraan perempuan. Data statistik mencatat angka kematian ibu dalam kehamilan dan persalinan mencapai 515.000 jiwa setiap tahun, 99% terjadi di negara-negara berkembang. Di negara miskin, sekitar 20-50% kematian wanita usia subur disebabkan hal yang berkaitan dengan kehamilan

Kehamilan bagi seorang wanita merupakan hal yang membahagiakan sekaligus menggelisahkan. Dikatakan membahagiakan karena ia akan memperoleh keturunan sebagai pelengkap dan penyempurna fungsinya sebagai wanita, namun juga menggelisahkan karena penuh dengan perasaan takut dan cemas mengenai hal-hal buruk yang dapat menimpa dirinya terutama pada saat proses persalinan (Sari and Novriani, 2020). Wanita lebih cepat bereaksi terhadap setiap kondisi yang dihadapinya dibandingkan dengan pria. Oleh karena itu kematangan perkembangan emosional dan psikoseksual sangat diperlukan bagi seseorang yang berkeinginan untuk mempunyai anak. Kondisi ini akan mendukung kesanggupannya untuk menyesuaikan diri selama proses kehamilan, persalinan dan menjadi ibu (Hastanti et al., 2019).

Beberapa hal yang dicemaskan oleh ibu hamil dalam menghadapi persalinan yang akan datang antara lain : rasa nyeri waktu partus, apakah akan memperoleh pertolongan dan perawatan semestinya, ancaman bahaya maut, masalah rumah tangga, keadaan sosial ekonomi, hubungan dengan suaminya, apakah bayinya cacat, ataukah bayinya akan meninggal (Novelia, Rukmaini and Umayah, 2022). Dampak buruk stres pada ibu hamil akan menyebabkan tekanan darah tinggi yang umumnya dilatarbelakangi oleh keadaan stres selama masa kehamilan menjadi sebab utama kematian ibu dan janin.

Mendekati minggu-minggu terakhir hari persalinan ibu hamil akan mengalami kegelisahan dan kekhawatiran yang dapat mempengaruhi kualitas mental ibu. Kondisi psikologis yang sering dialami ibu menjelang persalinan adalah adanya perasaan takut dan cemas. Ketakutan ini bisa diatasi dengan mekanisme pertahanan diri yang kuat seperti persiapan mental dan berusaha menghindari konflik yang serius (Basyiroh and Lailiyah, 2022).

Stres pada wanita hamil akan meningkatkan kadar renin angiotensin, yang memang sudah meningkat pada wanita hamil sehingga akan mengurangi sirkulasi rahim-plasenta-janin. Penurunan sirkulasi ini menyebabkan pasokan nutrisi dan oksigen kepada janin berkurang. Perkembangan janin pun bisa terhambat. Selain dengan menerapkan strategi coping dalam pengurangan tingkat kecemasan pada ibu hamil, juga diperlukan dukungan dari keluarga dan

---

<sup>1</sup> Survey Demografi Kesehatan Indonesia. Jakarta : (<http://chnrl.org/pelatihan-demografi/SDKI-2012pdf>)

tenaga kesehatan (Nurhayati et al., 2023). Dukungan dari keluarga yang sangat penting adalah dukungan dari suami, walaupun secara kondisi suami tidak pernah melahirkan tetapi tetap memiliki peran dan tanggung jawab yang sama dengan istri dalam kesehatan reproduksi khususnya kesehatan ibu dan anak.

Dalam hal ini perlu dilakukan strategi coping, yang didefinisikan secara terperinci sebagai bentuk usaha kognitif atau perilaku seseorang untuk mengatur tuntutan internal dan eksternal yang timbul dari hubungan individu dengan lingkungan. Usaha untuk mengatur tuntutan tersebut meliputi usaha menurunkan, meminimalkan dan juga menahan. Melalui coping dapat diketahui bagaimana individu beradaptasi dengan stress dan bagaimana cara individu tersebut mengendalikan dirinya sendiri (Rusdiana, 2022).

Strategi Coping yang dilakukan ibu hamil dapat dilakukan melalui dua faktor yaitu faktor dari dalam diri sendiri dan faktor dari luar diri. Faktor dari dalam diri dapat dilakukan seperti latihan relaksasi, istirahat yang cukup serta tidak lupa rutin kontrol ke bidan. Sedangkan faktor dari luar yaitu dukungan sosial, jika ibu hamil di sertai dengan kesadaran bahwa bayinya itu didambakan oleh dirinya maupun suaminya maka akan disambut dengan gembira, demikian pula dengan lingkungan keluarga dan sahabat yang lebih luas memberi dukungan sosial yang ideal .

Selain dengan menerapkan strategi coping dalam pengurangan tingkat kecemasan pada ibu hamil, juga diperlukan dukungan dari keluarga dan tenaga kesehatan. Dukungan dari keluarga yang sangat penting adalah dukungan dari suami, walaupun secara kondisi suami tidak pernah melahirkan tetapi tetap memiliki peran dan tanggung jawab yang sama dengan istri dalam kesehatan reproduksi khususnya kesehatan ibu dan anak (Rusdiana, 2022). Selain dukungan keluarga, dukungan dari tenaga kesehatan khususnya bidan pun sangat penting untuk menurunkan kecemasan pada ibu yang akan menghadapi proses persalinan. Bidan merupakan tenaga kesehatan yang paling membantu selama proses kehamilan sampai persalinan. Ibu hamil akan bercerita secara terbuka kepada bidan tentang apa yang mereka rasakan dan alami selama kehamilan. Dengan sikap bidan yang kooperatif dan simpati, seorang ibu hamil akan merasa sangat di perhatikan, sehingga perasaan emosional nya menjadi stabil. Begitu juga dengan perasaan cemas, seorang bidan bisa memberikan konseling dan pengetahuan kepada ibu bagaimana cara mengatasi atau mengurangi perasaan cemas tersebut.

Penulis melakukan studi pendahuluan dengan mewawancarai 3 orang ibu primigravida di PMB Ambarwati Sintang, dan hasilnya mereka mengaku mengalami kecemasan terhadap proses persalinan yang akan mereka hadapi. Selain itu mereka juga mengatakan bahwa kurang paham dengan cara-cara mengatasi kecemasan tersebut, juga kurang mendapatkan dukungan

dari keluarga dan bidan. Mereka mengaku bahwa keluarga hanya perhatian dan memberikan dukungan pada saat awal-awal kehamilan, dan bidan kurang memberikan pengetahuan tentang persalinan dan persiapan persalinan.

Berdasarkan rumusan masalah tersebut penulis tertarik untuk mengajukan penelitian dengan judul “Hubungan strategi coping, dukungan keluarga dan dukungan bidan terhadap kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan di PMB Ambarwati Sintang”.

### **Tujuan Penelitian:**

#### **1. Tujuan Umum**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran “Hubungan strategi coping dukungan keluarga dan dukungan bidan terhadap kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan di PMB Ambarwati Sintang.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengetahui gambaran hubungan strategi coping terhadap kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan di PMB Ambarwati Sintang.
- b. Untuk mengetahui gambaran hubungan dukungan keluarga terhadap terhadap kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan di PMB Ambarwati Sintang.
- c. Untuk mengetahui gambaran hubungan dukungan bidan terhadap kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan di PMB Ambarwati Sintang.

## **TINJAUAN PUSTAKA**

### **Kecemasan**

Kecemasan atau dalam Bahasa Inggrisnya anxiety berasal dari bahasa latin angustus yang berarti kaku, dan ango, anci yang berarti mencekik. Kecemasan merupakan pengalaman subjektif dan perasaan individu yang tidak dapat diamati secara langsung. Cemas merupakan respon individu terhadap suatu keadaan yang tidak menyenangkan dan dialami oleh semua makhluk hidup dalam kesehariannya. Kecemasan pada individu merupakan pengalaman yang subjektif, dapat memberikan motivasi untuk mencapai sesuatu dan sumber penting dalam usaha memelihara keseimbangan hidup (Yulianti, 2020).

Setiap tingkatan memiliki lahan persepsi yang berbeda tergantung pada kemampuan individu dalam menerima informasi dan pengetahuan mengenai kondisi yang ada didalam dirinya (Hastanti et al., 2019). Adapun Tingkat kecemasan adalah sebagai berikut:

1. Kecemasan ringan

Cemas yang berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari dan menyebabkan seseorang menjadi waspada.

- a. Respon biologis nya seperti ketegangan otot ringan.
- b. Respon kognitif seperti kesadaran yang pasif pada lingkungan.

Respon tingkah laku seperti suara yang melemah, otot-otot wajah relaksasi.

2. Kecemasan sedang

Cemas yang memungkinkan seseorang untuk memusatkan pada hal yang penting dan mengesampingkan hal lainnya.

- a. Respon fisiologis seperti peningkatan ketegangan dalam batas toleransi, pendengaran dalam kewaspadaan meningkat, an perhatian terfokus pada penglihatan.
- b. Respon kognitif seperti masih mampu memecahkan masalah, masih mampu untuk belajar.
- c. Respon tingkah laku seperti perasaan tertantang untuk mengatasi apa yang sedang terjadi pada dirinya.

3. Kecemasan berat

Seseorang yang berada pada tingkatan ini akan sulit untuk berpikir tentang hal lain, dia hanya cenderung untuk memusatkan pada sesuatu yang lebih terperinci dan spesifik.

- a. Resepon fisiologis seperti meningkatnya tekanan darah, pernafasan, nadi, dan suhu tubuh, mulut kering, keinginan untuk buang air kecil meningkat, hilangnya nafsu makan, dan ketegangan otot.
- b. Respon kognitif seperti sukar untuk memecahkan suatu masalah dan hanya berfokus pada satu hal saja.
- c. Respon tingkah laku seperti perasaan menjadi tidak menentu, sering meremas tangan, sering jalan bolak-balik, sering menyangkal perkataan orang lain, dan berbicara dengan intonasi yang lebih cepat dari biasanya.

4. Panik

Seseorang yang sudah sampai tahap ini tidak mampu melakukan sesuatu dengan baik meskipun sudah diberi pengarahan.

- a. Respon fisiologis seperti terjadinya hipotensi, pucat, koordinasi motorik buruk, penurunan aliran darah ke otot skeletal.
- b. Respon kognitif seperti gangguan berpikir secara logis, tidak mampu memecahkan masalah.

Respon tingkah laku seperti mudah marah, takut dan segan pada orang sekitar, tingkah laku berubah drastis seperti sering menangis, dan menggigit bibir, bicara dengan nada yang tinggi dan lebih cepat dari biasanya.

### **Strategi Coping**

Strategi *coping* berasal dari kata “Cope” yang berarti lawan, mengatasi. Strategi *coping* sebagai suatu proses dimana individu mencoba untuk mengelola stress yang ada dengan cara tertentu. Strategi *coping* adalah proses dimana individu mencoba untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan-tuntutan (baik itu tuntutan yang berasal dari individu maupun tuntutan yang berasal dari lingkungan) dengan sumber-sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi situasi stressfull (Nurhayati et al., 2023).

Strategi *coping* sebagai perubahan pemikiran dan perilaku yang digunakan oleh seseorang yang dalam menghadapi tekanan dari luar maupun dalam yang di sebabkan oleh transaksi antara seseorang dengan lingkungan nya yang dinilai sebagai stressor. *Coping* ini nantinya akan terdiri dari upaya-upaya yang dilakukan untuk mengurangi keberadaan stressor.

Jenis-jenis strategi coping adalah:

#### *1. Problem focused coping*

Merupakan bentuk *coping* yang lebih diarahkan kepada upaya untuk mengurangi tuntutan dari situasi yang penuh tekanan, artinya *coping* yang muncul terfokus pada masalah individu yang akan mengatasi stres dengan mempelajari cara-cara keterampilan yang baru. Individu cenderung menggunakan strategi ini ketika mereka percaya bahwa tuntutan dari situasi dapat diubah (Yulianti, 2020).

#### *2. Emotion focused coping*

Merupakan bentuk *coping* yang diarahkan untuk mengatur respon emosional terhadap situasi yang menekan. Individu dapat mengatur respon emosionalnya dengan pendekatan behavioral dan kognitif. Contoh dari pendekatan behavioral adalah penggunaan alkohol, narkoba, mencari dukungan emosional dari teman-teman dan mengikuti berbagai aktivitas seperti berolahraga atau menonton televisi yang dapat mengalihkan perhatian individu dari masalahnya (Rofiqoch et al., 2022). Sementara pendekatan kognitif melibatkan bagaimana individu berfikir tentang situasi yang menekan.

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa strategi *coping* mempunyai dua bentuk yaitu *problem focused coping* yang lebih mengarah pada penyelesaian masalah secara langsung, PFC dapat diarahkan pada lingkungan maupun pada diri sendiri. Sedangkan strategi *coping* yang lainnya adalah *emotion*

*focused coping*. Strategi *coping* ini lebih berorientasi pada emosi yang merupakan usaha untuk meredakan atau mengelola stres emosional yang muncul ketika individu berinteraksi dengan lingkungan.

### **Dukungan Keluarga**

Keluarga adalah kelompok sosial kecil yang umumnya terdiri atas ayah, ibu dan anak yang mempunyai hubungan sosial relatif tetap dan didasarkan atas ikatan darah, perkawinan dan atau adopsi. Jadi, lingkungan keluarga adalah jumlah semua benda hidup dan mati serta seluruh kondisi yang ada di dalam kelompok sosial kecil tersebut. Yang terdiri atas ayah, ibu dan anak yang mempunyai hubungan sosial karena adanya ikatan daerah, perkawinan, adopsi. Menurut Departemen Kesehatan Republik Indonesia (2010) keluarga adalah unit terkecil dari masyarakat yang terdiri dari kepala keluarga dan beberapa orang yang berkumpul dan disuatu tempat dibawah suatu atap dalam keadaan saling ketergantungan.

Adapun berbagai dukungan keluarga untuk ibu hamil adalah sebagai berikut :

1. Menyediakan waktu dan perhatian untuk mendengarkan keluhan ibu dan berusaha membantu mencari solusi.
2. Mengajak ibu *refreshing* seperti melakukan hobi memasak menonton film, berenang , jalan-jalan ke taman, dan lainnya.
3. Menghibur atau menenangkan ibu ketika merasa cemas,takut, dan sedih.
4. Membantu menyediakan atau memasak makanan bergizi bagi ibu.
5. Sering mengucapkan kata atau kalimat yang menyatakan rasa perhatian dan kasih sayang.
6. Sering mengunjungi ibu.
7. Mendoakan keselamatan ibu dan janin di dalam kandungan.
8. Memberikan nasihat tentang pengalaman hamil dan melahirkan.
9. Bersedia mengantarkan ibu periksa kehamilan.
10. Bersedia menemani atau menunggu pada proses persalinan.
11. Membantu memenuhi kebutuhan berupa perlengkapan dan peralatan selama kehamilan.
12. Menumbuhkan rasa percaya diri pada ibu hamil dalam menghadapi proses kehamilan,persalinan, dan masa nifas.
13. Mengurangi perasaan cemas, tertekan dan kurang diperhatikan pada ibu hamil dalam menjalani masa kehamilan.
14. Membantu mempersiapkan ibu hamil dalam menghadapi persalinan dengan pasrah kepada tuhan dan siap menerima kondisi apa pun.

15. Merencanakan persalinan aman bagi anda dan pencegahan komplikasi selama kehamilan.

### **Dukungan Bidan**

Bidan memiliki peran yang unik karena pekerjaannya berkaitan dengan siklus kehidupan wanita mulai dari bayi baru lahir sampai lansia. Bidan memberikan pelayanan yang berkualitas dengan harapan menurunkan angka kematian ibu (AKI) dan angka Kematian Bayi (AKB). Oleh karena itu untuk mewujudkan pelayanan yang berkualitas maka seorang bidan dituntut untuk meningkatkan pengetahuan, keyakinan, pemahaman dan cara pandang yang berkaitan atau yang berhubungan wanita, kesehatan lingkungan, pelayanan kebidanan, perilaku dan keturunan (Umairo and Nurangraeni, 2023).

Dukungan bidan diperlukan untuk mengurangi rasa takut yang bisa menumbulkan kecemasan dan kekhawatiran pada ibu hamil dalam menghadapi persalinannya. Seorang bidan harus siap mendengar berbagai macam keluhan ibu. Komunikasi yang baik antara ibu dan bidan dapat menjadi salah satu cara menurunkan tingkat kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan (Gultom, 2024).

### **Primigravida**

Primigravida adalah seorang wanita yang pertama kali hamil. Ibu primigravida sama sekali belum memiliki pengalaman apapun tentang bersalin sehingga kecemasan sangat sering di rasakan pada ibu primigravida.

## **METODE PENELITIAN**

### **Desain Penelitian**

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif non eksperimental. Dengan metode penelitiannya adalah deskriptif analitik dengan menggunakan pendekatan secara cross sectional (potong lintang) yaitu pengukuran terhadap variabel independent dan variabel dependent yang dilakukan dalam waktu yang bersamaan. Menurut Notoatmodjo (2010) penelitian cross sectional adalah suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antar faktor resiko dan efek. Data yang digunakan adalah data primer dengan cara menyebarkan kuesioner kepada ibu hamil primigravida (Halman et al., 2022).

### **Populasi dan Sampel**

#### **Populasi**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang memiliki karakteristik dan kualitas tertentu sesuai dengan ketetapan yang ditentukan peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2019). Populasi dalam penelitian ini

adalah semua ibu hamil primigravida yang trimester III di PMB Ambarwati Sintang tahun 2024 di bulan Januari yang berjumlah 32 orang.

### **Sampel**

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti, jika populasi kurang dari 100 lebih baik diambil semua, tapi jika populasi lebih dari 100 dapat diambil 10%-15% atau 20%-25% atau lebih (Arikunto, 2019). Sampel dalam penelitian ini yaitu ibu hamil primigravida trimester III yang ditemui oleh peneliti dan bersedia menjadi responden, sebanyak 32 orang dan jumlahnya kurang dari 100 sehingga peneliti mengambil sampel yaitu seluruh dari jumlah populasi.

### **Teknik Sampling**

Pada penelitian ini, sampel bersifat homogen yaitu ibu hamil primigravida. Untuk menentukan sampel, penulis menggunakan pengambilan sampel dengan menggunakan teknik total sampling yaitu pengambilan sampel dengan teknik non probability sampling dengan jenis total sampling yaitu seluruh populasi diambil untuk dijadikan sebagai sampel. Cara pengambilan sampel pada penelitian ini adalah dengan teknik probability dengan total sampling yaitu seluruh populasi diambil untuk dijadikan sebagai sampel

### **Variable Penelitian**

#### **Variabel Dependent (terikat)**

Variable dependet adalah variable yang dipengaruhi dengan kata lain variable yang bisa menjadi sebab akibat adanya varibel bebas (Garaika and Darmanah, 2019). Variable terikat dalam penelitian ini adalah Kecemasan dalam menghadapi proses persalinan.

#### **Variable independent (bebas)**

Variable bebas atau independent adalah variable yang mempengaruhi dengan kata lain variable yang menyebabkan terjadinya variable terikat. Variable bebas dalam penelitian ini adalah strategi coping, dukungan keluarga dan dukungan bidan.

### **Instrument Penelitian**

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, sehingga lebih mudah di olah (Saryono, 2020). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan jenis instrumen kuesioner, yaitu berupa daftar pertanyaan atau pernyataan yang sudah tersusun rapi dan baik. Jenis kuesioner yang digunakan adalah kuesioner tertutup dimana responden tinggal memilih jawaban yang sudah tersedia sesuai dengan petunjuk yang bertujuan untuk mengarahkan jawaban responden dan mempermudah dalam mengolahnya.

## Metode Pengumpulan Data

Setelah data terkumpul, langkah selanjutnya adalah melakukan pengelolaan data yang meliputi:

### 1. *Editing*

Proses *editing* ialah memeriksa data yang telah dikumpulkan baik berupa daftar pertanyaan, kartu atau buku register. Yang dilakukan pada kegiatan memeriksa data ialah menjumlahkan dan melakukan koreksi. Menjumlah ialah menghitung banyaknya lembar daftar pertanyaan yang telah diisi untuk mengetahui apakah sesuai dengan jumlah yang telah ditentukan. Bila terdapat kekurangan maka dapat segera dicari sebabnya lalu diatasi.

Koreksi adalah proses membenarkan atau menyelesaikan hal-hal yang salah atau kurang jelas. Untuk menyelesaikan masalah tersebut dapat langsung ditanyakan kembali pada responden, tetapi apabila responden tidak dapat dihubungi maka penyelesaian dilakukan oleh peneliti, apakah dibuang atau diganti dengan yang lain.

### 2. *Coding*

Untuk mempermudah pengelolaan, sebaiknya semua variabel diberi kode terutama data klasifikasi. Penelitian ini menggunakan 4 variabel, dimana variabel strategi coping, dukungan keluarga dan dukungan bidan menggunakan skala Guttman dengan pengcodingan 1 untuk jawaban benar dan 0 untuk jawaban salah. Sedangkan pada variabel kecemasan dalam menghadapi persalinan menggunakan skala Likert dengan pengcodingan 0 untuk jawaban tidak pernah, 1 untuk jawaban kadang-kadang, 2 untuk jawaban sering dan 3 untuk jawaban selalu. Meskipun pemberian kode dapat mempermudah pengelolaan, tetapi pekerjaan ini harus dilakukan dengan teliti karena mudah menimbulkan kesalahan dalam pemberian kode atau memasukkan data. Pemberian kode dapat dilakukan sebelum atau sesudah pengumpulan data dilaksanakan.

### 3. *Checking*

Melakukan pemeriksaan pada data yang akan dilakukan pengelolaan, kegiatan ini dilakukan agar data yang diperoleh sesuai dengan yang diperlukan.

### 4. *Processing*

Setelah semua kuesioner terisi penuh, benar dan telah melewati pengkodean maka langkah selanjutnya adalah proses data agar dapat dianalisis. Proses data dilakukan dengan cara mengentry data kuesioner ke program komputer.

## 5. *Cleaning*

Merupakan kegiatan mengecek kembali data yang sudah di entry apakah ada kesalahan atau tidak. Kesalahan mungkin terjadi pada saat kita mengentry data ke komputer.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

#### 1. Analisis Univariante

Analisa univariat dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi dan persentase dari variabel independen (stratgi coping, dukungan keluarga dan dukungan bidan) dan variabel dependen (kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan).

##### a. Gambaran Kecemasan Ibu Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan

Table 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kecemasan Ibu Primigravida

Kecemasan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Cemas	10	31,2
Tidak cemas	22	68,8
<b>Total</b>	32	100

Sumber: data olahan 2024

Berdasarkan tabel 1, dapat dilihat bahwa dari 32 ibu primigravida di PMB Ambarwati Sintang, sebagian besar ibu primigravida tidak mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinannya yaitu sebanyak 22 orang (68,8%).

##### b. Gambaran Strategi *Coping* Ibu Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Strategi *Coping* Ibu Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan

Strategi <i>Coping</i>	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tidak melakukan	12	37,5
Melakukan	20	62,5
<b>Total</b>	32	100

Sumber: data olahan 2024

Berdasarkan tabel 2, dapat dilihat bahwa dari 32 ibu primigravida di PMB Ambarwati Sintang, sebagian besar ibu primigravida melakukan strategi coping yaitu sebanyak 20 orang (62,5%).

**c. Gambaran Dukungan Keluarga Pada ibu Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan**

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Dukungan Keluarga Terhadap Ibu Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan

Dukungan keluarga	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tidak mendapatkan	11	34,4
Mendapatkan	21	65,6
<b>Total</b>	32	100

Sumber: data olahan 2024

Berdasarkan tabel 3, dapat dilihat bahwa dari 32 ibu primigravida di PMB Ambarwati Sintang sebagian besar ibu primigravida mendapatkan dukungan dari keluarganya yaitu sebanyak 21 orang (65,5%).

**d. Gambaran Dukungan Bidan Pada Ibu Primigravida**

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Dukungan Bidan Terhadap Ibu Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan

Dukungan Bidan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tidak mendapatkan	13	40,6
Mendapatkan	19	59,4
<b>Total</b>	32	100

Sumber: data olahan 2024

Berdasarkan tabel 4, dapat dilihat bahwa dari 32 ibu primigravida di PMB Ambarwati Sintang sebagian besar ibu primigravida mendapatkan dukungan dari bidan yaitu sebanyak 19 orang (59,4%).

**2. Analisis Bivariate**

**a. Hubungan Strategi Coping Dengan Kecemasan Ibu Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan Di PMB Ambarwai Sintang**

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Hubungan Strategi Coping Dengan Kecemasan Ibu Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan

Strategi Coping	Kecemasan				Total		OR 95% CI	P-Value
	Cemas		Tidak cemas					
	F	%	F	%	F	%		
Tidak melakukan	7	58,3	5	41,7	12	100	8(1,5-42,5)	0,018
Melakukan	3	15,0	17	85,0	20	100		
<b>Total</b>	10	31,3	22	68,8	32	100		

Sumber: hasil data primer, 2024

Berdasarkan tabel 5 di atas dapat diketahui bahwa dari responden yang tidak melakukan strategi coping sebesar 58,3% mengalami kecemasan, dan dari responden yang melakukan strategi coping sebesar 15% mengalami kecemasan.

Hasil uji statistik *chi square*, diperoleh nilai *p value* = 0,018 artinya *p value*  $\leq$  0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara strategi coping terhadap kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan. Hasil uji diperoleh nilai OR = 8 artinya ibu yang tidak melakukan strategi coping mempunyai kemungkinan 8 kali untuk mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinannya dibandingkan yang melakukan strategi coping.

**b. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Ibu Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan Di PMB Ambarwai Sintang**

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Ibu Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan

Dukungan Keluarga	Kecemasan				Total		OR 95% CI	<i>P-Value</i>
	Cemas		Tidak cemas					
	F	%	F	%	F	%		
Tidak mendapatkan	8	72,7	3	27,3	11	100	25(3,5-182)	0,001
Mendapatkan	2	9,5	19	90,5	21	100		
Total	10	31,2	22	68,8	32	100		

*Sumber: hasil data primer, 2024*

Berdasarkan tabel 6 di atas dapat diketahui bahwa dari responden yang tidak mendapatkan dukungan keluarga sebesar 72,7% mengalami kecemasan dan responden yang mendapatkan dukungan keluarga sebesar 9,5 % mengalami kecemasan.

Hasil uji statistik *chi square* hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan diperoleh nilai *p value* = 0,001 artinya *p value*  $\leq$  0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga terhadap kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan. Hasil uji diperoleh nilai OR = 25 artinya ibu yang tidak mendapatkan dukungan dari keluarganya mempunyai kemungkinan 25 kali untuk mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinannya dibandingkan yang mendapatkan dukungan keluarga.

**c. Hubungan Dukungan Bidan Dengan Kecemasan Ibu Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan Di PMB Ambarwai Sintang**

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Hubungan Dukungan Bidan Dengan Kecemasan Ibu Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan

Dukungan Bidan	Kecemasan				Total		OR 95% CI	P-Value
	Cemas		Tidak cemas					
	F	%	F	%	F	%		
Tidak mendapatkan	7	53,8	6	46,2	13	100	6(1,2-32,3)	0,049
Mendapatkan	3	15,8	16	84,2	19	100		
Total	10	31,3	22	68,8	32	100		

Sumber: hasil data primer, 2024

Berdasarkan tabel 7 di atas dapat diketahui bahwa dari responden yang tidak mendapatkan dukungan bidan sebesar 53,8% mengalami kecemasan dan responden yang mendapatkan dukungan bidan sebesar 31,3% mengalami kecemasan.

Hasil uji statistik *chi square* hubungan dukungan bidan terhadap tingkat kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan, diperoleh nilai *p value* = 0,049 artinya  $p\ value \leq 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara dukungan bidan terhadap tingkat kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan. Hasil uji diperoleh nilai OR = 6 artinya ibu yang tidak mendapatkan dukungan dari bidan mempunyai kemungkinan 6 kali untuk mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinannya dibandingkan yang mendapatkan dukungan bidan.

**Pembahasan**

**1. Kecemasan Ibu Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu primigravida tidak mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinannya yaitu sebanyak 22 orang (68,8%).

Cemas merupakan respon individu terhadap suatu keadaan yang tidak menyenangkan dan dialami oleh semua makhluk hidup dalam kesehariannya. Kecemasan pada individu merupakan pengalaman yang subjektif, dapat memberikan motivasi untuk mencapai sesuatu dan sumber penting dalam usaha memelihara keseimbangan hidup.

Dalam penelitian ini kecemasan diartikan sebagai perasaan yang tidak menentu yang dialami ibu primigravida dalam menghadapi persalinan. Perasaan tidak menentu ini diakibatkan oleh kurangnya informasi dan dukungan sosial yang didapatkan oleh ibu. Selama kehamilan kecemasan pasti akan terjadi, terutama bagi ibu yang berada pada

trimester ke III terlebih bila ini adalah anak pertamanya. Dalam menentukan apakah seorang ibu mengalami kecemasan atau tidak penelitian ini menggunakan indikator sebagai berikut, kecemasan fisik dan kecemasan psikologis.

## **2. Hubungan Strategi Coping Dengan Kecemasan Ibu Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu primigravida melakukan strategi coping yaitu sebanyak 20 orang (62,5%).

Strategi *Coping* merupakan aktivitas-aktivitas spesifik yang dilakukan oleh individu dalam bentuk kognitif dan perilaku, baik disadari maupun tidak oleh individu tersebut, yang bertujuan untuk menghilangkan atau mengurangi ancaman-ancaman yang ditimbulkan oleh masalah internal maupun eksternal dan menyesuaikan dengan kenyataan-kenyataan negatif, mempertahankan keseimbangan emosi dan *self image positif*, serta meneruskan hubungan yang memuaskan dengan orang lain (Nurhayati et al., 2023).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurhayati, Marliyana dan Nuraini, bahwa terdapat hubungan antara strategi coping dan kecemasan dalam menghadapi persalinan, dimana nilai  $P= 0,008$  ( $P<0,05$ ). Strategi *coping* sebagai perubahan pemikiran dan perilaku yang digunakan oleh seseorang yang dalam menghadapi tekanan dari luar maupun dalam yang di sebabkan oleh transaksi antara seseorang dengan lingkungan nya yang dinilai sebagai stressor. *Coping* ini nantinya akan terdiri dari upaya-upaya yang dilakukan untuk mengurangi keberadaan stressor (Hastanti et al., 2019).

Menurut peneliti bahwa seorang ibu primigravida yang melakukan strategi coping yang baik akan membantu mengurangi kecemasannya dalam menghadapi persalinan. Strategi coping merupakan usaha individu untuk mengurangi atau mencegah kemungkinan adanya ancaman dari luar yang dirasanya dapat mengganggu kenyamanan ibu dalam menghadapi persalinan.

## **3. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Ibu Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu primigravida mendapatkan dukungan dari keluarganya yaitu sebanyak 21 orang (65,5%).

Dalam penelitian ini dukungan keluarga adalah bagaimana peran keluarga mendukung kehamilan sehingga ibu primigravida tidak mengalami kecemasan yang berlebihan. Untuk mengetahui apakah ibu mendapatkan dukungan keluarga atau tidak

digunakan indikator yaitu, dukungan instrumental, dukungan informasional dan dukungan emosional.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Novriani, bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dan kecemasan dalam menghadapi persalinan, dimana nilai  $P=0,001$  ( $P<0,05$ ) (Sari and Novriani, 2020). Dukungan keluarga adalah suatu keadaan yang bermanfaat untuk individu yang diperoleh dari orang lain yang dapat dipercaya, sehingga seseorang akan tahu bahwa ada orang lain yang memperhatikan, menghargai dan mencintainya.

Menurut peneliti dukungan keluarga sangat lah membantu dalam mengurangi kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan. Seorang ibu primigravida membutuhkan dukungan dari keluarga nya agar merasa aman dan dilindungi, karena disaat menghadapi persalinan sering kali ibu merasa bahwa dia hanya sendiri dan tidak ada yang memperhatikan. Oleh karena itu, sangatlah penting bagi keluarga memberikan perhatian dan kasih sayang yang lebih.

#### **4. Hubungan Dukungan Bidan Dengan Kecemasan Ibu Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu primigravida mendapatkan dukungan dari bidan yaitu sebanyak 19 orang (59,4%).

Tindakan yang diberikan seorang bidan untuk membantu ibu dalam mengatasi atau mengurangi masalah yang kecemasan yang di hadapi ibu.

Dalam penelitian ini dukungan bidan adalah segala usaha dan tindakan yang dilakukan oleh bidan untuk mengatasi kecemasan yang di rasakan ibu primigravida saat menghadapi persalinan. Untuk mengetahui apakah ibu primigravida mendapatkan dukungan bidan atau tidak, digunakan beberapa indikator, diantaranya adalah dukungan konseling, dukungan informasi dan dukungan edukasi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Umairo dan Nuranggraeni, bahwa terdapat hubungan antara dukungan bidan dan kecemasan dalam menghadapi persalinan, dimana nilai  $P=0,003$  ( $P<0,05$ ) (Umairo and Nuranggraeni, 2023). Bidan adalah orang pertama yang melakukan penyelamatan kelahiran sehingga ibu dan bayinya selamat. Dalam memberikan pelayanan, bidan harus memiliki indikator konseling yaitu melakukan tanya jawab antara ibu dan bidan tentang keluhan yang sedang ibu rasakan, informasi yaitu memberikan ibu informasi tentang pengetahuan yang ibu butuhkan dalam mengatasi keluhan nya dan yang terakhir adalah edukasi yaitu tentang pengetahuan tentang bagaimana ibu bisa merasakan keluhan tersebut seperti perubahan psikologis dan fisiologis.

Menurut peneliti bidan berperan sangat penting dalam segala proses kehamilan seorang wanita. Terlebih pada ibu primigravida yang menghadapi persalinan. Belum adanya pengalaman mengharuskan seorang bidan untuk memberikan berbagai macam pengetahuan baru dan ilmu tentang persalinan. Bidan juga berperan untuk membantu mengatasi kecemasan yang dirasakan ibu, bisa dengan cara memberikan ibu konseling atau melakukan pendekatan sehingga ibu bisa leluasa menceritakan keresahan yang dirasanya. Dengan begitu ibu akan merasakan tenang karena bidan memberikan perhatian.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang penulis lakukan tentang hubungan strategi coping, dukungan keluarga dan dukungan bidan terhadap kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan di PMB Ambarwati tahun 2024 diperoleh kesimpulan bahwa ada hubungan yang signifikan antara strategi coping terhadap kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan dengan *p-value* sebesar 0,018 dan nilai OR 8 (95% CI=1,5-42,5), ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga terhadap kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan dengan *p-value* sebesar 0,001 dan nilai OR 25,3 (95% CI=3,5-181,8), ada hubungan yang signifikan antara dukungan bidan terhadap kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan dengan *p-value* sebesar 0,049 dan nilai OR 6,2 (95% CI=1,2-32,3).

### **Saran**

#### 1. Ibu primigravida

Ibu primigravida hendaknya dapat memperbanyak pengetahuan dengan mencari informasi terkait persiapan persalinan, baik dari media cetak maupun media elektronik. Selain itu, ibu juga bisa bertanya kepada bidan tentang persalinan sehingga apapun keluhan ibu tentang persalinan dapat segera diberikan solusinya.

#### 2. Tenaga kesehatan

Memberikan penyuluhan dan Pendidikan kesehatan kepada ibu primigravida tentang persiapan persalinan karena mereka belum memiliki pengalaman. Sehingga perlu mendapatkan informasi yang mumpuni agar siap dalam persalinannya kelak dan memiliki pengalaman melahirkan yang baik.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Basyiroh, A.N., Lailiyah, S., 2022. STUDI LITERATUR (SISTEMATIC REVIEW): HUBUNGAN DUKUNGAN SUAMI DENGAN TINGKAT KECEMASAN IBU PRIMIGRAVIDA TERHADAP PROSES PERSALINAN. *Journal Of Community Mental Health And Public Policy*.
- Gultom, R.T., 2024. Hubungan Dukungan Emosional Bidan terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida dalam Proses Kala I di RSUD Imelda Pekerja Indonesia Medan Tahun 2023. *Jurnal Anestesi: Jurnal Ilmu Kesehatan dan Kedokteran*. <https://doi.org/10.59680/anestesi.v2i1.731>
- Halman, P.D., Umar, S., Limbong, T., 2022. Perbedaan Tingkat Kecemasan Primigravida dan Multigravida Trimester III dalam Menghadapi Persalinan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i2.822>
- Hastanti, H., Budiono, Febriyana, N., 2019. PRIMIGRAVIDA MEMILIKI KECEMASAN YANG LEBIH SAAT KEHAMILAN. <https://doi.org/10.20473/imhsj.v3i2.2019.167-178>
- Nurhayati, Marliyana, Nuraini, D., 2023. Gambaran tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida dalam menghadapi persalinan. *MHC JOURNAL OF Mental Health Concerns*. <https://doi.org/10.56922/mhc.v2i2.380>
- Prameswari, Y., Ulfah, Z., 2019. FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KECEMASAN IBU HAMIL PRIMIGRAVIDA TRISEMESTER III DALAM MENGHADAPI PERSALINAN DI PUSKESMAS BATU AJI KOTA BATAM TAHUN 2018. *Jurnal PSYCHE 165 Fakultas Psikologi*.
- Rofiqoch, I., Dewi, S., Yuliani, D.A., 2022. Strategi Coping Stress pada Ibu Hamil di Masa Pandemi Covid 19.
- Rusdiana, 2022. HUBUNGAN DUKUNGAN SUAMI DENGAN KECEMASAN IBUHAMIL TRIMESTER III MENGHADAPI PROSES PERSALINAN PADA MASA PENDEMI COVID 19 DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN SF MARTAPURA TAHUN 2022. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat Vol .10 Nomor. 2*. <https://doi.org/10.54004/jikis.v10i2.91>
- Sari, F.S., Novriani, W., 2020. DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KECEMASAN MENJELANG PERSALINAN TRISEMESTER III. <https://doi.org/10.22216/jit.2017.v11i1.1414>
- Umairo, G., Nurangraeni, Y., 2023. HUBUNGAN DUKUNGAN BIDAN DAN KELUARGA DENGAN KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER KE III DALAM MENGHADAPI PERSALINAN DI KLINIK USWAH MEDIKA TUNJUNG TEJA. *MALAHAYATI NURSING JOURNAL VOLUME 5 NOMOR 10*. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i10.9465>
- Yulianti, I., 2020. ANXIETY LEVEL COMPARISON BEFORE AND AFTER BEING GIVEN THE HEALTH EDUCATION OF PRIMIGRAVIDA PREGNANT WOMEN. *JURNAL BORNEO SAINTEK*.