

Self-Efficacy Pada Ibu Hamil Dengan Tingkat Kecemasan

Selama Masa Pandemi Covid-19 Di Ruteng

Eufrasia Prinata Padeng¹, Putriatri Krimasusini Senudin², Dionesia Octaviani Laput³, Reineldis
Elsidianastika Trisnawati⁴

Universitas Katolik Indonesia Santu Paulus Ruteng

e-mail : rinny.padeng90@gmail.com

ABSTRACT

The anxiety during pregnancy in women may relate to various factors. It may also affect the mother and fetus's health status such as prematurity and postpartum depression. The study aimed to analyze the effect of anxiety during pregnancy and also to overcome the effects of anxiety both for the mother and fetus. A cross-sectional with an analytical survey design was used. A total of 30 people were recruited using purposive sampling as the study sample from the total population of 52 pregnant women. Data were analyzed by a chi-square statistical test. The instrument used was a demographic data questionnaire, a general self-efficacy questionnaire, and a Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) questionnaire. Results showed that during the COVID-19 pandemic most pregnant women experienced severe anxiety and moderate self-efficacy (N = 11 people; 55%). There was a moderate effect of self-efficacy on the anxiety of pregnant women during the COVID-19 pandemic (p-value <0.05). Less self-confidence during pregnancy will result in high anxiety levels, especially during the pandemic. Anxiety that occurs during pregnancy can cause the condition of the mother and fetus to decline. It is recommended to explore any prevention of anxiety during pregnancy to broaden the research variables.

Keywords : *Anxiety, Pregnancy; self-efficacy*

ABSTRAK

Kecemasan yang dialami ibu hamil disebabkan oleh berbagai faktor. Hal ini akan berdampak pada kesehatan ibu dan janin. Efek yang akan terjadi pada ibu hamil yang mengalami kecemasan selama masa kehamilan akan terjadi prematur dan depresi pasca persalinan. Tujuan penelitian menganalisis pengaruh kecemasan saat kehamilan dan juga mengatasi dampak yang terjadi akibat kecemasan baik bagi janin maupun bagi ibu. Dalam Penelitian ini penulis menggunakan rancangan penelitian Kuantitatif dengan desain penelitian survey analitik pendekatan cross sectional. Populasinya adalah seluruh ibu hamil sejumlah 52 orang. sampel dalam penelitian dimaksud adalah sebesar 30 orang dan teknik pengambilan samplingsnya Purposive Sampling. Uji Statistik yang digunakan adalah Chi Square. Pada penelitian ini instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner data Demografi, kuesioner General Self Efficacy dan kuesioner Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa selama masa pandemi COVID-19 sebagian besar ibu hamil mengalami kecemasan Berat dan self efficacy tingkat sedang yaitu sebesar 11 orang (55%). Terdapat pengaruh self efficacy yang sedang terhadap kecemasan ibu hamil selama masa pandemi COVID 19 dengan nilai p valuenya adalah < 0.05. Semakin kurangnya percaya diri dari ibu hamil maka kecemasan juga akan selalu dialaminya selama masa pandemi. Kecemasan yang terjadi bisa menyebabkan kondisi ibu maupun janin menurun.. Saran dalam penelitian ini adalah

bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk menggali lebih dalam lagi terkait pencegahan kecemasan dalam kehamilan serta ditambahkan variabel penelitian.

Kata Kunci : Kecemasan; kehamilan; self efficacy

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan masa atau saat semenjak dinyatakan tumbuhnya janin pada rahim. Kehamilan adalah suatu proses yang alamiah, dimana perubahan-perubahan yang terjadi dalam perempuan selama kehamilan normal bersifat fisiologis (Enny Fitriahadi, S.ST. 2017) Masa kehamilan sangat rentan dengan berbagai resiko yang dipengaruhi oleh nutrisi, genetik hingga pada tingkat stressor. Tingkat stress pada kehamilan, terutama pada masa pandemi COVID 19 mengalami peningkatan yang signifikan yaitu mencapai 76%. Tingkat stress ini sangat beresiko terhadap janin dalam masa kehamilan.

COVID 19 merupakan penyakit yang menyerang saluran pernafasan yang pertama kali ditemukan di Wuhan, Cina pada bulan Desember 2019 dan sudah menyebar ke berbagai negara termasuk Indonesia. WHO menjadikan wabah ini sebagai pandemi sebab wabah ini telah menyebar begitu cepat ke berbagai negara. Kehamilan merupakan masa emas dari proses pendewasaan seorang wanita yang menyebabkan berbagai macam

perubahan baik secara fisik maupun psikis. Masa kehamilan membutuhkan adaptasi dalam menghadapi peran baru sebagai seorang ibu. Perubahan tersebut tidak mudah bagi setiap wanita, terutama dalam situasi yang penuh dengan stressor. Seperti pada saat pandemi COVID-19. Penetapan wabah tersebut diatas didukung dengan data WHO 9 September 2020, yaitu terdapat dari 216 negara, 27.236.916 kasus terkonfirmasi dan 831.031 angka kematian (Gugus Tugas RI 2020). Indonesia sendiri pada tercatat 200.035 kasus terkonfirmasi, 8230 angka kematian dan 142.958 angka kesembuhan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2020)

Tanda gejala yang dirasakan selama Covid 19 ini adalah badan terasa demam, terasa batuk, sakit pada tenggorokan, merasakan mialgia dan malaise sampai indikasi yang berat seperti pneumonia (gangguan pernapasan Akut (ARDS), gagal ginjal dan disfungsi multiorgan sehingga membutuhkan perawatan medis. COVID 19 ini juga sangat beresiko pada ibu hamil. Kehamilan pada

masa pandemi ini menjadi pencetus terjadinya kecemasan. Kecemasan menjadi masalah yang sangat serius di kalangan masyarakat. Terdapat 1/3 wanita hamil yang mengalami tanda-tanda kecemasan. Prevalensi tertinggi kecemasan terjadi pada ibu hamil Trimester I (usia kehamilan 1-13 minggu) dan Trimester III (usia kehamilan 28-41 minggu).

Kecemasan merupakan keadaan yang normal terjadi dalam berbagai keadaan seperti pertumbuhan, adanya perubahan dan pengalaman baru. Kecemasan bisa dirasakan oleh setiap orang apabila mengalami tekanan dan perasaan mendalam yang mengakibatkan masalah psikiatrik dan dapat berkembang pada jangka waktu yang lama. Adapun penyebab dari kecemasan ini adalah bila dilihat dari sisi internal disebabkan karena usia, jenis Kelamin, Tipe kepribadian, Keadaan fisik sedangkan dari faktor eksternal disebabkan karena situasi lingkungan dan sosial budaya.

Kecemasan ini juga memiliki dampak, baik bagi ibu maupun janin. Bagi ibu akan beresiko tiga kali lipat mengalami postpartum blues dan depresi postpartum, resiko tekanan darah tinggi dan penyakit jantung serta keguguran sedangkan bagi janin prematuritas, Berat Badan Lahir Rendah

(BBLR), skor *APGAR* rendah, hambatan pertumbuhan serta gangguan perkembangan kognitif dan sosial pada janin. Di Indonesia ibu yang mengalami kecemasan saat persalinan terdapat 107.000 atau 28.7 (Kemenkes RI 2019). Penelitian yang telah dilakukan pada ibu primigravida 22.5% mengalami cemas ringan, 30% mengalami cemas sedang, 27.5 % cemas berat, dan 20% cemas sangat berat (Safrifah, 2016). Sedangkan penelitian yang dilakukan di Banyumas, Jawa Tengah didapatkan sebanyak 42.8% ibu hamil yang mengalami kecemasan menjelang persalinan (Wibowo, 2012). Dengan adanya pandemi ini diciptakan beberapa protokol kesehatan untuk ibu hamil. Agar dapat meminimalisir kontak erat dengan pasien COVID 19 maka ibu hamil disarankan tetap melakukan *Antenatal Care* dengan memperhatikan protokol kesehatan.

Data terkait penyebaran Covid 19 semakin meningkat. Di Indonesia per tanggal 14 Maret 2020 terdapat sebanyak 96 kasus yang terkonfirmasi COVID 19 dengan jumlah kematian 6 orang dan menjadi negara ke 65 yang terpapar COVID 19. Berdasarkan data peduli Lindungi (2020), data COVID 19 di Kabupaten Manggarai 68 orang kontak erat, 91 orang Suspek, Swab Positif sebanyak 31 orang. Kasus terkonfirmasi makin meningkat

sehingga kabupaten Manggarai masih masuk dalam kategori zona merah. Pengetahuan tentang infeksi COVID 19 dalam hubungan dengan kehamilan dan janin masih sangat terbatas dan belum ada rekomendasi spesifik untuk penanganan ibu hamil yang terpapar COVID 19. Berdasarkan data yang juga sangat terbatas dipercaya bahwa ibu hamil dengan keadaan positif COVID 19 memiliki resiko lebih tinggi untuk terjadinya penyakit berat, morbiditas dan mortalitas dibandingkan dengan populasi umum.

Sistem pemeriksaan *Antenatal Care* (Pemeriksaan kehamilan) selama masa pandemi COVID 19 ini dapat memicu munculnya *Self-Efficacy* yang tinggi dengan tingkat kecemasan yang rendah, sebaliknya *Self Efficacy* yang rendah tingkat kecemasan akan tinggi. Pemeriksaan *Ante Natal Care* dengan memperhatikan protokol kesehatan ini menjadi sumber ketegangan, frustrasi, kelemahan dan kecemasan bagi ibu hamil yang melakukan pemeriksaan *Antenatal Care*. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh kecemasan saat kehamilan dan juga mengatasi dampak yang terjadi akibat kecemasan baik bagi janin maupun bagi ibu.

Rendahnya self efficacy pada ibu hamil disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya karena pendidikan, umur, paritas, cara kelahiran sebelumnya dan masih banyak lagi, ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh (Terfasa, Bulto, dan Irenso 2022)

METODE PENELITIAN

Penelitian yang telah dilakukan ini menggunakan rancangan penelitian Kuantitatif dengan pendekatan penelitian survey analitik cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil sejumlah 52 orang dan sampel sebanyak 30 orang. Teknik pengambilan sampling *Purposive Sampling* dengan Uji Statistik *Chi Square*. Pada penelitian ini instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner data Demografi, kuesioner *General Self Efficacy* dan kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)*. Adapun tahapan dalam penelitian ini adalah dimulai dari tahapan awal yaitu melakukan survei awal serta mengurus ijin penelitian, setelah mendapat ijin menyusun latar belakang, rumusan masalah dan tujuan dari penelitian yang akan dilakukan. Setelah itu dimulai dengan kegiatan penelitian dengan memberikan kuesioner pada ibu hamil, menganalisa data, dan membuat pembahasan.

HASIL

Tabel 1. Distribusi frekuensi berdasarkan Umur

Usia (Tahun)	<i>n</i>	(%)
<20	2	6.7
20-35	10	33.3
>35	18	60
Total	30	100.00

Data pada Tabel 1 didapatkan dari 30 responden, sebagian besar berusia >35 tahun yaitu sejumlah 18 orang (60%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendidikan

Pendidikan	<i>n</i>	(%)
SD	5	16.7
SMP	12	40
SMA	7	23.3
PT	6	20
Total	30	100.00

Data pada Tabel Tabel 2 didapatkan dari 30 responden, sebagian besar berpendidikan SMP yaitu sebanyak 12 orang (40%).

Data pada Tabel Tabel 3 didapatkan, dari 30 responden, sebagian besar Multigravida yaitu sebanyak 18 orang (60%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Paritas

Paritas	<i>n</i>	(%)
Primigravida	12	40
Multigravida	18	60
Total	30	100

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Self Efficacy

<i>Self Efficacy</i>	<i>n</i>	(%)
Sedang	20	66.7
Tinggi	10	33.3
Total	30	100.00

Data pada Tabel 4 didapatkan, dari 30 responden, sebagian besar dengan kategori *Self Efficacy* Tinggi dengan jumlah 20 responden (66.7%).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Kecemasan

Kecemasan	<i>n</i>	(%)
Ringan	8	26.6
Sedang	8	26.6
Berat	14	46.8
Total	30	100.00

Data pada Tabel 5 didapatkan, dari 30 responden, sebagian besar dengan Tingkat kecemasan tinggi yaitu sebanyak 14 responden (46.8%)

Tabel 6. Hubungan Self Efficacy Ibu Hamil Dengan Tingkat Kecemasan Selama Masa Pandemi COVID 19

Self Efficacy	Tingkat Kecemasan						Total	
	Ringan		Sedang		Berat		<i>n</i>	(%)
	<i>n</i>	(%)	<i>n</i>	(%)	<i>n</i>	(%)	<i>n</i>	(%)
Sedang	4	40	5	25	11	55	20	100
Tinggi	4	20	3	30	3	30	10	100
Total	8	26.6	8	26.6	14	46.8	30	100

Data pada Tabel 6 menunjukkan bahwa kecemasan Berat berada pada self efficacy tingkat sedang yaitu sebesar 11 orang (55%).

PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang didapatkan dari 30 responden ibu hamil menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori *Self Efficacy* sedang (55 %) dengan kecemasan berat. Ini disebabkan karena Kehadiran pandemi virus corona sehingga meningkatkan kecemasan dan memicu ketakutan berlebihan di kalangan ibu hamil karena kurangnya pengetahuan dan paparan informasi yang salah atau disinformasi terkait pandemi. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Zainiyah dan Susanti 2020) dengan hasil sebagian besar ibu mengalami kecemasan berat dan *self efficacy* sedang selama masa pandemi COVID 19 . Sebuah laporan dari organisasi kesehatan dunia menyatakan bahwa sekitar 10% ibu hamil mengalami gangguan mental terutama depresi. Kecemasan ini biasanya terjadi pada TM 1,2,3 yang dipicu juga dengan perubahan hormonal yang dialami ibu hamil (Schwartz dan Graham 2020) *Self-Efficacy* pada ibu hamil adalah keyakinan seseorang dalam kemampuannya untuk melakukan suatu bentuk kontrol selama kehamilannya. Bandura juga menggambarkan *Self-Efficacy* sebagai

penentu bagaimana orang merasa, berpikir, memotivasi diri, dan berperilaku.

Berdasarkan hasil data pada Tabel 1 dari 30 responden sebagian besar ibu hamil berada pada kisaran umur >35 tahun yaitu sebesar 18 orang (60%). Umur dapat mempengaruhi kecemasan ibu. Usia >35 tahun merupakan usia dengan kategori resiko tinggi karena karena akan rentan terhadap kelainan bawaan dan penyulit pada persalinan. Penelitian ini sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Wanda yang juga mengatakan ada hubungan antara umur dengan kecemasan .

Tabel 2 diketahui dari 30 responden sebagian besar berpendidikan SMP yaitu sebesar 12 orang (40%). Pemahaman seseorang salah satunya akan dipengaruhi oleh pendidikan. Dari segi penerimaan informasi dan memahami pentingnya anjuran dari tenaga kesehatan, pendidikan menengah (SMP) sudah sangat cukup baik. Pendidikan bisa mempengaruhi seseorang dalam berpikir dan mengambil tindakan. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ifa Nurhasanah 2020), tetapi juga tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Wulan Puspa Gary, Yomita Hijriyati 2020). Tingkat pendidikan menjadi faktor yang mempengaruhi efikasi diri ibu hamil di daerah

terdampak Covid 19. Hal ini menentukan pola pikir dan kemampuan seseorang dalam menyerap informasi. Pendidikan tinggi membuat individu memiliki pemahaman dan daya tangkap yang lebih cepat. Pendidikan merupakan penentu utama tingkat pengetahuan dan perilaku kesehatan di masyarakat. Pendidikan seseorang akan mempengaruhi pengetahuan. Pengetahuan yang luas dan kemampuan yang cukup dapat mempengaruhi *self efficacy* (Wahyuni dan Rahayu 2020). Dari penelitian ini tidak terlihat adanya pengaruh pendidikan terhadap *self efficacy*.

Berdasarkan hasil rekapitulasi data Tabel 3 tentang paritas sebagian besar Multigravida yaitu 18 orang (60%). Multigravida merupakan ibu yang sudah pernah melahirkan, sehingga sudah mempunyai pengalaman. Ibu yang masuk dalam kategori multigravida dalam penelitian ini mengalami tingkat kecemasan. Tingkat kecemasan yang dialami akan mempengaruhi kondisi baik dari ibu maupun janin. Tingkat kecemasan yang terjadi membuat ibu ketakutan untuk melakukan ANC ke tenaga kesehatan karena takut tertular COVID-19. Wanita hamil ditemukan memiliki risiko lebih besar menderita gangguan kecemasan dibandingkan wanita postpartum. Dengan dukungan temuan ini, kecemasan selama kehamilan perlu dinilai dan dikelola secara kritis. Kecemasan terkait

kehamilan mengacu pada kekhawatiran wanita hamil tentang kesejahteraan dan penampilannya sendiri, kesehatan janinnya, serta masalah dukungan medis, keuangan, dan sosial yang berkaitan dengan kehamilan, persalinan, dan pengasuhan anak. Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh (Terfasa, Bulto, dan Irengo 2022)

Berdasarkan Tabel 6 yaitu Tabel silang Hubungan Self Efficacy Ibu hamil dengan tingkat kecemasan selama masa pandemi COVID 19 didapatkan ibu hamil selama masa pandemi covid 19 dari 30 responden mengalami *self efficacy* sedang dengan kecemasan berat. Bila ibu hamil memiliki tingkat kepercayaan yang rendah atau sedang maka ibu akan mudah mengalami stress, mudah menyerah dan pasrah terhadap keadaan yang dialaminya. Sebaliknya jika efikasi tinggi maka ibu hamil akan dengan mudah mengontrol stres yang dialami dan lebih percaya diri sehingga kehamilannya bisa berjalan dengan baik. Dalam penelitian ini *self efficacy* ibu dalam kategori sedang dan kecemasan berat sehingga bisa disimpulkan bahwa *self efficacy* terdapat hubungan dengan kecemasan. Rasa percaya diri dapat mempengaruhi kelancaran proses persalinan, mempengaruhi kesehatan janin, dan kesehatan ibu hamil itu sendiri. Rasa percaya diri memiliki pengaruh terhadap kekuatan mental ibu hamil dalam menghadapi proses

persalinan. Ibu hamil yang mampu mempertahankan pengendalian diri yang baik dapat mengurangi dampak nyeri saat melahirkan, dan ibu hamil yang memiliki efikasi diri tinggi menunjukkan tingkat kepuasan yang lebih baik dalam menjalani proses kehamilan bagi dirinya sendiri, juga bagi perawat, bidan, dan dokter serta mengurangi tingkat kecemasan yang dialami (Anggraini dan Handayani 2021).

KESIMPULAN

Ada pengaruh *self efficacy* yang sedang terhadap kecemasan ibu hamil selama masa pandemi COVID 19. Semakin kurangnya percaya diri dari ibu hamil maka kecemasan juga akan selalu dialaminya selama masa pandemi. Kecemasan yang terjadi bisa menyebabkan kondisi ibu maupun janin menurun. Oleh karena itu pentingnya *self efficacy* pada tiap diri ibu hamil untuk meyakinkan diri sendiri bahwa tidak terpapar dengan COVID 19. Sehingga salah satu caranya adalah ikuti segala anjuran dari tenaga kesehatan yaitu tetap memperhatikan protokol kesehatan, makan minum sehingga imun tubuh tetap terjaga. Saran dalam penelitian ini adalah bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk menggali lebih dalam lagi terkait pencegahan kecemasan dalam kehamilan serta ditambahkan variabel penelitian.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada Universitas Katolik Santo Paulus Ruteng yang telah berperan dan memberikan dana kepada peneliti, LPPM UNIKA dan Program Studi Kebidanan dalam membantu administrasi, responden, bidan, kepala Puskesmas.

REFERENSI

- Anggraini, F D, dan N Handayani. (2021). "The Effect of Education on Self Efficacy and Anxiety levels Before Childbirth During the Covid-19 Pandemic in Third Trimester Pregnant." *STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan* 10(1): 213–18.
<https://sjik.org/index.php/sjik/article/view/537>.
- Enny Fitriahadi (2017). *Buku Ajar Asuhan Kebamilan Disertai Daftar Tilik*. 1 ed. Yogyakarta: Universitas Aisyiyah Yogyakarta.
- Gugus Tugas RI. (2020). *Data COVID-19*. Jakarta.
berandacovid19.go.id.
<https://covid19.go.id>.
- Ifa Nurhasanah. (2020). "Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Pada Ibu

Care: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Vol 10, No 2, Tahun 2022, hal 258-266

- Hamil Saat Pandemi COVID-19 : Literature Review.” *Jurnal Bidan Komunitas* 4(1): 25–30.
- Kemenkes RI. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia 2018 [Indonesia Health Profile 2018]*. http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Data-dan-Informasi_Profil-Kesehatan-Indonesia-2018.pdf.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). “*Profil Kesehatan Indonesia 2019*.”
- Schwartz, David A., dan Ashley L. Graham. (2020). “Potential maternal and infant outcomes from coronavirus 2019-NCOV (SARS-CoV-2) infecting pregnant women: Lessons from SARS, MERS, and other human coronavirus infections.” *Viruses* 12(2): 1–16.
- Terfasa, Eba Abera, Gizachew Abdissa Bulto, dan Dereje Yadesa Irenso. 2022. “Obstetric analgesia utilization in labor pain management and associated factors among obstetric care providers in the West Shewa Zone, Central Ethiopia.” *SAGE Open Medicine* 10: 205031212210887.
- Wahyuni, S, dan T Rahayu. (2020). “*Since January 2020 Elsevier has created a COVID-19 resource centre with free information in English and Mandarin on the novel coronavirus COVID- 19* . The COVID-19 resource centre is hosted on Elsevier Connect , the company ’ s public news and information .” (January).
- Wulan Puspa Gary, Yomita Hijriyati, Zakiyah. (2020). “Hubungan Karakteristik Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menjelang Persalinan Spontan Di Puskesmas Kecamatan Makasar Jakarta Timur.” 3(1): 68–76.
- Zainiyah, Zakkiyatus, dan Eny Susanti. (2020). “Anxiety in Pregnant Women During Coronavirus (Covid-19) Pandemic in East Java, Indonesia.” *Majalah Kedokteran Bandung* 52(3): 149–53.