

**BERKARYA BAGI NEGERI :
IMPLEMENTASI PENGETAHUAN &
SINERGISITAS PENGABDIAN MASYARAKAT
MENUJU ERA SOCIETY 5.0**



Editor:

Didik Haryadi Santoso, Rosalia Prismarini Nurdyarti, Rani Dwi Lestari

Berkarya Implementasi Pengetahuan & Sinergisitas Penabdian Masyarakat Menuju Era Society 5.0

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang
All Rights Reserved
304 hal (x + 294 hal), 16 cm x 24 cm
ISBN : 978-623-7587-33-0

Penulis:

Diani Mentari | Relita Pebrina | Ikrimah Nafilata | Anton Sabowo | Sri Setyowati
Suyatno | Totok Sundoro | Parmadi Sigit Purnomo | Pramukti Dian .S | Nor Wijaya
Wardatun Jannah | Latifah | Septiana Ismiyati | Evi Ni'matuzzakiyah | Tanti
Isnainingsih | Ubaidillah | Destu Satya Widyaningsih | Ilham Rifky Rahmana | Fyid
Astuti | M Pujo Darmo | Desak Ayu Putu Tantri | Santi Esterlita Purnamasari | She
Varadhila Peristiano | Ika Yuniwati | Anggra Fiveriati | Ninik Sri Rahayu | Muhammm
Rizki Azizi | Moh Nur Afandi | Ninik Sri Rahayu | Ika Yuniwati | Ely Trianasari
Hermayawati Hermayawati | Melania Eva Wulanningtyas | Arief Nuryana | Prahasti
Utari | Sudarmo | Rahma Widyana | Kamsih Astuti | Muhammad Wahyu Kuncoro
Sowanya Ardi Prahara | Catur Nugroho | Kharisma Nasionalita | Ruth Mei Ulina Mala
| Tutik Wahyuningsih | Edy Prayitno | Dini Fakta Sari | Deborah Kurniawati | Abdul Ha
| Palasara Brahmani Laras | Domnina Rani P Rengganis | Awan Santosa | Shadrin
Hazmi | Astri Wulandari | Rosalia Prismatini Nurdiarti | Mutaqin Akbar | Rani Dw
Lestari | Kristina Andryani | Putri Taqwa Prasetyaningrum | Tantri Jayamita | Triana
Noor Edwina Dewayani Soeharto | Martaria Rizky Rinaldi

Editor:

Didik Haryadi Santoso
Rosalia Prismarini Nurdiarti
Rani Dwi Lestari

Perancang Sampul:

Achmad Oddy Widyantoro

Penata Letak:

Rizki Wahta Saputra

Cetakan Pertama, Desember 2019

Diterbitkan Oleh:

MBridge Press
Jl. Ringroad Utara, Condong Catur, Depok,
Kabupaten Sleman, D.I. Yogyakarta
Lab. Multipurpose, Lantai 2 Kampus III UMBY
Phone. +62 895-3590-23330

Daftar Isi

Persiapan Desa Siaga Donor Darah Dusun Pagerjurang, Kepuharjo, Cangkringan Sleman Yogyakarta Melalui Pemeriksaan Tekanan Darah Dan Kolesterol

(Diani Mentari, Relita Pebrina, Ikrimah Nafilata dan Anton Sabowo).....1

Intisari Spiritualitas Dan Kecenderungan Bunuh Diri Pada Remaja Di Yogyakarta

(Sri Setyowati, Suyatno).....13

Komunikasi Dan Sumber Daya Dalam Pelaksanaan Kawasan Sehat Bebas Asap Rokok Di Sekolah

(Totok Sundoro, Parmadi Sigit Purnomo, Pramukti Dian .S).....21

Edukasi Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Pada Siswi Smpn I Kalikotes Klaten Jawa Tengah

(Nor Wijayanti, Wardatun Jannah, Latifah, Septiana Ismiyati).....35

Terapi Berbasis Emotional Freedom Techniques Untuk Rehabilitasi Korban Narkoba

(Evi Ni'matuzzakiah, Tantina Isnaningsih, Ubaidillah).....49

Pendampingan Senam Pada Posyandu Lanjut Usia

(Studi Kasus Pada Posyandu Lanjut Usia Giri Wreda 2018)

(Destu Satya Widyaningsih).....63

KKN-PPM Pengembangan Desa Wisata Malangjiwan Di Kecamatan Kebonarum Kabupaten Klaten

(Ilham Rifky Rahmana, Fyidiya Astuti, dan M Pujo Darmo).....71

Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Dalam Persiapan Menghadapi Persalinan Pada Ibu Yang Hamil Di Usia Muda

(Desak Ayu Putu Tantri, Santi Esterlita Purnamasari, Sheilla Va Peristiano).....

**Redesain Mesin Penyerut Bambu Untuk Skala Rumah
Desa Gintangan**

(Ika Yuniwati, Anggra Fiveriati, Ninik Sri Rahayu, Muhammad Rizki Az Nur Afandi).....

**Penyuluhan Outdoor Education Untuk Meningkatkan
Kualitas Pengelolaan Pembelajaran Guru Smp P
Pesanggaran**

(Ninik Sri Rahayu, Ika Yuniwati, Ely Trianasari).....

**Pembelajaran Berbasis Kurtilas Revisi 2017 Berdimensi
Kognitif Dan Pengetahuan: Pkm Guru Mts**

(Hermayawati Hermayawati).....

**Pelatihan Pengajaran Matematika Sederhana Menggunakan
Media Permainan Sehari-Hari Di Tk Aisyiyah Bustanul Arafah
Krajan**

(Melania Eva Wulanningtyas).....

**Pelatihan Pengemudi Becak Berbahasa Inggris
Kampoeng Wisata Batik Laweyan, Surakarta**

(Arief Nuryana, Prahastiwi Utari, Sudarmo).....

HARGA DIRI ANAK DENGAN ORANG TUA BERCERAI

(Rahma Widyana & Kamsih Astuti).....

**RELASI SOSIAL SUAMI DENGAN ISTRI YANG MENGALAMI
KONFLIK PEKERJAAN-KELUARGA: PENDEKATAN
INDIGENOUS**

(Triana Noor Edwina Dewayani Soeharto, Muhammad Wahyu Kunco
Sowanya Ardi Prahara).....

HUBUNGAN Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Dalam Persiapan Menghadapi Persalinan Pada Ibu Yang Hamil Di Usia Muda

Desak Ayu Putu Tantri¹, Santi Esterlita Purnamasari², Sheilla Varadhila Peristianto³

Universitas Mercu Buana Yogyakarta, Jalan Wates Km.10 Yogyakarta 55753

sheilla@mercubuana-yogya.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan pada ibu hamil usia muda. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan negatif antara kecerdasan emosi dengan kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan pada ibu hamil di usia muda. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 77 orang dengan karakteristik berusia 16-21 tahun dengan usia kandungan trisemester tiga (27 minggu hingga akhir kehamilan). Pengambilan data penelitian ini menggunakan skala Taylor Manifest Anxiety Scale (TMAS) dan skala kecerdasan emosi. Teknik analisis data menggunakan korelasi product moment dari Karl Pearson. Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar $-0,368$ ($p \leq 0,050$). Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kecerdasan emosi dengan kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan pada ibu hamil berusia remaja. Dalam penelitian ini, hipotesis diterima menunjukkan koefisien determinasi (R^2) sebesar $0,135$ yang berarti kecerdasan emosi menunjukkan kontribusi $13,5\%$ terhadap kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan sedangkan $86,5\%$ dipengaruhi oleh faktor lain, seperti dukungan suami dan rentang usia.

Kata Kunci: kecerdasan emosi, kecemasan, kecemasan ibu hamil, ibu hamil, persalinan

Pendahuluan

Pernikahan merupakan ikatan lahir batin antara seorang pria dan perempuan sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga yang bahagia. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) menyebutkan sebanyak 44% wanita di Indonesia menikah pada rentang usia 19-24 tahun, selanjutnya $23,03\%$ perempuan menikah pada usia 17-18 tahun dan $13,07$ persen di atas usia 25 tahun. Bagi pasangan yang sudah menikah, kehamilan merupakan hal yang paling dinanti, kegembiraan akan terpancar dari perempuan dan

pasangannya (Pohan, 2017). Kehamilan merupakan hal yang penting bagi seorang wanita yang dikodratkan untuk melanjutkan keturunan, akan tetapi masa kehamilan dikenal sebagai periode sensitif dalam kehidupan seorang wanita. Selama kehamilan kebanyakan wanita mengalami perubahan psikologis dan fisiknya (Mardjan, 2016). Pohan (2017) menyatakan dampak psikologis dari wanita yang menikah di usia dini yaitu terjadinya abortus atau keguguran karena secara organ reproduksi khususnya rahim belum sempurna, selain itu secara psikologis wanita yang menikah dini belum matang, sehingga masih labil dalam menghadapi masalah yang timbul dalam pernikahan. Suswati (dalam Hidayati, 2014) mengatakan bahwa usia sehat antara 20-30 tahun adalah saat yang tepat untuk hamil dan melahirkan dikarenakan fisik dan emosinya telah siap, sedangkan hamil pada usia kurang dari 20 tahun akan berisiko tinggi. Risiko tersebut karena pada usia tersebut fungsi-fungsi seksual wanita belum tumbuh secara sempurna termasuk ukuran pinggulnya sehingga ada kemungkinan mengalami kesulitan ketika melahirkan dan berisiko pada kematian baik bagi ibu ataupun anak.

Kalimantan Barat mempunyai Angka Kematian Ibu (AKI) yang cukup tinggi yaitu sebesar 151 per 100.000 (Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Barat, 2012). Hal tersebut diindikasikan dengan meningkatnya perkawinan di usia muda dengan rentang 15-19 tahun, yaitu sebesar 104 per 1000 yang berkontribusi secara tidak langsung penyebab kematian ibu. Salah satu Kabupaten di Kalimantan Barat dengan jumlah kehamilan di usia muda yang tertinggi yaitu Kabupaten Kubu Raya menyebutkan bahwa sebanyak 7,05% ibu hamil berusia muda kurang dari usia 20 tahun. Kehamilan pada usia ini merupakan kehamilan dengan risiko. Ibu hamil berusia 15-19 tahun memiliki kemungkinan dua kali lebih besar meninggal saat melahirkan dibandingkan yang berusia 20-25 tahun, sedangkan dengan usia dibawah 15 tahun kemungkinan meninggal dapat lima kali lebih besar (Desiyanti, 2015).

Hadad (dalam Mardjan, 2016) menjelaskan bahwa secara umum wanita di usia muda belum dinyatakan siap secara fisik, dan psikologisnya untuk hamil dan menghadapi persalinan. Secara fisik wanita hamil di usia muda belum menyelesaikan pertumbuhan tubuhnya, organ-organ internal dan eksternal reproduksi belum

matang, sedangkan secara psikologis wanita di usia muda belum siap menjalankan perannya sebagai ibu. Ibu hamil di usia muda yang tidak memiliki persiapan dalam persalinan akan lebih cemas, dan hal tersebut ditunjukkan dalam suatu perilaku yang berupa diam hingga menangis. Sekalipun peristiwa persalinan merupakan fenomena yang normal, kenyataannya proses persalinan akan berdampak pendarahan, kesakitan yang luar biasa hingga dapat menimbulkan kematian baik ibu ataupun bayinya (Janiwarti dan Pieter, dalam Sarifah 2016). Persiapan persalinan bertujuan untuk menyiapkan semua kebutuhan selama kehamilan maupun pada saat proses persalinan. Persiapan mental ibu hamil dalam menghadapi proses persalinan umumnya terjadi pada trimester III kehamilan, meliputi faktor resiko ibu dan janin, dan perubahan psikologis dalam kehamilan dan persalinan, tanda-tanda bahaya dan bagaimana meresponnya, perasaan mengenai melahirkan dan perkembangan bayi, tanda-tanda saat hendak melahirkan, respon terhadap kelahiran, ukuran-ukuran kenyamanan, situasi kelahiran cesar dan perawatan yang terpusat pada keluarga (Matterson, 2001). Proses persalinan seringkali mempengaruhi aspek psikologis yang dapat menyebabkan berbagai permasalahan psikologis yaitu terutama pada ibu hamil di usia muda pada kehamilan trimester III, salah satunya adalah kecemasan. Kecemasan yang muncul pada saat kehamilan, terutama kehamilan pada usia muda akan memperberat pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungan serta mempengaruhi proses persalinan (Mardjan, 2016).

Kecemasan merupakan suatu keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Kecemasan menurut Taylor (dalam Harini, 2012) adalah suatu respon yang muncul karena ketegangan mental yang menggelisahkan yang merupakan reaksi umum dalam ketidakmampuan menghadapi masalah atau tidak adanya rasa aman. Perasaan yang tidak menyenangkan ini menimbulkan gejala-gejala fisiologis dan psikologis. Gejala fisiologis yang dimaksud berupa gemetar, berkeringat, detak jantung meningkat, dan lain-lain. Gejala fisiologis yang terjadi berupa panik, tegang, bingung, kurang percaya diri, tidak dapat berkonsentrasi dan lain-lain. Berdasarkan hasil penelitian Yanuarini (2014) yang telah dilakukan pada sepuluh orang responden

usia muda pada usia kandungan trimester III yaitu masa persalinan dapat diketahui bahwa sebagian responden mengalami kecemasan sedang (70%), dan sebagian kecil mengalami kecemasan ringan (30%). Munculnya kecemasan disebabkan karena munculnya rasa takut untuk melahirkan dan kekhawatiran terhadap anak yang akan dilahirkannya nanti dan juga dapat dipengaruhi oleh kurangnya dukungan psikologis serta sosial budaya dari keluarga yang paling dekat khususnya dari suami. Selain itu penyebab lainnya adalah belum siap melaksanakan peran sebagai ibu dan faktor kehamilan yang diinginkan atau tidak diinginkan. Faktor tersebut menimbulkan perubahan sikap dan perilaku pada wanita hamil dan keluarganya dalam menghadapi kehamilan. Salah satu penelitian Bindt (dalam Mardjan 2016) pada wanita Afrika (Ghana) yang mengalami kecemasan dan depresi pada masa kehamilan menunjukkan sebagian besar dapat menyebabkan bayi lahir cacat dan persalinan harus melalui operasi caesar. Upaya mempersiapkan diri menghadapi persalinan tidak hanya pada aspek fisik, tetapi juga aspek psikologis ibu hamil juga harus dipersiapkan. Ibu hamil pada usia muda diharapkan mampu mengatasi kecemasan yang mungkin muncul selama masa kehamilan agar dapat menjalani proses persalinan dengan nyaman dan lancar (Aprisandityas, 2012). Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan ibu hamil menjelang persalinan pada usia muda menjelang proses persalinan diantaranya yaitu kecerdasan emosi, perubahan fisik dan psikologis, usia ibu, pendidikan, dan dukungan orang-orang terdekat. Goleman (2017) berpendapat bahwa orang yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi, maka mampu menyikapi situasi yang dialami dengan tepat tanpa harus berlebihan sehingga kecemasan yang dialami dapat diatasi.

Kecerdasan emosi dapat mempengaruhi kecemasan yang dialami ibu hamil berusia muda. Fikry (dalam Sarifah 2016) menyatakan bahwa salah satu cara untuk menangani kecemasan dalam persiapan persalinan yaitu dengan kemampuan mengelola emosi yang disebut kecerdasan emosi. Oleh karena itu ibu hamil terutama ibu hamil berusia muda yang cerdas secara emosi dapat memandang perubahan pada dirinya merupakan hal yang positif sehingga akan melewati kehamilannya dan mempersiapkan persalinannya dengan baik dan nyaman. Goleman (2017) menyatakan

bahwa kecerdasan emosional merupakan kemampuan seseorang mengatur kehidupan emosinya dengan inteligensi (to manage our emotional life with intelligence); menjaga keselarasan emosi dan pengungkapannya (the appropriateness of emotion and its expression) melalui keterampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial. Ibu hamil di usia muda yang cerdas secara emosi akan memandang kehamilan dan perubahan yang terjadi merupakan hal positif sehingga akan melewati kehamilan dengan baik dan nyaman (Susanti, 2012). Goleman (2017) menyatakan kecerdasan emosi merupakan kemampuan untuk mengolah perasaan atau emosi untuk memotivasi. Kecemasan adalah salah satu masalah yang berhubungan dengan emosi, sehingga dibutuhkan kemampuan untuk mengelolanya agar tidak menimbulkan akibat yang dapat merugikan diri pribadi. Seseorang yang memiliki kecerdasan emosi yang baik, mampu mengelola emosi yang ada dalam dirinya sehingga menjadi sesuatu kekuatan yang lebih positif. Kemampuan mengatur emosi membuat ibu hamil menjadi terampil dalam melepaskan diri dari perasaan negatif, sehingga kecemasan yang muncul pada saat akan menghadapi proses persalinan dapat diminimalkan. Beck (dalam Hurlock, 2006) juga menyatakan bahwa seseorang yang mampu mengendalikan emosinya dengan baik akan memahami diri sendiri yang pada akhirnya dapat mencegah kecemasan dalam diri sendiri. Orang yang mempunyai kecerdasan emosi yang tinggi akan sepenuhnya sadar dengan apa yang dirasakan oleh dirinya sendiri, sehingga dapat menentukan tindakan yang harus dilakukan untuk mengatasi kecemasan yang dialami. Orang yang memiliki kecerdasan emosi yang rendah tidak akan mengenali emosinya sendiri dan menjadi tidak tau tindakan apa yang harus dilakukan dalam mengelola emosinya tersebut, sehingga rasa cemas akan menguasai dirinya dan membuat seseorang sulit bangkit dari rasa cemasnya. Oleh karena itu ibu hamil di usia muda diharapkan dapat mengelola emosi yang dirasakan supaya bisa bebas dari hal-hal yang negatif dan merugikan. Reuven Bar-On (dalam Stein dan Book, 2000) kecerdasan emosi mampu membuat individu berfikir lebih positif tentang kesadaran diri emosional, sikap fleksibel, ketahanan menanggung stress, pengendalian implus, kebahagiaan, dan optimism. Hal ini membuat orang yang mempunyai kecerdasan emosi

yang tinggi tidak mengalami cemas yang berlebihan menjelang persiapan menghadapi persalinan.

Berdasarkan uraian sebelumnya menunjukkan bahwa persiapan persalinan juga dapat dipengaruhi oleh faktor kecerdasan emosi yang nantinya akan menentukan keberhasilan persalinan. Faktor psikologis yang mempengaruhi persiapan persalinan pada ibu hamil di usia muda yaitu kecemasan. Salah satu cara untuk menangani kecemasan yaitu dengan kemampuan seperti mengenali emosi diri sendiri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, memiliki empati, dan dapat membina hubungan dengan orang. Kemampuan tersebut disebut dengan kecerdasan emosi. Berdasarkan penjelasan sebelumnya dapat dirumuskan "Adakah hubungan kecerdasan emosi dengan kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan pada ibu hamil usia muda?"

Metode Pelaksanaan

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kecerdasan emosi dengan kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan pada ibu yang hamil di usia muda. Penelitian menggunakan metode penelitian kuantitatif. Jumlah subjek penelitian berjumlah 77 orang. Karakteristik subjek penelitian ini, yaitu: ibu yang hamil di rentang usia 16-21 tahun dan dalam persiapan menghadapi persalinan dengan usia kandungan trimester III.

Pada penelitian ini, metode yang digunakan untuk mengungkapkan hubungan kecerdasan emosi dengan kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan adalah skala. Skala merupakan perangkat pernyataan yang disusun untuk mengungkap atribut tertentu melalui respon terhadap pertanyaan tersebut (Azwar, 2017). Dalam penelitian ini digunakan dua buah skala yaitu skala untuk mengungkap kecemasan dalam persiapan persalinan dan skala untuk mengungkap kecerdasan emosi. Skala kecemasan yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala TMAS (Taylor Manifest Anxiety Scale) oleh Taylor dan skala kecerdasan emosi menggunakan skala likert untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Jawaban setiap

instrumen yang menggunakan skala likert mempunyai gradasi dari sangat positif sampai negatif (Sugiyono, 20016).

Pengujian hipotesis pada penelitian ini menggunakan analisis korelasi product moment yang dikembangkan oleh Karl Pearson (Sugiyono, 2016) untuk menguji hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan. Peneliti menggunakan teknik analisis ini karena analisis korelasi product moment sesuai untuk menguji hipotesis mengenai hubungan antara dua variabel. Untuk dapat melakukan analisis tersebut, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yaitu uji normalitas dan linieritas. Analisis data dilakukan dengan menggunakan SPSS (Statistical Product Service Solutions) versi 20.0 for windows.

Hasil dan Pembahasan

Uji prasyarat yaitu uji normalitas dan uji linearitas. Berdasarkan hasil uji Kolmogorov-Smirnov untuk variabel kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan diperoleh $KS-Z = 0,086$ dengan $p = 0,200$, sebaran data variabel kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan mengikuti sebaran data normal. Selanjutnya untuk variabel kecerdasan emosi diperoleh $KS-Z = 0,89$ dengan $p = 0,200$, berarti sebaran data variabel kecerdasan emosi mengikuti sebaran data normal. Berdasarkan uji linieritas untuk variabel kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan dengan kecerdasan emosi diperoleh $F = 11,697$ dengan taraf signifikansi sebesar $0,001$ ($p < 0,050$) hal ini berarti hubungan antara kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan dengan kecerdasan emosi merupakan hubungan yang linear.

Selanjutnya setelah uji prasyarat terpenuhi, maka peneliti melakukan uji hipotesis dengan korelasi product moment. Berdasarkan hasil analisis korelasi product moment (pearson correlation) diperoleh koefisien korelasi (r_{xy}) = $-0,368$ dengan taraf signifikansi (p) = $0,000$ ($p < 0,050$). Hasil penelitian ini memperoleh determinasi (R^2) sebesar $0,135$ yang berarti kecerdasan emosi menunjukkan kontribusi $13,5\%$ terhadap kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan sedangkan $86,5\%$ dipengaruhi faktor-faktor lain. Hal tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara

kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan dengan kecerdasan emosi pada ibu yang hamil di usia muda, yang berarti semakin tinggi kecemasan yang dialami maka semakin rendah kecerdasan emosi yang dimiliki ibu hamil dalam persiapan menghadapi persalinan, begitu sebaliknya dalam persiapan menghadapi persalinan, semakin rendah kecerdasan emosi yang dimiliki tinggi dalam persiapan menghadapi persalinan.

Pengaruh kecerdasan emosi pada kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan ditunjukkan juga oleh koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,135 yang berarti bahwa kecerdasan emosi memberikan sumbangan efektif sebesar 13,5% terhadap kecemasan yang dialami dalam persiapan menghadapi persalinan pada ibu hamil usia remaja, sedangkan 86,5% dipengaruhi faktor-faktor lain. Faktor lainnya dapat berupa dukungan orang terdekat seperti suami. Faktor tersebut diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Mukhadiono, dkk (2015) bahwa dukungan seorang suami memberikan kontribusi positif terhadap suasana psikologis ibu hamil dengan usia kandungan trimester III, terutama untuk mengurangi tingkat kecemasan yang muncul pada kehamilan pertama.

Faktor lainnya juga dikarenakan rentang usia yang panjang pada ibu yang hamil di usia muda yaitu 16-21 tahun yang berada di rentang usia remaja tengah dan remaja akhir yaitu remaja tengah 15-18 tahun dan masa remaja akhir 18-21 tahun. Hurlock (2006) berpendapat bahwa masa remaja terdapat fase pubertas, waktu terjadinya tumpang tindih antara masa anak-anak dan masa remaja yang menyebabkan remaja mengalami kesulitan menghadapi fase-fase perkembangan selanjutnya. Oleh karena itu hendaknya remaja harus lebih memahami dan memiliki kecerdasan emosi. Rentang usia tersebut menyebabkan perbedaan kecerdasan emosi yang dimiliki oleh subjek dalam penelitian sehingga tingkatan kecerdasan emosi yang dimiliki tiap subjek berbebeda pada tiap rentang usia dimana subjek berada pada rentang usia remaja tengah dan remaja akhir.

Uraian diatas diperkuat dengan penelitian Fazdria (2016) ibu hamil yang mengalami gejala kecemasan dikarenakan hamil di usia kurang dari 21 tahun dan di usia tersebut fisik belum 100% siap. Potter dan Perry (dalam Fazdria 2016) menyatakan individu dengan usia

muda rentan mengalami kecemasan dibandingkan individu usia dewasa karena pada masa tersebut merupakan masa transisi dari usia remaja menuju usia dewasa dengan kondisi emosi yang masih labil.

Adanya hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan pada ibu yang hamil di usia muda mengartikan bahwa kecerdasan emosi memberikan sumbangan terhadap kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan pada ibu yang hamil di usia muda. Syamril (dalam Darmawan, 2014) berpendapat bahwa kecerdasan emosi mempengaruhi kemampuan seseorang untuk berhasil mengatasi tuntutan dan tekanan lingkungan. Selain itu kecerdasan emosi diperlukan untuk mengatasi masalah di dalam kehidupan dan optimis dalam menghadapi suatu keadaan.

Hasil penelitian yang diperoleh oleh Goleman (2017) menunjukkan bahwa orang yang memiliki kecerdasan emosi yang rendah maka akan mengalami kecemasan. Hal tersebut dapat dipahami karena kecerdasan emosi dapat membuat seseorang lebih mampu memotivasi diri sendiri, bertahan menghadapi frustrasi, mampu mengendalikan dorongan hati, tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hari, menjaga agar bebas dari rasa cemas dan mampu berempati pada perasaan orang lain. Secara tidak langsung individu yang memiliki kecerdasan emosi, maka memiliki kemampuan bertahan dan berusaha saat individu tersebut sedang mengalami kecemasan, berusaha untuk mencari jalan keluar, dan berusaha untuk mengatasi masalah yang sedang dihadapi. Kecerdasan emosi membuat individu berfikir lebih positif tentang dirinya sendiri. Hal ini membuat ibu hamil yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi, maka ibu hamil tersebut tidak mengalami kecemasan yang berlebihan dalam persiapan menghadapi persalinannya. Sebaliknya ibu yang memiliki kecerdasan emosi yang rendah, maka ibu akan mengalami kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan (Goleman, 2017).

Berdasarkan pembahasan di atas, dapat diketahui bahwa bahwa sebagian besar ibu yang hamil di usia muda mengalami kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan dengan intensitas sedang. Dapat disimpulkan ada hubungan negatif antara kecerdasan emosi dengan kecemasan dalam persiapan persalinan pada ibu yang hamil

di usia muda. Hubungan yang negatif antara kecerdasan emosi pada ibu yang hamil di usia muda menggambarkan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosi yang dimiliki ibu yang hamil di usia muda maka kecemasan yang dialami dalam persiapan menghadapi persalinan rendah, begitupun sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosi yang dimiliki oleh ibu yang hamil di usia muda maka semakin tinggi kecemasan yang dialami dalam persiapan menghadapi persalinan. Terdapat kelemahan pada penelitian yaitu tidak seimbangny aitem pada tiap aspek dalam skala Taylor Manifest Anxiety Scale (TMAS) yang telah dimodifikasi sesuai subjek yang dibutuhkan, dimana aitem pada aspek psikologis ada enam aitem yang digugurkan untuk menyetarakan atau menyeimbangkan jumlah aitem pada tiap aspek favorable dan unfavorable dengan cara menghilangkan aitem dengan batas kriteria terendah.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kecerdasan emosi dengan kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan pada ibu yang hamil di usia muda. Hal tersebut dapat dilihat dari koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar $-0,368$ ($p \leq 0,050$). Artinya semakin tinggi kecerdasan emosi yang dimiliki, yaitu kemampuan untuk mengenali, mengelola, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain dan membina hubungan dengan orang lain tinggi, maka kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan yang dialami ibu yang hamil di usia muda rendah. Sebaliknya, semakin rendah kemampuan untuk mengenali, mengelola, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain dan membina hubungan dengan orang lain, maka kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan yang dialami ibu yang hamil di usia muda tinggi.

Ibu yang hamil di usia muda yang dihadapkan dengan persiapan persalinan terutama di usia kandungan trisemester III cenderung meningkatkan kecerdasan emosi yang dimiliki supaya dapat meminimalisasi bahkan dapat menghindari rasa cemas bagi ibu yang hamil di usia muda yang sedang mempersiapkan diri menghadapi persalinan. Hasil penelitian ini memperoleh koefisien determinasi (R^2) sebesar 13,5% terhadap kecerdasan emosi dan sisanya 86,5%

dipengaruhi oleh faktor lain seperti dukungan suami dan rentang usia yang panjang.

Saran bagi subjek diharapkan dapat meningkatkan kesadaran ibu hamil terutama ibu yang hamil di usia muda dan sedang mempersiapkan diri menghadapi persalinan untuk terus meningkatkan kecerdasan emosi yang dimiliki dengan mengenali emosi diri sendiri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain dan membina hubungan dengan orang lain dengan baik yang kiranya dapat meminimalisir bahkan menghindari rasa cemas bagi ibu yang hamil di usia muda dan mempersiapkan diri menghadapi persalinan. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini mengindikasikan bahwa kontribusi kecerdasan emosi terhadap kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan sebesar 13,5% dan sisanya 86,5% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang mungkin memiliki hubungan dengan kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan. Berdasar faktor-faktor tersebut peneliti akan mengetahui lebih banyak lagi variabel apa saja yang mempengaruhi terjadinya kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan. Selain itu, diharapkan pula untuk meneliti subjek yang berbeda selain ibu yang hamil di usia muda sehingga menambah keberagaman karena kecemasan selama di usia akhir kandungan yang mempengaruhi proses persalinan nantinya.

PUSTAKA

Aprisandityas, A & Diana E. (2012). Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Kecemasan pada Ibu Hamil. *Jurnal Psikologi*, 8(2). 80-89

Darmawan, S. (2014). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Proses Persalinan di Puskesmas Budilatama Kecamatan Gadung Kabupaten Buol Propinsi Sulawesi Tengah. *eJournal Keperawatan*, 3(2). 1-6

Azwar, S (2004). *Metode Penelitian*. Pustaka Belajar: Yogyakarta

Goleman, D. (2017). *Kecerdasan Emosi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama

Fazdria & Meliani, S.H. (2016). Gambaran Tingkat Kecemasan pada Ibu Hamil dalam Menghadapi Persalinan di Desa Tualang

Teungoh Kecamatan Langsa Kota Kabupaten Langsa Tahun
2004. *Jurnal Kedokteran Syah Kuala*, 16(1). 6-13

Harini, N. (2013). Terapi Warna untuk Mengurangi Kecemasan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 01(02). 291-303

Hidayati, D.S. (2014). Latar Belakang Psikologi Kecemasan Ibu Hamil Usia 35 Tahun ke Atas. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 02(02), 325-334

Hurlock, E.B. (2006). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga

Desiyanti, M. (2015). Hubungan Dukungan Sosial dan Kecemasan dalam Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Trisemester Ketiga. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(7). 61-67

Mardjan, H. (2016). Pengaruh Kecemasan pada Kehamilan Primipara Remaja. Pontianak: AG Litera

Matterson. (2001). *Women's Health During The Childbearing Years*. Mosby: St.Louis

Mukhadiono, W.S., & Dyah, W. (2015). Hubungan antara Dukungan Suami dengan Tingkat Kecemasan pada Ibu Hamil Primigravida Trisemester III dalam Menghadapi Persalinan. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 10(1). 53-59

Pohan, N.H. (2017). Faktor yang Berhubungan dengan Pernikahan Usia Dini terhadap Remaja Putri. *Jurnal Endurance*, 2(3). 424-435

Sarifah, S. (2016). Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Kecemasan Ibu Hamil Pertama Trisemster Ke III dalam Menghadapi Persalinan Di Samarinda. *eJournal Psikologi*, 4(4), 373-385.

Stein, S.J., & Book, H.E. (2002). *Ledakan EQ: 15 Prinsip Dasar Kecerdasan Emosional Meraih Sukses*. Bandung: Kaifa

Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV. Alfa Beta

Susanti, U., Misrawati., & Wasisto, U. (2012). Hubungan Persepsi Ibu Hamil tentang Kehamilan dengan Tingkat Kecerdasan Emosional. *Jurnal Ners Indonesia*, 2(2), 132- 142

Yanuarini, T.A., Rahayu, D.W., Hanna, S.H.
Kampus dan Rumi Azdi, M. (1998)

Hubungan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dengan Paritas dan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dalam Menghadapi Persalinan. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1). 41-46

Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III

Abstrak

Studi merupakan penelitian yang sangat penting di dunia ini. Penelitian ini sangat penting karena di dalamnya terdapat masalah-masalah yang berkaitan dengan kesehatan ibu hamil. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan paritas dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan. Penelitian ini dilakukan di RSUD Dr. Soetomo Surabaya. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan menggunakan teknik analisis regresi linier sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara paritas dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan. Semakin tinggi paritas, semakin rendah tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan.

Kata kunci: Paritas, Kecemasan, Ibu Hamil Trimester III, Menghadapi Persalinan.

Hubungan Paritas dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dalam Menghadapi Persalinan