**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

[pututantri27@gmail.com](mailto:pututantri27@gmail.com)

**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 (rxy) sebesar - 0,368 (p ≤ 0,050). Hal tersebut menunjukan bahwa terdapat hubungan negatif antara kecerdasan emosi dengan kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan pada ibu hamil berusia remaja. Diterimanya hipotesis dalam penelitian ini menunjukan koefisien determinasi (R2) sebesar 0,135 yang berati kecerdasan emosi menunjukan kontribusi 13,5% terhadap kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan sedangkan 86,5% dipengaruhi oleh faktor lain.

**Kata Kunci :** kecerdasan emosi, kecemasan persiapan persalinan, ibu usia muda

**Abstract :** This study intiated to understand the relationship between emotional intelligence and anxiety in preparation for labor on pregnant women with youth age. The hypothesis proposed was that there was a negative relationship between emotional intelligence and anxiety in preparation for labor on pregnant women with youth age. The subjects of this study is 77 pregnant women with characteristics aged 16-21 years with the content of the third trimester (27 weeks - end of pregnancy). Data research were collected by Taylor Manifest Anxiety Scale (TMAS) and emotional intelligence scale, then analyzed by product momet correlation from Karl Pearson. Based on the results of data analysis, obtained the correlation coefficient (rxy) of - 0.368 (p ≤ 0.050). The results showed that there is a negative relationship between emotional intelligence and anxiety in preparation for childbirth in teenage pregnant women. Based on the result, the coefficient of determination (R2) of 0.135 which means emotional intelligence give contribution of 13.5% to anxiety in preparation for childbirth while 86.5% is influenced by other factors.

**Keywords:** emotional intelligence, anxiety on preparation for labor, age youth

**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 wajar bagi seorang wanita yang dikodratkan untuk melahirkan dan melanjutkan keturunan, akan tetapi masa kehamilan dikenal sebagai periode sensitif dalam kehidupan seorang wanita. Selama masa kehamilan kebanyakan wanita mengalami perubahan psikologis dan fisiknya (Mardjan, 2016).

Pohan (2017) menyatakan dampak nyata dari wanita yang menikah di usia dini yaitu terjadinya *abortus* atau keguguran karena secara organ reproduksi khusunya 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. Resiko tersebut karena pada usia tersebut fungsi-fungsi seksual wanita belum tumbuh secara sempurna termasuk ukuran pinggulnya sehingga ada kemungkinan mengalami kesulitan ketika melahirkan dan beresiko 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 diindikasi 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 resiko. 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 bisa 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 ditunjukan 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.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan, peneliti mendapatkan hasil bahwa ibu hamil usia trimester III mengalami kecemasan kehamilan dalam persiapan menghadapi proses persalinan. Hal tersebut ditunjukkan dengan gejala secara fisiologis ibu hamil sudah merasa tidak nyaman dan sulit untuk tidur karena menjelang proses persalinan, merasa deg-degan apabila mendegar informasi rasa sakit proses persalinan. Secara psikologis ibu menjadi kurang percaya diri dengan kesiapannya menghadapi persalinan, panik apabila nanti bayinya dapat lahir secara normal, dan belum siapnya menjadi seorang ibu.

Banyak penelitian menyatakan kecemasan pada masa kehamilan akan berdampak pada ibu dan anak setelah dilahirkan. Kecemasan yang berlanjut pada masa kehamilan dapat menyebabkan bayi prematur. Salah satu penelitian Bindt (dalam Mardjan 2016) pada wanita Afrika (Ghana) yang mengalami kecemasan dan depresi pada masa kehamilan menunjukan 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 (2018) 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.

Kecerdasan emosi yang dimiliki oleh setiap orang terutama pada ibu hamil di usia muda dalam persiapan menghadapi persalinan sangat membantu dalam mengendalikan emosi yang terjadi selama menghadapi persiapan persalinan. Kecerdasan emosi merupakan kemampuan yang ada sejak lahir yang akan berpengaruh untuk mengurangi kecemasan selama kehamilan. Goleman (2002) 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. Peristiwa ini terjadi pada ibu hamil yang mengalami berbagai macam perubahan dan berbagai macam persepsi ibu tentang kehamilan akan mempengaruhi emosi.

Kecerdasan emosi yang dimiliki setiap orang terutama ibu hamil di usia muda dapat membantu ibu dalam mengendalikan emosi akibat perubahan fisik dan psikologis yang terjadi selama kehamilan. 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) menjelaskan bahwa terdapat lima aspek kecerdasan emosi, yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan.

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.

Goleman (2017) berpendapat bahwa orang yang memiliki kecerdasan emosi yang rendah akan sulit untuk mengendalikan dan mengarahkan emosi yang dialami ke hal-hal yang positif. 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 menunjukan 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 menghadapai persalinan pada ibu hamil usia muda?”

**METODE**

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, berate 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, berati 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 ( *rxy* )= -0,368 dengan taraf signifikansi *(p)* = 0,000 (p < 0,050). Hasil uji hipotesis dapat dilihat di lampiran. Hasil penelitian ini memperoleh determinasi (R2) sebesar 0,135 yang berati kecerdasan emosi menunjukan kontribusi 13,5% terhadap kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan sedangkan 86,5% dipengaruhi faktor-faktor lain. Hal tersebut menunjukan bahwa ada hubungan negatif antara kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan dengan kecerdasan emosi pada ibu yang hamil di usia muda, yang berati semakin tinggi kecemasan yang dialami maka semakin rendah kecerdasan emosi yang dimiliki ibu hamil dalam persiapan menghadapi persalinan, begitu sebaliknya semakin rendah kecemasan yang dialami maka kecerdasan emosi yang dimiliki tinggi dalam persiapan menghadapi persalinan.

Pengaruh kecerdasan emosi pada kecemasan dalam persiapan menghadapi persalinan ditunjukan juga oleh koefisien determinasi (R2) 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) dimana 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 dimana berada di rentang usia remaja tengah dan remaja akhir yaitu remaja tengah 15-18 tahun dan masa remaja akhir 18-21 tahun. Hurlock (2002) 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 persalian 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 (2003) menunjukan 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 frustasi, 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 kercerdasan 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, 2003).

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. Sehingga 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.

Berdasarkan hasil data yang didapatkan, ada kelemahan pada penelitian yaitu tidak seimbangnya 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 (rxy) sebesar - 0,368 (p ≤ 0,050). Artinya semakin tinggi kecerdasan emosi yang dimiliki, maka 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 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 (R2) 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 mengindikasi bahwa kontrobusi 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. Sehingga dari 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 diusia akhir kandungan yang mempengaruhi proses persalinan nantinya.

**DAFTAR PUSTAKA**

Adelina, E. (2014). Hubungan dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu hamil menghadapi persalinan di puskesmas turi sleman*.* *Skripsi*. Sekolah Tinggi Ilmu Keperwatan Alma Ata. Yogyakarta

Annisa, D.F & Ifdil. (2016). Konsep kecemasan (*anxiety)* pada lanjut usia (Lansia). *Jurnal Konselor,* 5(2). 93-99

Aprisandityas, A & Diana E. (2012). Hubungan antara regulasi emosi dengan kecemasan pada ibu hamil. *Jurnal Psikologi, 8(2).* 80- 89

Arifin, A. (2015). 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

Astria, Y. (2013). Hubungan paritas dengan tingkat kecemasan ibu hamil trisemester III dalam menghadapi persalinan. *Jurnal Ilmu Kesehatan, 10(1).* 38-48

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

Bobak, I.M., Lowdermilk, D.L., & Jensen, M.D. (2004). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta; EGC

Chaplin, J.P. (2005). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Rajawali Pres

Goleman, D. (2007). *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

Hadi, S. (2015). *Metodeogi Riset.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Harahap, F.S.D. (2018). Keseimbangan fisik, psikis, dan spiritual islam pada masa kehamilan dan persalian. *Jurnal Psikologi Islam*, 5(1). 1-12

Harahap, M.S., & Fazdria. (2016). “Gambaran tingkat kecemasan pada ibu hamil dalam menghadapi persalinan di desa tualang teungoh kecamatan langsa kota kabupaten kota langsa tahun 2014”. *Jurnal Kedokteran,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. (2002). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga

Lestari, B.D., & Umu . (2016). Asuhan kebinanan pada ibu hamil usia remja di puskesmas Panjatan II Kulon Progo. *Naskah Publikasi.* Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Aisyiyah Yogyakarta

Maharani, T.I., & M. Fakhurrozi. (2014). 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 childbearding years.* Mosby: St.Louis

Martha, S.I. (2014). Hubungan kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pembebasan pada narapidana. *Jurnal Psikologi Integratif, 2(2).* 42-49

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

Nawafilaty, T. (2015). Persepsi terhadap keharmonisan keluarga, *self disclosure* dan *delinquency* remaja. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 4 (02). 175-182

Nevid, J.F., Rathus, S.A., Greene, B. & (2005). *Psikologi Abnormal edisi kelima Jilid 1*. Jakarta: Erlangga

Pohan, N.H. (2017). Faktor yang berhubungan dengan pernikahan usia dini terhadap remaja putri. *Jurnal Endurance, 2(3)*. 424-435

Saptoto, R. (2010). Hubungan kecerdasan emosi dengan kemampuan *coping* adaptif. *Jurnal Psikologi, 37(1).* 13-22

Sarifah, S. (2016). “Hubungan kecerdasan emosi dengan kecemasan ibu hamil pertama trisemster ke III dalam menghadapai 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.

Sutejo, S., Budi, A.K., Sutanto, P.H., & Novy, H.C.D. (2011). Penurunan ansietas melalui logoterapi kelompok pada penduduk pasca gempa di kabupaten klaten. *Jurnal Keperawatan Indonesia*. 14(2). 107-112

Yanuarini, T.A., Rahayu, D.W., & Hanna, S.H. (2013). Hubungan paritas dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan. *Jurnal Ilmu Kesehatan, 2(1).* 41-46

Zamriati, W.O., Esther, O., & Ferdinan, W. (2013). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan ibu hamil menjelang persalinan di polo KIA PKM Tuminting. *eJurnal Keperawatan*, 1(1). 1-7