

PENGARUH VIDEO PROSES PERSALINAN NORMAL TERHADAP KECEMASAN IBU HAMIL MENGHADAPI PERSALINAN

Yuniarti, Reka Lagora, Ratna Dewi

Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu, Jurusan Kebidanan
Jalan Indra Giri Nomor 03 Padang Harapan Kota Bengkulu
yuniartiyouni@yahoo.com

ABSTRACT : Anxiety facing labor primigravida's. The aims of study was to determine the differences of primigravida's anxiety in facing labor after given counseling by watching normal labor process video in Independent Practice Midwife Bengkulu City in 2013. This research method was a type of analytical study design with Quasi experiments with pre-test and post-test approach. The sample consisted of group counseling and group watched a video that was 60 with a ratio of 1:1 corresponding inclusion and exclusion criteria. Data were analyzed using univariate, bivariate and multivariate. The results showed no difference in anxiety in the face of labor primigravida after counseled by watching videos of normal deliveries ($p= 0.000$). Multivariate results show that education affects the level of anxiety after watching the video and counseling on the normal birth process primigravida ($p= 0.009$).

Keyword: Anxiety, Labor Video, Counseling

ABSTRAK : Kecemasan sering dialami oleh ibu primigravida dalam menghadapi persalinan. Tujuan penelitian untuk mengetahui perbedaan kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan setelah diberi konseling dengan menonton video proses persalinan normal di Bidan Praktik Mandiri Kota Bengkulu Tahun 2013. Penelitian ini menggunakan desain rancangan *quasi Eksperiment* dengan pendekatan *pre test* dan *post test*. Sampel terdiri dari kelompok konseling dan kelompok menonton video yang berjumlah 60 orang dengan perbandingan 1:1 sesuai kriteria inklusi dan eksklusi. Data dianalisis secara univariat, bivariat dan multivariat. Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan setelah diberi konseling dengan menonton video proses persalinan normal ($p=0,000$). Hasil multivariat menunjukkan bahwa pendidikan berpengaruh terhadap tingkat kecemasan setelah menonton video dan konseling proses persalinan normal pada ibu primigravida ($p=0,009$).

Kata Kunci : Kecemasan, Video Persalinan, konseling

Sebagian besar kaum wanita menganggap bahwa kehamilan dan persalinan adalah peristiwa kodrat yang harus dilalui, tetapi sebagian wanita menganggap sebagai peristiwa khusus yang sangat menentukan kehidupan selanjutnya, kehamilan dan persalinan pada seorang wanita merupakan suatu siklus yang normal dan alamiah, akan tetapi siklus itu tetap mejadi risiko dan beban tersendiri bagi seorang wanita (Rochjati, 2003). Hasil penelitian Imiasih & Susanti (2010), kecemasan pada ibu hamil dikarenakan persepsi ibu yang kurang tepat mengenai proses persalinan. Persalinan dipersepsikan sebagai proses yang menakutkan dan menimbulkan rasa sakit yang luar biasa. Hal ini membuat

ibu hamil merasakan kecemasan yang hebat menjelang kelahiran bayinya. Hasil penelitian ini menunjukkan, 798 orang atau (27%) dari 2.928 responden ibu hamil, menunjukkan tanda gangguan psikiatri berupa kecemasan menghadapi persalinan.

Mempersiapkan diri dengan berbagai informasi tentang hal-hal yang menyangkut persalinan merupakan salah satu cara terbaik untuk menghadapi persalinan. Ketika seorang ibu telah mendapatkan informasi atau mengetahui apa yang akan terjadi pada dirinya, cenderung akan mengurangi rasa cemas yang dialaminya. Untuk memperoleh informasi-informasi yang dibutuhkan banyak hal yang bisa dilakukan oleh ibu seperti konsul-

tasi dengan dokter, bidan, perawat, atau dengan petugas kesehatan lainnya saat melakukan pemeriksaan kehamilan. Selain itu informasi juga di peroleh melalui buku-buku, majalah atau mengikuti kelas persiapan kehamilan dengan pemberian konseling (Musbikin, 2006).

Pemberian konseling merupakan salah satu pemberian yang efektif dalam memberikan informasi tentang proses persalinan. Konseling dapat memahami kondisi atau masalah yang sedang dialami oleh ibu hamil. Metode konseling yang efektif adalah melalui visualisasi gambar secara langsung salah satu cara melalui video. Video melahirkan dapat membantu para calon ibu memvisualisasikan bagaimana bayinya bergerak melalui jalan lahir selama persalinan dengan demikian akan membantu para calon ibu untuk memiliki pandangan positif dari tahap persalinan dan mempersiapkan diri untuk menghadapi persalinan (Aprilia, 2011). Hasil penelitian Arafah dan Aizar (2011) menunjukkan bahwa menonton video persalinan dapat menurunkan kecemasan pada ibu hamil dalam menghadapi persalinan.

Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa dari 10 ibu hamil primigravida terdapat 6 orang (60%) menyatakan cemas dalam menghadapi proses persalinan karena belum adanya pengalaman karena takut tidak dapat melahirkan dengan normal dan seluruh ibu (100%) belum pernah menonton video proses persalinan

BAHAN DAN CARA KERJA

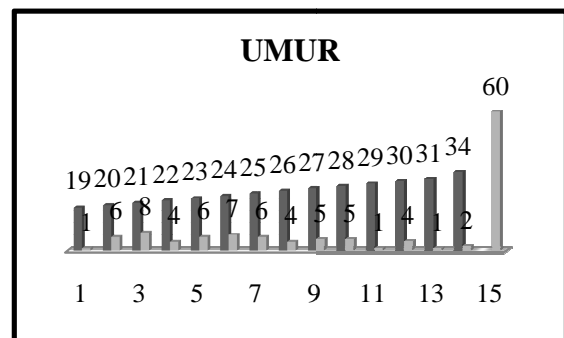
Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *quasi-eksperiment* dengan pre dan post test. Analisa data yang digunakan uji *T-test*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil Primigravida Trimester III di BPM Kota Bengkulu. Sampel terdiri 2 Kelompok yaitu kelompok yang di intervensi dengan menonton video persalinan dan kelompok sebagai kontrol dengan konseling, masing-masing kelompok sebanyak 30 orang jadi jumlah sampel 60 orang. Teknik pengambilan sampel dengan *purposive sampling*, dengan kriteria inklusi :

primi-gravida hamil trimester III tidak mengkon-sumsi anti depresi, perencanaan persalinan normal, usia 20-35 tahun, pendidikan mini-mal SLTA. Kriteria eksklusi : kehamilan dengan komplikasi, letak janin abnormal dan tidak bersedia menjadi responden.

HASIL

Analisis Univariat

Analisis ini dilakukan untuk memperoleh karakteristik responden, rata-rata tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi dengan menggunakan video proses persalinan normal dan konseling proses persalinan normal. Hasil distribusi tersebut dapat dilihat pada gambar 1 dan tabel 1 dibawah ini.



Gambar 1 Distribusi Frekuensi Umur ibu Hamil.

Berdasarkan gambar 1 di atas menunjukkan rata-rata ibu hamil berumur 21 tahun (13,3%).

Tabel 1 Distribusi Frekuensi karakteristik Ibu Hamil

Variabel	Frekuensi (n=60)	Persen (100%)
Pendidikan		
SLTP	17	28,3
SLTA	30	50
Diploma	5	8,3
Sarjana	8	13
Pekerjaan		
PNS	7	21,7
Swasta	8	15,3
IRT	45	63,3

Berdasarkan tabel 1 sebagian besar (50%) ibu hamil berpendidikan SLTA dan pekerjaan hampir seluruh ibu hamil (63,3%) Ibu rumah tangga.

Tabel 2 Nilai Rata-rata Tingkat Kecemasan Sebelum Intervensi dan Setelah Intervensi dengan Video Proses Persalinan Normal Ibu Hamil

Variabel	Mean	Median	Standar Deviasi
Tingkat Kecemasan Sebelum Intervensi	12	11	6,0
Tingkat Kecemasan Setelah Intervensi	6,5	7,5	5,8

Berdasarkan tabel 2 diatas rata-rata tingkat kecemasan ibu sebelum intervensi nilai rata-rata 12 dan tingkat kecemasan setelah intervensi menurun menjadi rata-rata 6,5.

Tabel 3 Nilai Rata-rata Tingkat Kecemasan Sebelum Intervensi, dan Setelah Intervensi dengan Konseling Proses Persalinan Normal Ibu Hamil

Variabel	Mean	Median	Standar Deviasi
Tingkat Kecemasan Sebelum Intervensi	10,9	11	5,3
Tingkat Kecemasan Setelah Intervensi	11,7	11	3,6

Berdasarkan table 3 diatas rata-rata tingkat kecemasan ibu sebelum intervensi nilai rata-rata 10,9 dan tingkat kecemasan setelah intervensi meningkat menjadi rata-rata 11.

Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk melihat perbedaan kecemasan sebelum intervensi dan setelah dilakukan intervensi di analisis dengan *T-test Paired* didapatkan hasil seperti pada tabel 4 berikut.

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa tingkat kecemasan setelah intervensi dengan menonton video persalinan normal didapat nilai mean 5,4 dengan nilai $\rho=0,000 < \alpha=0,05$. berarti ada perbedaan tingkat kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan setelah menonton video proses persalinan normal di BPM Kota Bengkulu Tahun 2013.

Tingkat kecemasan setelah intervensi dengan konseling persalinan normal didapat nilai mean -833 dengan nilai $\rho=0,531 > \alpha=0,05$ yang berarti tidak ada perbedaan tingkat kecemasan ibu primigravida dalam mengha-

dapi persalinan setelah mendapatkan konseling proses persalinan normal di BPM Kota Bengkulu Tahun 2013.

Tabel 4 Analisis Uji Beda Kecemasan Sebelum Intervensi Dan Setelah Intervensi

Variabel	N	ρ	Rata-rata	SD	IK 95%	
					Terendah	Tertinggi
Kecemasan sebelum intervensi dan setelah intervensi	30	0,000	5,4	4,8	3,6	7,2
Kecemasan sebelum intervensi dan setelah intervensi	30	0,531	- 833	0,5	-3,5	1,8

Analisis Multivariat

Analisa multivariat ini dilakukan un-tuk mengontrol variable umur, pendidikan dan pekerjaan di analisis dengan *ANCOVA* didapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 5 Analisis Pengaruh Karakteristik Responden Terhadap Tingkat Kecemasan Setelah Menonton Video dan Konseling Persalinan Normal Pada Ibu Hamil

Variabel	df	Nilai ρ
Umur	1	0,201
Pendidikan	1	0,009
Pekerjaan	1	0,679

Berdasarkan tabel 5 variabel umur dan pekerjaan didapat nilai $\rho > \alpha=0,05$ yang berarti tidak ada pengaruh umur, dan pekerjaan terhadap tingkat kecemasan setelah menonton video dan konseling proses persalinan normal pada ibu primigravida sedangkan untuk pendidikan didapat nilai $\rho=0,009 < \alpha=0,05$ berarti ada pengaruh pendidikan terhadap tingkat kecemasan setelah menonton video dan konseling proses persalinan normal di BPM Kota Bengkulu Tahun 2013.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian data univariat didapat hasil sebelum dilakukan intervensi dengan menonton video proses persalinan normal di dapat hasil rata-rata ibu dalam tingkat kecemasan ringan dan setelah dilakukan intervensi dengan menonton video proses persalinan normal tingkat kecemasan ibu menurun menjadi tidak cemas, ini berarti ada perbedaan menonton video proses persalinan dengan tingkat kecemasan ibu. Ini dikarenakan dengan menonton video melahirkan dapat membantu para calon ibu memvisualisasikan bagaimana bayinya bergerak melalui jalan lahir selama persalinan dengan demikian akan membantu para calon ibu untuk memiliki pandangan positif dari tahap persalinan dan mempersiapkan diri untuk menghadapi persalinan karena persalinan merupakan proses alamiah (Arafah dan Aizar 2011).

Dari hasil bivariat didapat nilai $p = 0,000$ yang berarti ada perbedaan tingkat kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan setelah menonton video proses persalinan normal. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Arafah dan Aizar (2011) menunjukkan bahwa menonton video persalinan dapat menurunkan kecemasan pada ibu hamil dalam menghadapi persalinan. Bagi seorang ibu primigravida yang pertama kali menghadapi kehamilan, ketika menghadapi proses persalinan cenderung mengalami kecemasan, hal ini dikarenakan proses persalinan adalah sesuatu hal baru yang akan dialaminya, kecemasan merupakan perasaan tidak nyaman yang biasanya berupa perasaan gelisah, takut atau khawatir yang merupakan manifestasi dari faktor psikologis dan fisiologis. Kecemasan pada ibu hamil perlu mendapatkan perhatian karena kecemasan ini dapat berdampak negatif baik pada ibu maupun pada janin. Kecemasan dapat meningkatkan morbiditas dan mortalitas pada ibu dan janin menyebabkan janin mengalami bayi asfiksia dan komplikasi pada masa kehamilan, persalinan setelah melahirkan. Mempersiapkan diri dengan berbagai informasi tentang hal-hal yang menyangkut persalinan merupakan salah satu cara terbaik untuk menghadapi per-

salinan. Ketika seorang ibu telah mendapatkan informasi atau mengetahui apa yang akan terjadi pada dirinya, cenderung akan mengurangi rasa cemas yang di alaminya (Bobak, Low-dermilk, dan Jensen 2005).

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa video melahirkan merupakan rekaman proses persalinan bagaimana seorang ibu berjuang melahirkan buah hatinya. Video melahirkan bukan hanya proses persalinan saja tapi bagaimana persiapan sebelum melahirkan, apa saja yang harus dipersiapkan diruang bersalin, serta bagaimana memperlakukan bayi yang baru saja keluar dari rahim. Menonton video melahirkan calon ibu tau situasi yang akan dihadapi seperti apa, apa yang harus dilakukan dan apa yang tidak boleh dilakukan, contoh bagaimana cara meneran, mengatur pernapasan, dan posisi persalinan. Ketika akan melahirkan bukan hanya mental yang perlu dipersiapkan tapi fisik oleh calon ibu, didalam video persalinan diperlihatkan juga persiapan fisik yaitu bagaimana melakukan senam hamil, mengkonsumsi apa saja yang bisa menambah energi (Ahira, 2010).

Dari hasil penelitian ini juga didapat pada pemberian konseling sebelum intervensi tingkat kecemasan ibu ringan setelah di beri intervensi dengan pemberian konseling proses persalinan tingkat kecemasan ibu tetap ringan tidak ada perubahan, ini berarti tidak ada perbedaan tingkat kecemasan ibu primigravida dengan pemberian konseling proses persalinan, jadi pemberian konseling proses persalinan kurang efektif dibandingkan dengan menonton video proses persalinan normal. Hal ini dikarenakan dengan pemberian konseling ibu kurang memahami secara jelas tentang penjelasan yang diberikan selain itu juga banyak faktor yang mempengaruhi konseling adalah keterampilan komunikasi interpersonal, teknik bimbingan dan penguasaan pengetahuan klinik bertujuan untuk membantu seseorang mengenali kondisinya saat ini, masalah yang dihadapi dan menentukan jalan keluar atau upaya untuk mengatasi masalah tersebut (Prawiroharjo, 2002).

Berdasarkan hasil multivariat didapat bahwa tidak ada pengaruh umur, dan pekerjaan terhadap tingkat kecemasan setelah menonton video dan konseling proses persalinan normal pada ibu hamil di BPM Kota Bengkulu Tahun 2013. Sedangkan pendidikan ada pengaruh terhadap tingkat kecemasan setelah menonton video dan konseling proses persalinan normal pada ibu hamil, ini sesuai dengan teori Notoatmodjo (2008) menyatakan bahwa pendidikan akan mempengaruhi pengetahuan seseorang dimana semakin tinggi pendidikan maka semakin bagus pengetahuan begitu juga sebaliknya jadi setelah ibu hamil menonton video persalinan dapat langsung menambah pengetahuan ibu tentang proses persalinan normal sehingga dapat mengurangi tingkat kecemasan menghadapi persalinan.

DAFTAR RUJUKAN

- Aprilia, Y. 2011. *Siapa Bilang Melahirkan Itu Sakit*. Yogyakarta: C.V Andi Offset
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Edisi Revisi 2010*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Aprilia, Y. 2011. *Mari Mempelajari Proses Persalinan*. Diunduh pada tanggal 09 Oktober 2011 dari website : <http://bidankita.com>
- Bobak, Lowdermilk, Jensen. 2005. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta: EGC
- Dahlan, M. S. 2011. *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Kelliat, A.B. 1999. *Penatalaksanaan Stress*. Jakarta: EGC
- Ilmiasih, R, & Susanti, H. 2010. *Pengaruh Tehnik Hypnobirthing Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Pada Masa Persiapan Menghadapi Persalinan*. Malang: Universitas Muhamadiyah Malang. Diunduh pada tanggal 11 Februari 2012 dari website: <http://research-report.umm.ac.id>
- Musbikin, I. 2006. *Persiapan Menghadapi Persalinan Dari Perencanaan Kehamilan Sampai Mendidik Anak*. Yogyakarta: Mitra Pustaka
- Mustafa, A. 2011. *Penggunaan Videoterapi untuk Meningkatkan Motivasi Internal pada Siswa Kelas IXB Di SMP Negeri 1 Kasembon Malang Tahun Pelajaran 2010 – 2011*. Diunduh pada tanggal 9 Juli 2012 dari website: <http://mgbkmalang.wordpress.com>
- Notoadmojo, 2008. *Pendidikan Kesehatan*, Sari Cipta, Jakarta
- Prawiharjo, 2002. *Buku Acuan Nasional Pelayanan Maternal Dan Neonatal*, Jakarta
- Polit, DF & Hungler DP, 1995. *Nursing Research Principles and Methods Fifth Edition*. Philadelphia: J.B. Lippincot Company
- Rochjati, P. 2003. *Skrining Antenatal pada Ibu Hamil*. Surabaya, Airlangga

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada penelitian perbedaan tingkat kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan setelah diberi konseling dengan menonton video proses persalinan normal di BPM Kota Bengkulu Tahun 2013 dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan tingkat kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan setelah diberi konseling dengan menonton video proses persalinan normal. Pendidikan berpengaruh terhadap tingkat kecemasan setelah menonton video dan konseling proses persalinan normal pada ibu hamil di BPM Kota Bengkulu Tahun 2013.