

BAB II

KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA PEMIKIRAN

2.1 Kajian pustaka

2.1.1 Kehamilan

2.1.1.1 Definisi

Kehamilan adalah suatu keadaan mengandung embrio atau fetus di dalam tubuh, setelah bertemunya sel telur dan sel sperma. Kehamilan bermula pada saat blastokista menempel di lapisan endometrium rahim.^{15,16}

2.1.1.2 Durasi Kehamilan

Durasi kehamilan dihitung dari hari pertama menstruasi terakhir sekitar 280 hari atau 40 minggu. Berdasarkan rumus Naegele, penentuan tanggal persalinan dapat dihitung dengan cara menambahkan tujuh hari dari hari pertama menstruasi terakhir dan menghitung mundur tiga bulan.

Masa kehamilan dibagi menjadi tiga trimester, yaitu:

1) **Trimester pertama**

Trimester pertama berlangsung mulai dari usia kehamilan 0 – 14 minggu. Pada trimester pertama, belum terdapat perubahan fisik yang nyata hanya terjadi sedikit kenaikan berat badan dan tidak melebihi 2,25kg selama 13 minggu.¹⁵

2) Trimester kedua

Trimester kedua berlangsung mulai dari usia kehamilan 15 – 28 minggu. Pada trimester kedua mulai terjadi perubahan fisik, rahim akan membesar sekitar 7,6 cm di atas pusar.¹⁵

3) Trimester ketiga

Trimester ketiga berlangsung mulai dari usia kehamilan 29 – 42 minggu. Banyak terjadi perubahan fisik karena pertumbuhan bayi yang ada di dalam rahim. Menjelang persalinan, rahim membesar 16,5 – 20,3 cm diatas pusar. Total kenaikan berat badan hingga trimester ketiga 11,5 – 16 kg.¹⁵

2.1.2 Kecemasan

2.1.2.1 Definisi

Kecemasan adalah suatu sinyal yang menyadarkan, memperingatkan adanya bahaya yang mengancam dan memungkinkan seseorang mengambil tindakan untuk mengatasi ancaman.⁹

2.1.2.2 Epidemiologi

Rasio wanita berbanding laki-laki yang mengalami kecemasan 2:1 pada pasien rawat inap dan 1:1 pada pasien yang mendapatkan perawatan rawat inap. Onset usia sukar untuk ditentukan tetapi pasien biasanya datang untuk mendapatkan perawatan dokter pada usia 20 tahunan, walaupun kontak pertama dengan klinisi dapat terjadi pada hampir setiap usia.⁹

2.1.2.3 Etiologi

Penyebab kecemasan masih belum diketahui pasti, tetapi faktor biologis dan faktor psikososial kemungkinan saling berkaitan.⁹

2.1.2.4 Kriteria Diagnostik

Kriteria diagnostik kecemasan adalah adanya kecemasan atau kekhawatiran yang berlebihan tentang sejumlah kejadian atau aktivitas yang lebih sering terjadi selama sekurang-kurangnya 6 bulan. Diagnosis kecemasan disertai oleh tiga atau lebih dari gejala berikut, yaitu gelisah, merasa mudah lelah, sulit berkonsentrasi atau pikiran menjadi kosong, iritabilitas, ketegangan otot, dan gangguan tidur. Gejala lain adalah merasa sulit mengendalikan ketakutan, gejala fisik yang menyebabkan penderitaan yang bermakna secara klinis atau gangguan pada fungsi sosial, pekerjaan, atau fungsi penting lain. Gangguan yang ditimbulkan bukan karena efek fisiologis langsung dari suatu zat seperti obat atau kondisi medis umum.^{9,20}

2.1.2.5 Tingkat Kecemasan

Tingkat kecemasan berdasarkan gejala dibagi menjadi ringan, sedang, berat, dan panik. Penegakan diagnosis untuk kecemasan ringan, sedang, dan berat adalah gejala primer yang berlangsung hampir setiap hari untuk beberapa minggu sampai beberapa bulan yang tidak terbatas pada situasi tertentu saja. Penegakan diagnosis panik adalah ditemukannya beberapa kali serangan kecemasan berat dalam masa kurang lebih satu bulan.

Menurut Peplau ada empat tingkat kecemasan yang dialami oleh individu yaitu sebagai berikut:

1. Kecemasan Ringan

Dihubungkan dengan ketegangan yang dialami sehari-hari. Individu masih waspada serta lapang persepsinya meluas, menajamkan indra. Kecemasan dapat bersifat konstruktif, dapat memotivasi individu untuk belajar dan mampu memecahkan masalah secara efektif dan menghasilkan pertumbuhan dan kreatifitas.^{18,19}

2. Kecemasan Sedang

Yaitu individu terfokus hanya pada pikiran yang menjadi perhatiannya, terjadi penyempitan lapangan persepsi, terdapat gangguan atau hambatan dalam perbaikan diri akan tetapi masih dapat melakukan sesuatu dengan arahan orang lain. Terjadi peningkatan respirasi dan denyut nadi.^{18,19}

3. Kecemasan Berat

Lapangan persepsi individu sangat sempit. Pusat perhatiannya pada detail yang kecil (spesifik) dan tidak dapat berfikir tentang hal-hal lain. Terdapat perasaan tidak nyaman terhadap waktu atau perhatian, persepsi menurun, tidak konsentrasi, kesulitan komunikasi, hiperventilasi, takitardi, mual dan sakit kepala.^{18,19}

4. Panik

Individu kehilangan kendali diri dan detail perhatiannya hilang. Karena hilangnya kontrol, maka tidak mampu melakukan apapun meskipun dengan perintah. Terjadi peningkatan aktivitas motorik, berkurangnya kemampuan berhubungan dengan orang lain, penyimpangan persepsi dan hilangnya pikiran rasional, tidak mampu berfungsi secara

efektif.^{18,19}

2.1.3 Kecemasan Pada Ibu Hamil

Selama masa kehamilan berlangsung, terjadi perubahan psikologis yang berkaitan erat dengan perubahan biologis yang sedang terjadi. Angka kejadian kecemasan cenderung meningkat pada ibu hamil, sekitar 6% wanita mengalami kecemasan pada saat masa kehamilan.^{9,21}

Kecemasan pada ibu hamil dapat terjadi di setiap trimester. Pada trimester pertama, wanita berpikir bahwa kehamilan merupakan suatu hal yang mengancam dan dapat membahayakan. Pada trimester kedua, wanita hamil mulai belajar menyesuaikan diri. Karena adanya perubahan fisik yang terjadi, membuat wanita hamil menjadi cemas karena terjadi perubahan pada penampilannya. Pada trimester ketiga, ibu sudah dapat menyesuaikan diri dengan kehamilannya, perubahan emosi dan psikologi dikuasai oleh perasaan dan pikiran mengenai persalinan yang akan dilewati oleh seorang ibu hamil. Selain itu, wanita hamil juga mempersiapkan dirinya untuk tanggung jawab menjadi seorang ibu yang harus mengurus anaknya.^{5,7,9}

2.1.3.1 Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Ibu Hamil

Terdapat banyak faktor-faktor yang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan pada ibu hamil, seperti usia pada saat hamil, status pernikahan, tingkat pendidikan, jenis pekerjaan, penghasilan keluarga, usia kehamilan, riwayat kehamilan sebelumnya, riwayat melahirkan, riwayat keguguran, peranan keluarga, dan riwayat komplikasi kehamilan sebelumnya.^{5,6,10,11,12,13}

1) Usia pada saat ibu hamil

Ibu hamil yang berusia kurang dari 20 tahun merupakan faktor yang mempengaruhi terjadinya kecemasan pada ibu hamil. ^{5,6,10,11,12,13}

2) Status pernikahan

Salah satu faktor yang dapat menyebabkan kecemasan pada ibu hamil adalah status pernikahan. Ibu hamil yang hamil diluar pernikahan, tidak menikah, atau suaminya meninggal cenderung mempunyai tingkat kecemasan yang lebih tinggi. Peran dan dukungan suami sangat penting dalam terjadinya kecemasan pada ibu hamil. ^{5,6,10,11,12,13}

3) Tingkat pendidikan

Tingkat pendidikan berhubungan dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil karena pada ibu hamil yang tingkat pendidikannya tinggi maka tingkat kecemasannya semakin rendah. ^{5,6,10,11,12,13}

4) Jenis pekerjaan

Jenis pekerjaan berhubungan dengan jumlah pendapatan keluarga, maka pada ibu hamil yang mempunyai jabatan kerja yang tinggi dan mendapatkan gaji yang besar maka tingkat kecemasan akan menurun, namun selain berhubungan dengan penghasilan jenis pekerjaan dapat mempengaruhi tingkat kecemasan berdasarkan berat pekerjaannya. Semakin berat pekerjaan ibu hamil, cenderung dapat meningkatkan kecemasan yang dirasakan oleh ibu hamil. ^{5,6,10,11,12,13}

5) Penghasilan keluarga

Besarnya jumlah penghasilan keluarga berpengaruh terhadap tingkat kecemasan. Semakin rendah penghasilan keluarga, maka persentasi kecemasan semakin meningkat.^{5,6,10,11,12,13}

6) Usia kehamilan

Usia kehamilan berperan terhadap kecemasan yang terjadi pada ibu hamil. Ibu hamil primigravida yang memasuki trimester pertama dan ibu hamil yang memasuki trimester ketiga cenderung mengalami kecemasan.^{5,6,10,11,12,13}

7) Paritas

Ibu yang sebelumnya pernah hamil dan melahirkan cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah dibandingkan dengan ibu yang belum pernah hamil dan melahirkan.^{5,6,10,11,12,13}

8) Riwayat melahirkan

Pada umumnya semua wanita hamil merasakan kecemasan dalam menghadapi persalinan. Wanita primigravida memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dalam menghadapi persalinan dibandingkan dengan wanita multigravida.^{5,6,10,11,12,13}

9) Riwayat keguguran

Keguguran merupakan situasi yang tidak mudah diterima oleh semua wanita terutama oleh wanita yang mengharapkan kehadiran seorang anak sehingga keguguran dapat menyebabkan kecemasan, depresi dan trauma.^{5,6,10,11,12,13}

10) Peranan keluarga

Keluarga berperan penting dalam proses kehamilan dan persalinan. Keluarga berperan memberikan dukungan untuk meminimalisir rasa takut dan cemas terhadap perubahan yang terjadi selama kehamilan.^{5,6,10,11,12,13}

11) Riwayat komplikasi kehamilan sebelumnya

Wanita yang pada kehamilan sebelumnya terdapat komplikasi cenderung akan lebih cemas saat menghadapi kehamilan selanjutnya maka tingkat kecemasan ibu hamil yang memiliki komplikasi kehamilan sebelumnya lebih tinggi dibandingkan dengan yang tidak memiliki komplikasi kehamilan.^{5,6,10,11,12,13}

2.2 Kerangka Pemikiran

Kehamilan dan masa transisi menjadi orang tua melibatkan perubahan besar baik biologi maupun psikologi yang berkaitan erat dengan meningkatnya gejala kecemasan dan depresi. Selain dukungan, wanita harus mempersiapkan fisik maupun psikis dalam menghadapi persalinan. Perubahan kondisi wanita hamil berkaitan dengan meningkatnya kecemasan.^{4,5,6}

Hal-hal tersebut dapat menyebabkan perubahan psikologis pada wanita hamil, seperti terjadinya kecemasan dari mulai cemas ringan, cemas sedang, cemas berat bahkan panik.^{5,6,10,11,12,13}

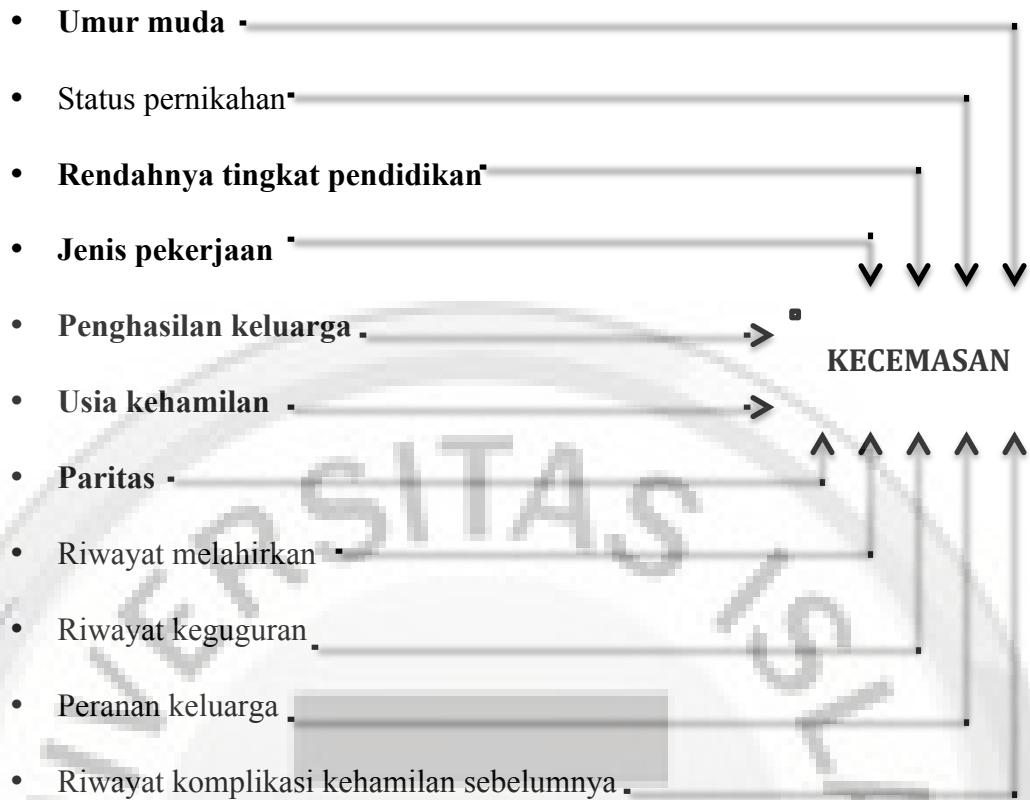
Kecemasan pada ibu hamil yang dibiarkan dan tidak ditangani dapat menyebabkan gangguan fisiologis pada fetus dan mempengaruhi proses kehamilan. Bayi yang terlahir dari ibu hamil yang mengalami kecemasan cenderung akan lahir dengan Berat Bayi Lahir Rendah. Selain mengancam

keadaan fisiologis bayi, cemas pada ibu hamil dapat mengganggu proses kelahiran menjadi memakan waktu yang lama sehingga membahayakan jiwa ibu dan bayi.^{7,8}

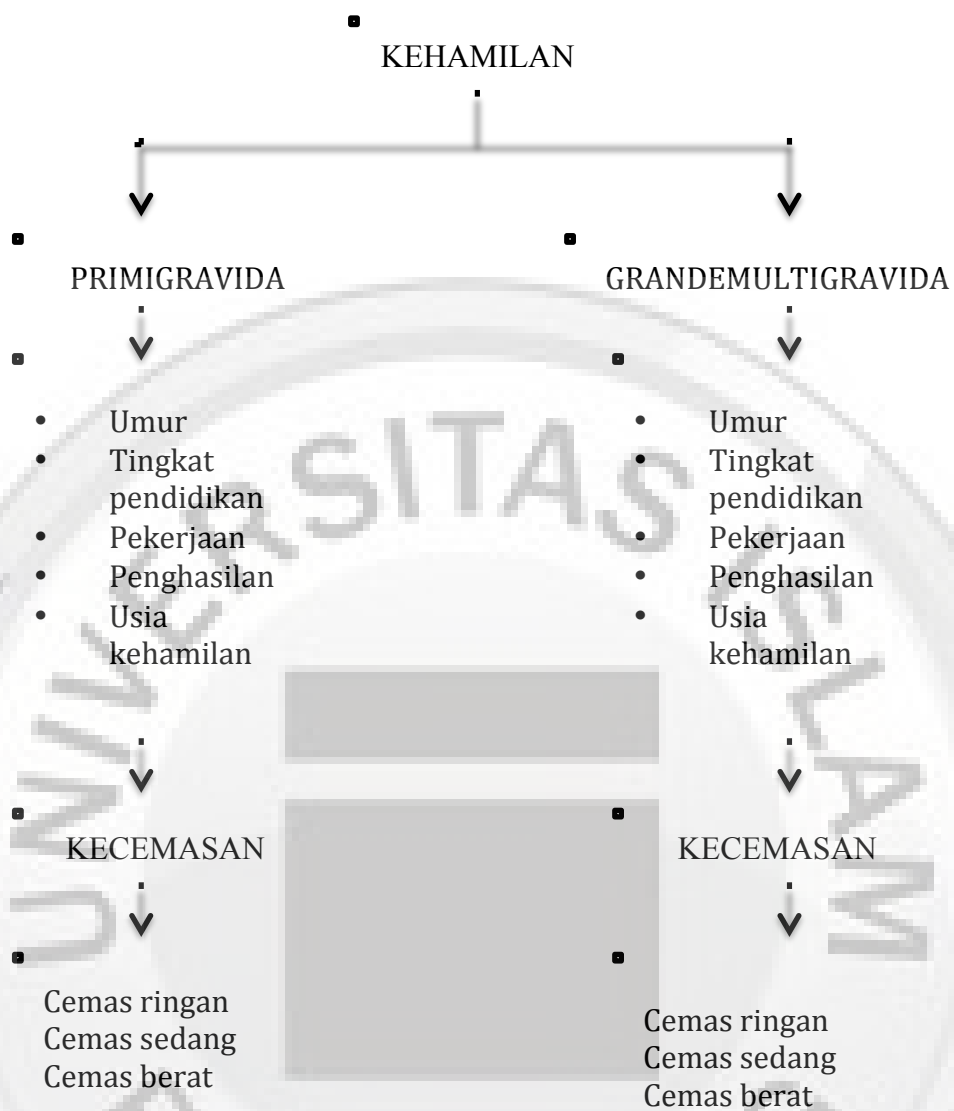
Apabila gejala cemas pada ibu hamil ini dapat diketahui lebih dini, maka diharapkan dapat dilakukan penanganan sesegera mungkin, sehingga dapat menghindari bahaya baik pada ibu maupun pada bayi.

Alasan pemilihan pada kehamilan pertama (primigravida) adalah karena pada ibu hamil primigravida banyak terjadi perubahan fisik maupun psikis yang cenderung meningkatkan kecemasan pada masa kehamilan sedangkan pada grandemultigravida adalah karena jumlah kehamilan yang sudah lebih dari empat kali dan mempunyai banyak anak dapat meningkatkan tingkat kecemasan.





Bagan 2.1 Kerangka Teori



Bagan 2.2 Kerangka Pemikiran