

EFEKTIVITAS AFIRMASI TENAGA KESEHATAN PADA TINGKAT KECEMASAN IBU BERSALIN MULTIPARA DI RSUD BULA KABUPATEN SERAM BAGIAN TIMUR TAHUN 2018/2019

Triana Indrayani¹, Wiji Sumarni²

¹Dosen Pembimbing Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional
Jakarta, Indonesia

²Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional
Jakarta, Indonesia

trianaindrayani21@gmail.com

Abstract

Background: When anxiety influence mother's mind, the intervention more likely to appear, this is due to the increase of the adrenal hormone that makes mother feel scared, trauma arises and the trigger of the heaviest stress in the hypothalamus. It was estimated that in 2015, WHO said that problems about the death among women during and after the delivery can be prevented. Aim: To find out the effectiveness of health workers self-affirmation in the anxiety level of multiparous maternal mothers RPH Bula, East Side of Seram Regency in 2018/2019. Method: This research used quasi experiment, pre and post-test with control group design, which comparing one or more group experiments that are given a treatment on one comparing group and the other group without a treatment. The sample was 40 people. Result : The frequency distribution of respondents had the dominant age of 28 years old amounted to 75%, with normal birth history amounted to 75% and SC labor amounted to 25%, high school education as the majority of respondents amounted to 85%, while the results of bivariate data that had significant differences in anxiety level scores before and after being given self-affirmation in the experimental group (Pvalue = 0,000), there was no significant difference in the anxiety level scores before and after the control group (Pvalue = 1.00). Conclusions and Suggestions: Self-affirmation was effective to the anxiety level, and health workers especially midwives to further optimize the delivery of positive information to patients, giving applied technology regarding the level of anxiety to patients.

Keywords: *Self-Affirmation, Anxiety Level*

Pendahuluan

Data dari WHO sekitar 303.000 wanita meninggal selama dan setelah kehamilan dan persalinan. Hampir semua kematian ini terjadi di rangkaian sumber daya rendah, dan sebagian besar bisa dicegah. Di *sub*-Sahara Afrika, sejumlah negara telah mengurangi separuh tingkat kematian ibu sejak tahun 2017. Sedangkan di RSUD Bula pada bulan Januari-Oktober persalinan Normal 561 yaitu 85,5%.

Kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan sangat sering ditemukan, khususnya pada ibu primipara, tingkat kecemasan ibu dapat diukur baik melalui *body language* maupun dari kuisioner.

Sekitar 6% dari populasi persalinan di RSUD Bula mengalami gangguan cemas, *generalized anxiety disorder* (GAD) merupakan gangguan yang paling sering ditemui, terjadi pada 2 – 4% populasi. Permasalahan psikologis yang dialami ibu bersalin dalam menghadapi persalinan yaitu cemas (52%) dan ragu akan kemampuannya mengatasi rasa nyeri (43%) (Sudarman, 2017).

Saat kecemasan menguasai pikiran ibu, semakin besar kemungkinan intervensi akan muncul, hal ini disebabkan naiknya hormon adrenalin yang membuat ibu merasa ketakutan, timbul trauma serta pencetus stress terberat di hipotalamus (Robin Lim, 2013).

Dukungan yang terus menerus dari seorang pendamping persalinan kepada ibu selama proses persalinan dan melahirkan dapat mempermudah proses persalinan dan melahirkan, memberikan rasa nyaman, semangat, membesarkan hati ibu dan meningkatkan rasa percaya diri ibu, mengurangi tingkat kecemasan, serta mengurangi tindakan medis (Kuswandi, 2012).

Kecemasan dan ketakutan yang dialami oleh ibu bersalin terutama primipara dapat memperpanjang durasi persalinan dan meningkatkan kejadian persalinan dengan tindakan, yaitu persalinan dengan operasi *caesar* (OR 26,9 CI 95%) dan vakum ekstraksi (OR 4,5 CI 95%). Ibu yang pernah melahirkan dan mengalami cemas pada saat melahirkan merupakan saat-saat tidak menyenangkan dalam hidupnya (Jurnal Kesehatan Andalas, 2017).

Upaya untuk mengurangi tingkat kecemasan dalam persalinan bisa dengan cara afirmasi. Afirmasi digunakan untuk memprogram ulang pikiran dan membuang kepercayaan yang keliru dalam pikiran *subconscious*. Tidak ada bedanya apakah kepercayaan tersebut nyata atau tidak, pikiran *subconscious* selalu menerimanya sebagai realita kenyataan dan mempengaruhi pikiran *conscious* kita dengan suatu ide atau suatu pemikiran lain (Kristiana, 2012).

Penelitian ini bertujuan untuk membandingkan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan afirmasi pada pasien inpartu di RSUD Bula. Penelitian ini terdiri dari 2 kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok control

Metode

Desain penelitian ini adalah *quasi eksperimen, pre dan post test with Control Group Design*, *Quasi eksperimen* adalah penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali (Sugiono, 2013). Cara untuk mengetahuinya yaitu membandingkan satu atau lebih kelompok eksperimen yang diberi *treatment* dengan satu kelompok pembanding yang tidak diberi *treatment*

Hasil Penelitian

Tabel 1.
Rata-rata Tingkat Kecemasan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberikan afirmasi di RSUD Bula Tahun 2019

Variabel	Pre Test	Post- test	<i>t</i>
	<i>M</i> <i>SD</i>	<i>M</i> <i>SD</i>	<i>p</i>
Kelompok Eksperimen	46.25	39.90	5.629
Tingkat Kecemasan	5.928	1.326	0.00
Kelompok Kontrol	45.25	45.25	0.000
Tingkat Kecemasan	5.609	5.620	1.00

Keterangan: M = Mean, Sd= Standar Deviasi

Berdasarkan tabel didapatkan hasil skor nyeri pada kelompok eksperimen dan kontrol sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Pada kelompok eksperimen didapatkan nilai *p* 0,00 dan untuk kelompok kontrol didapatkan nilai *p* 1.00

Tabel 2.
Rata-rata Skor Tingkat Kecemasan Antara Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Sebelum dan Sesudah Diberikan Afirmasi di RSUD Bula tahun 2019

Variabel	Kelompok Eksperimen	Kelompok Kontrol	<i>t</i>
	n = 20	n = 20	<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>M</i>	
	<i>SD</i>	<i>SD</i>	
Nyeri	46.25	45.25	0.548
Persalinan	5.928	5.609	0.587
Pre Test	39.90	45.25	-3413
Post Test	4.929	5.590	0.02

Keterangan: M = Mean, Sd= Standar Deviasi

Berdasarkan tabel didapatkan hasil skor tingkat kecemasan pada kelompok eksperimen dan kontrol sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Pada pre-test didapatkan nilai t yaitu 0.548 dan nilai p 0.587, pada post test didapatkan nilai t sebesar -3413 dan nilai p 0.02.

Pembahasan

Hasil uji statistik dengan uji *Paired T-Test* pada tabel 1. menunjukkan bahwa ada perbandingan yang bermakna antara skor tingkat kecemasan dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberikan afirmasi

Hal tersebut dapat diketahui dari uji *Paired* yang telah dilakukan dengan program SPSS versi 24 dengan hasil t hitung kelompok eksperimen 5.629 dan p 0.00 dimana nilai tersebut ($p \leq 0,005$) maka ada perbedaan yang bermakna antara skor tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan afirmasi. Sedangkan untuk kelompok kontrol hasil t hitung sebesar 0.000 dan p 1.000, dimana dengan nilai tersebut ($p \geq 0,005$) maka tidak ada perbedaan yang bermakna antara skor kecemasan.

Self affirmation berposisi sebagai teknik untuk mengembangkan wawasan individu yang mengalami kecemasan psikis, dimana ketika ibu memiliki wawasan yang luas, ia akan memiliki informasi sebenarnya dan dapat melihat permasalahan dari berbagai sudut pandang, sehingga dapat menurutkan rasa cemas saat akan melahirkan. Para peneliti menggambarkan bagaimana afirmasi diri tidak hanya mempengaruhi respon kognitif untuk informasi dan peristiwa yang mengancam individu, tetapi juga adaptasi fisiologis dan perilaku mereka yang sebenarnya (Sherman, 2008).

Peneliti berasumsi bahwa pemberian afirmasi sangat berpengaruh pada tingkat kecemasan pada ibu bersalin multipara. Hal ini disebabkan oleh karena jika ibu punya pikiran positif akan melancarkan aliran darah serta dapat mengurangi kecemasan yang didapatkan dari pengalaman, trauma persalinan, maupun omongan negative tentang proses persalinan. Tidak dapat dipungkiri bahwa saat bersalin, semua otot berkontraksi, jika afirmasi berhasil, maka dapat mengurangi rasa nyeri dan cemas saat bersalin. Tingkat kecemasan bisa di keluarkan melalui afirmasi, dukungan dari keluarga maupun tenaga kesehatan, serta tempat persalinan yang nyaman.

Simpulan dan Saran

Penelitian tentang Efektivitas Afirmasi Tenaga Kesehatan Pada Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Multipara Di RSUD Bula Kabupaten Seram Bagian Timur Tahun 2019. Maka kesimpulan yang didapat pada penelitian ini adalah;

1. Afirmasi efektif terhadap tingkat kecemasan di RSUD Bula Kabupaten Seram Bagian Timur Periode Desember- Januari 2019.

2. Ada hubungan antara skor sebelum dan sesudah di berikan afiriasi pada kelompok eksperimen dan tidak ada perbedaan skor tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan intervensi pada kelompok kontrol di RSUD Bula.

Daftar Pustaka

- Aminullah, A., 2015. *Ilmu Kebidanan*, Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- _____, 2010. *Ilmu Kebidanan*, Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- APN. 2017. *Buku Acuan Persalinan Normal*. Jakarta : JNPK-KR
- Aprilia Yessie. 2014. *Gentle Birth Balance*. Klaten : Qanita Mizan
- _____, 2017. *Bebas Takut Hamil dan Melahirkan*. Klaten : Qanita Mizan.
- Arikunto, S. (2013), *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Depkes R.I., 2013, *Riset Kesehatan Dasar Badan Penelitian dan pengembangan Kesehatan Kementrian Kesehatan RI*, Jakarta
- Enkin, et al. 2000. *A Guide to Effective Care in Pregnancy and Childbirth 3rd Edition*. London: Universitas Oxford.
- Guyton A.C. and J.E. Hall. 2007. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Edisi 9. Jakarta: EGC.
- Indriyani. 2014. *Hubungan Antara Nyeri Persalinan Pada Primigravida dan Multigravida di BPM Nyoman. Skripsi*. Universitas Respati Indonesia.
- International Commite for Standardization in Hematologi. 2016. *Safe Motherhood*. From : <http://www.internationalcommiteforstandardization> diakses pada 15 September 2018.
- Kuswandi Lanny. 2013. *Panduan Praktik Melahirkan Alami, Lancar dan Tanpa Rasa Sakit*. Jakarta : Bunda

- Lim Robin. 2004. *Eating For Two*, Bali: Half Angel Press
- _____, 2016. *The Ecology Of Gentle Birth*, Bali: Half Angel Press
- LPPM STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta, 2018, Jurnal PROFESI, Volume 13, Nomor 2, Maret 2018, Surakarta. Nasution. 2009, *Metode Research (Penelitian Ilmiah)*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Notoatmojo Soekidjo. 2012, *Metode Penelitian Kesehatan*, Jakarta: PT Rineka Cipta
- Oxorn Harry, 2010. *Ilmu Kebidanan Patologi dan Fisiologi Persalinan*. Yogyakarta : Yayasan Essentia Medica.
- Pusdiknakes, 2010. *Konsep Asuhan Kebidanan*. Jakarta : JHPIEGO.
- Sadiah, Aminatus, 2014, Tingkat Kecemasan Suami Terhadap Nyeri Persalinan di Wilayah Kecamatan Ciputat Timur Tahun 2014. *Skripsi*, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Widya. 2016. *Pengaruh Afirmasi Terhadap Pengeluaran Hormone Endorphine di Puskesmas Rengel Kecamatan Tuban*. *Skripsi*, Stikes Nadhlatul Ulama, Tuban.
- Wiknjosastro, Hanifa. 2011. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- World Health Organisation. 2017. Motherhood and Childbirth. From : <http://worldhealthorganization.ac.id> diakses pada 15 September 2018.
- Young Gary. 2013. *Essential Oils Integrative Medical Guide*, Life Science Publishing, USA.
- Arsenault, M.Y., & Lane, C.A., et al, 2002, The Management of Nausea and Vomiting of Pregnancy. *Journal Obstetri Gynaecol Canada*, <http://www.sogc.org/guidelines/public/120E-CPG-October2002.pdf> diakses tanggal 21 Mei 2018
- Enkin, et al. 2000. *A Guide to Effective Care in Pregnancy and Childbirth 3rd Edition*. London: Universitas Oxford