

---

**FAKTOR YANG MEMPENGARUHI TINGKAT KECEMASAN IBU HAMIL  
TRIMESTER III DALAM MENGHADAPI PERSALINAN****Sartika<sup>1</sup>, Warini<sup>2</sup>, Razeki Tri Raharsari<sup>3</sup>, Sisi Amailia<sup>4</sup>, Karina Julyanti<sup>5</sup>**<sup>1,2,3,4,5</sup>**Institut Kesehatan dan Bisnis Annisa****Email: [wariniwarini421@gmail.com](mailto:wariniwarini421@gmail.com)****ABSTRAK**

Kehamilan trimester III adalah waktu yang rawan akan peningkatan kecemasan akibat semakin dekatnya saat melahirkan. Kecemasan yang tidak terkendali dapat memengaruhi kondisi fisik dan mental ibu serta berdampak pada proses melahirkan. Studi ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III saat menghadapi proses persalinan. Studi ini menerapkan desain kuantitatif melalui pendekatan cross-sectional. Jumlah sampel penelitian adalah 50 ibu hamil pada trimester III yang diperoleh dengan menggunakan teknik purposive sampling. Data diperoleh melalui kuesioner mengenai karakteristik responden dan kuesioner untuk mengukur tingkat kecemasan yang telah diuji validitas serta reliabilitasnya. Analisis data dilakukan dengan metode univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square dengan batas signifikansi  $p < 0,05$ . Temuan penelitian mengindikasikan bahwa mayoritas responden merasakan kecemasan dalam tingkat ringan hingga sedang (80%). Ada korelasi yang signifikan antara paritas ( $p = 0,001$ ), dukungan suami ( $p = 0,000$ ), dan tingkat pengetahuan ( $p = 0,002$ ) terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III menjelang persalinan. Elemen yang paling berpengaruh terhadap kecemasan adalah dukungan dari suami dan pengalaman melahirkan yang telah dialami sebelumnya. Dapat disimpulkan bahwa pengalaman obstetri dan faktor psikososial memainkan peran penting dalam mempengaruhi tingkat kecemasan ibu hamil sebelum persalinan. Diperlukan peningkatan pendidikan dan dukungan dari keluarga untuk mengurangi tingkat kecemasan ibu hamil.

**Kata kunci: kecemasan, wanita hamil, trimester III, paritas, dukungan suami****PENDAHULUAN****A. Latar Belakang**

Kehamilan adalah sebuah proses fisiologis yang dialami oleh wanita dan menimbulkan berbagai perubahan, baik secara fisik maupun mental. Perubahan itu semakin terasa pada trimester III kehamilan dan saat-saat mendekati persalinan, di mana ibu hamil mulai menyadari proses melahirkan yang akan terjadi. Pada tahap ini, banyak ibu hamil yang merasakan kecemasan, yang dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti ketakutan akan rasa sakit saat melahirkan, keselamatan diri dan janin, serta kekhawatiran mengenai kemungkinan komplikasi yang bisa terjadi (Trust et al., 2021). Kecemasan pada perempuan hamil adalah keadaan psikologis yang memerlukan perhatian yang serius, karena dapat merugikan

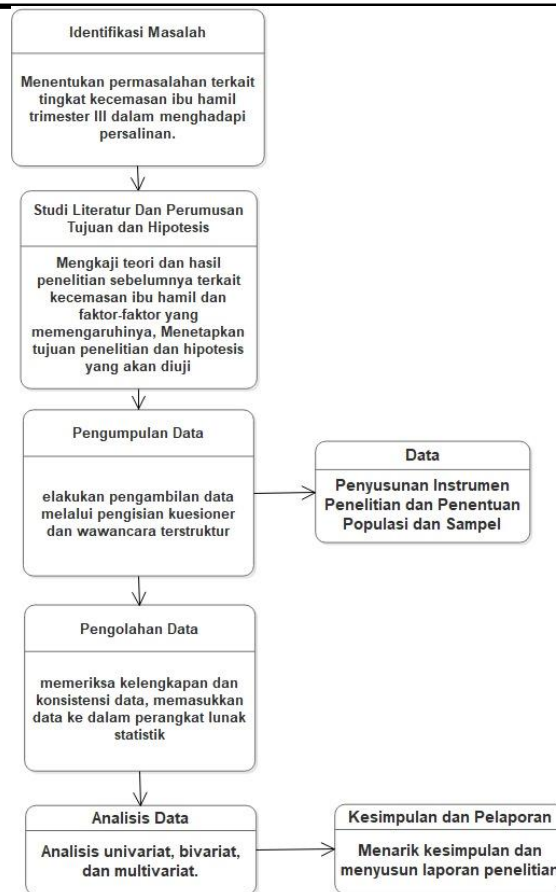
kesehatan ibu serta janin. Kecemasan yang tinggi dapat mempengaruhi keseimbangan hormon, meningkatkan kemungkinan persalinan yang berkepanjangan, persalinan sebelum waktunya, serta berdampak pada kesehatan janin (Yang et al., 2024). Di samping itu, kecemasan yang tidak dikelola dengan baik dapat berlanjut hingga periode nifas dan menyebabkan gangguan psikologis setelah melahirkan (Yogyakarta et al., 2022). Ibu hamil pada trimester III (dekat dengan persalinan) berada dalam fase penting yang sangat rawan mengalami kecemasan. Berbagai faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan ibu hamil pada fase ini terdiri dari faktor internal dan eksternal (Ibu & Trimester, 2021).

Faktor internal meliputi usia, tingkat pendidikan, paritas, pemahaman mengenai persalinan, serta pengalaman sebelumnya dalam persalinan. Di sisi lain, faktor eksternal dapat meliputi dukungan dari keluarga dan pasangan, keadaan sosial ekonomi, lingkungan sekitar, akses ke layanan kesehatan, serta informasi yang diperoleh dari tenaga kesehatan dan media (Khoiriah & Mariyam, 2019). Di zaman modern sekarang ini, kecepatan arus informasi berpotensi berdampak pada tingkat kecemasan ibu yang sedang hamil. Data yang tidak tepat atau berlebihan tentang persalinan dapat menyebabkan rasa takut dan pandangan negatif, terutama bagi ibu hamil yang kurang berpengalaman (Puskesmas Kawangsari, 2022). Oleh sebab itu, peran tenaga medis, khususnya bidan dan perawat, sangat krusial dalam memberikan pendidikan, pendampingan, serta dukungan mental untuk membantu ibu hamil menghadapi proses persalinan dengan lebih tenang dan siap (Menyebabkan & Ibu, 2023).

Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa kecemasan yang dialami ibu hamil trimester III saat menghadapi persalinan adalah masalah yang rumit dan dipengaruhi oleh banyak faktor. Oleh sebab itu, penelitian mengenai elemen-elemen yang memengaruhi tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menyongsong persalinan menjadi krusial untuk dilaksanakan (Sariowan et al., 2023). Temuan dari penelitian ini diharapkan menjadi landasan dalam merancang intervensi serta strategi pelayanan kesehatan yang lebih efisien, untuk mengurangi kecemasan ibu hamil dan meningkatkan kesiapan ibu menghadapi proses persalinan.

## **B. METODE**

penelitian kuantitatif dengan desain observasional analitik yang menerapkan pendekatan cross-sectional. Desain ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara berbagai faktor dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III saat menjelang persalinan, yang diukur secara bersamaan.



**Gambar 1 Tahapan**

1. **Identifikasi Masalah**  
Menentukan permasalahan terkait tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan.
2. **Studi Literatur**  
Mengkaji teori dan hasil penelitian sebelumnya terkait kecemasan ibu hamil dan faktor-faktor yang memengaruhinya.
3. **Perumusan Tujuan dan Hipotesis**  
Menetapkan tujuan penelitian dan hipotesis yang akan diuji.
4. **Penyusunan Instrumen Penelitian**  
Menyusun kuesioner karakteristik responden dan kuesioner tingkat kecemasan, kemudian dilakukan uji validitas dan reliabilitas.
5. **Penentuan Populasi dan Sampel**  
Menentukan populasi ibu hamil trimester III serta teknik pengambilan sampel.
6. **Pengumpulan Data**  
Melakukan pengambilan data melalui pengisian kuesioner dan wawancara terstruktur.
7. **Pengolahan Data**  
Meliputi editing, coding, entry data, dan cleaning.
8. **Analisis Data**  
Analisis univariat, bivariat, dan multivariat.

**9. Kesimpulan dan Pelaporan**

Menarik kesimpulan dan menyusun laporan penelitian.

Pada tahap ini peneliti melakukan pengamatan awal terhadap fenomena yang terjadi di lapangan, yaitu masih ditemukannya ibu hamil trimester III yang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan.

Pada tahap ini, peneliti melakukan pengamatan awal (observasi awal) di fasilitas pelayanan kesehatan seperti puskesmas untuk mengidentifikasi fenomena kecemasan pada ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan. Berikut ini tabel pengamatan awal.

**Tabel 1. Distribusi Ibu Hamil Trimester III Berdasarkan Tingkat Kecemasan (Studi Pendahuluan)**

No	Tingkat Kecemasan	Jumlah (n)	Persentase (%)
1	Tidak Cemas	12	40%
2	Cemas Ringan	10	33%
3	Cemas Sedang	6	20%
4	Cemas Berat	2	7%
	<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

**Tabel 2. Karakteristik Ibu Hamil Berdasarkan Paritas dan Tingkat Kecemasan**

Paritas	Cemas Ringan	Cemas Sedang	Cemas Berat	Total
Primigravida	6	4	2	12
Multigravida	4	2	0	6
<b>Total</b>	<b>10</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>18</b>

**C. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil Penelitian ini dilaksanakan pada 50 ibu hamil di trimester III yang menjalani pemeriksaan antenatal di tempat pelayanan kesehatan. Variabel yang dianalisis meliputi paritas, dukungan pasangan, tingkat pengetahuan, dan tingkat kecemasan saat menghadapi persalinan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan. Dari 50 responden:

1. 10 orang (20%) tidak mengalami kecemasan
2. 18 orang (36%) mengalami kecemasan ringan
3. 15 orang (30%) mengalami kecemasan sedang
4. 7 orang (14%) mengalami kecemasan berat

**Tabel 3 Distribusi Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III**

No	Tingkat Kecemasan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Tidak Cemas	10	20%
2	Cemas Ringan	18	36%
3	Cemas Sedang	15	30%
4	Cemas Berat	7	14%

**DedikasiMU (Journal of Community Service)**

Volume 8, Nomor 1, Maret 2026

	<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>
--	--------------	-----------	-------------

Sebagian besar responden mengalami kecemasan ringan (36%), diikuti kecemasan sedang (30%).

**Tabel 4 Distribusi Responden Berdasarkan Paritas**

Paritas	Frekuensi	Persentase (%)
Primigravida	24	48%
Multigravida	26	52%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**Tabel 5. Distribusi Berdasarkan Dukungan Suami**

Dukungan Suami	Frekuensi	Persentase (%)
Kurang	18	36%
Baik	32	64%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**Tabel 5 Distribusi Berdasarkan Tingkat Pengetahuan**

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Kurang	20	40%
Baik	30	60%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**Tabel 6 Hubungan Paritas dengan Tingkat Kecemasan**

Paritas	Cemas (n)	Tidak Cemas (n)	Total	p-value
Primigravida	21	3	24	0,001
Multigravida	19	7	26	
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>10</b>	<b>50</b>	

**Interpretasi:**

Nilai  $p = 0,001$  ( $<0,05$ ) menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara paritas dan tingkat kecemasan. Ibu primigravida lebih banyak mengalami kecemasan dibandingkan multigravida.

**Tabel 7 Hubungan Dukungan Suami dengan Tingkat Kecemasan**

**DedikasiMU (Journal of Community Service)****Volume 8, Nomor 1, Maret 2026**

Dukungan Suami	Cemas	Tidak Cemas	Total	p-value
Kurang	17	1	18	0,000
Baik	23	9	32	
<b>Total</b>	40	10	50	

**Interpretasi:**

Terdapat hubungan signifikan antara dukungan suami dan tingkat kecemasan ibu hamil ( $p < 0,05$ ).

**Tabel 8 Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan**

Pengetahuan	Cemas	Tidak Cemas	Total	p-value
Kurang	18	2	20	0,002
Baik	22	8	30	
<b>Total</b>	40	10	50	

**Interpretasi:**

Pengetahuan memiliki hubungan signifikan terhadap tingkat kecemasan ibu hamil.

a. **Tingkat Kecemasan Ibu Hamil**

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar ibu hamil trimester III mengalami kecemasan ringan hingga sedang. Hal ini dipengaruhi oleh meningkatnya kekhawatiran menjelang persalinan, terutama terkait rasa nyeri dan keselamatan bayi.

b. **Paritas dan Tingkat Kecemasan**

Ibu primigravida lebih cenderung mengalami kecemasan karena belum memiliki pengalaman persalinan sebelumnya. Pengalaman sebelumnya pada multigravida membantu meningkatkan kesiapan psikologis.

c. **Dukungan Suami dan Tingkat Kecemasan**

Dukungan suami yang baik terbukti dapat menurunkan kecemasan. Dukungan emosional dan informasional meningkatkan rasa aman dan percaya diri ibu.

d. **Pengetahuan dan Tingkat Kecemasan**

Ibu dengan pengetahuan baik mengenai proses persalinan memiliki tingkat kecemasan lebih rendah karena memahami tahapan persalinan serta cara mengatasi nyeri dan komplikasi.

**D. KESIMPULAN DAN SARAN****Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebagian besar ibu hamil trimester III mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan, dengan tingkat kecemasan yang bervariasi mulai dari ringan hingga berat.

2. Terdapat hubungan yang signifikan antara paritas dengan tingkat kecemasan ibu hamil. Ibu primigravida cenderung memiliki tingkat kecemasan lebih tinggi dibandingkan multigravida karena belum memiliki pengalaman persalinan sebelumnya.
  3. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu hamil. Ibu yang mendapatkan dukungan emosional, informasional, dan pendampingan dari suami cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah
- Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Meningkatkan edukasi dan konseling antenatal terkait proses persalinan.
2. Memberikan dukungan psikologis kepada ibu hamil, terutama primigravida.
3. Melibatkan suami dalam kelas ibu hamil atau pemeriksaan kehamilan.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Agency, C. (2018) 'Jurnal SIKLUS Volume 07 Nomor 02 Juni 2018 PADA IBU HAMIL PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III Jurnal SIKLUS Volume 07 Nomor 02 Juni 2018', 07, Pp. 300–306. FAKULTAS, N.P.A.A.S. (2023) 'FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KECEMASAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI PUSKESMAS KINTAMANI V'.
- Ibu, K., & Trimester, H. (2021). *HAMIL TRIMESTER III MENGHADAPI PERSALINAN PADA PANDEMI*. 8(2), 24–30. <https://doi.org/10.54867/Jkm.V8i2.84>
- Khoiriah, A., & Mariyam, N. (2019). *FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI TINGKAT KECEMASAN*. 5(1), 6–17.
- Menyebabkan, F. Y., & Ibu, K. (2023). *Faktor-Faktor Yang Menyebabkan Kecemasan Ibu Hamil Trimester Iii Di Puskesmas Wanasaba*.
- Marudju, A.R. *Et Al.* (2024) 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III : Scoping Riview'.
- Siregar, N.Y., Kias, C.F. And Noya, F. (2021) 'Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Dalam Menghadapi Persalinan', 3, Pp. 18–24. Available At: <https://doi.org/10.33860/Jbc.V3i1.131>.
- Puskesmastawang Sari, D. (2022). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Menjelang Persalinan Di Puskesmas Mastawang Sari*.
- Sariowan, G. C., Tandipajung, T., Timmerman, E., Keperawatan, M. F., Sariputra, U., Tomohon, I., Keperawatan, D. F., Sariputra, U., & Tomohon, I. (2023). *KECEMASAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DALAM MENGHADAPI PERSALINAN DI MASA PANDEMI COVID-19 Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III Pandemi Covid-19 Di RSUD GMIM Bethesda Tomohon* ". *Pengumpulan Data Yaitu Kuesioner Untuk Melihat Pendidikan Ibu , Usia Ibu , Paritas , Pengumpulan Data Menggunakan Kuesioner Yang Telah Di Uji Validitas Dan Angket*. 3(1), 1–7.
- Trust, I., Journal, H., Mendrofa, H. K., Studi, P., & Keperawatan, I. (2021). *HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DENGAN TINGKAT KECEMASAN IBU PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III DALAM MENGHADAPI PROSES PERSALINAN*. 2(1), 132–137.
- Yang, F., Kecemasan, M., & Bukittinggi, K. (2024). *Jurnal Kesehatan Ibu Dan Anak Jurnal Kesehatan Ibu Dan Anak Cemas Dan Khawatir Pada Ibu Trimester*. 2(2), 73–82.
- Yogyakarta, D. I., Aryani, F., & Raden, A. (2022). *Senam Hamil Berpengaruh T Erhadap Tingkat Kecemasan Pada Primigravida Trimester III Di RSIA Sakina Idaman Sleman , Pregnancy Exercise Influence D The Level Of Anxiety D . I Yogyakarta*. 129–134.