



Hubungan Usia dan Paritas dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Wates Kabupaten Kediri

Elin Soya Nita¹, Pety Meritas Sari², Ika Magdalena Ilma F.R³

^{1,2,3}Program Studi S1 Kebidanan, Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata, Kediri, Indonesia.

Info Artikel

Sejarah artikel :

Diterima, Okt 31, 2024

Disetujui, Nov 20, 2024

Dipublikasikan, Des 30, 2024

Keywords :

Age,

Paritas,

Anxiety,

Postpartum.

Abstrak

Latar Belakang : Pada beberapa ibu nifas perubahan peran selama masa nifas dapat menyebabkan gangguan psikologis seperti kecemasan, maternity blues dan depresi. Faktor yang menjadi penyebab terjadinya kecemasan pada ibu nifas yaitu faktor fisik, psikis dan sosial. Mengatasi kecemasan pada ibu nifas dapat dilakukan Tindakan komunikasi terapeutik antara lain dengan menumbuhkan hubungan yang baik diantara bidan dengan pasien yang dapat dilaksanakan dengan mengetahui keadaan pasien.

Metode : Penelitian kuantitatif analitik dengan pendekatan cross sectional. Variabel independen terdiri dari usia, paritas sedangkan variabel dependen adalah tingkat kecemasan ibu nifas. Teknik sampling dengan sampel jenuh. Hasil dari penelitian diolah dan di analisis bivariat menggunakan uji Khi Kuadrat.

Hasil : usia 20 – 35 tahun ibu nifas yang tidak cemas sebanyak 29 orang dan yang mengalami cemas berat sebanyak 12 orang dengan hasil Analisa statistik $P 0,039 < \alpha 0,05$ dan primipara yang mengalami tidak cemas sebanyak 19 orang dan yang mengalami cemas berat sejumlah 9 orang dengan hasil analisa statistik $P 0,429 > \alpha 0,05$

Kesimpulan : Hasil analisis bivariat yaitu terdapat hubungan antara usia dengan tingkat kecemasan pada ibu nifas dan Tidak terdapat hubungan antara paritas dengan tingkat kecemasan pada ibu nifas. Saran ibu nifas lebih berkeinginan untuk mencari informasi terkait perubahan yang terjadi pada masa nifas.

Abstract

Background: In some postpartum mothers, changes in roles during the postpartum period can cause psychological disorders such as anxiety, maternity blues and depression. The factors that cause anxiety in postpartum mothers are physical, psychological and social factors. Overcoming anxiety in postpartum mothers can be carried out by therapeutic communication measures, including by cultivating a good relationship between the midwife and the patient, which can be carried out by knowing the patient's condition.

Method: Analytical quantitative research with a cross sectional approach. The independent variables consist of age and parity, while the dependent variable is the level of anxiety of postpartum mothers. Sampling technique with saturated samples. The results of the research were processed and analyzed bivariately using the Chi Square test.

Results: aged 20 – 35 years, there were 29 postpartum mothers who were not anxious and 12 people who experienced severe anxiety with

statistical analysis results of $P 0.039 < \alpha 0.05$ and 19 people who experienced no anxiety and 9 people who experienced severe anxiety. people with statistical analysis results $P 0.429 > \alpha 0.05$

Conclusion: The results of the bivariate analysis are that there is a relationship between age and the level of anxiety in postpartum mothers and there is no relationship between parity and the level of anxiety in postpartum mothers. Suggestions: Postpartum mothers are more willing to seek information related to changes that occur during the postpartum period

Koresponden Penulis :

Elin Soya Nita,

Program Studi S1 Kebidanan,

Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata,

Jl.KH. Wachid Hasyim 65 Kediri.

Email : elin.soyanita@iik.ac.id

1. PENDAHULUAN

Puerperium adalah kondisi yang diawali dari plasenta lahir sampai kembalinya alat kandungan menjadi normal seperti sebelum hamil. Selama puerperium ibu akan mengalami perubahan emosi dan psikologi yang disebabkan karena adanya perubahan peran, tugas dan tanggung jawab sebagai orang tua. Pada beberapa ibu nifas perubahan peran selama masa nifas dapat menyebabkan gangguan psikologis antara lain kecemasan, maternity blues dan depresi yang terjadi pada masa nifas (Istiqomah et al., 2021) & (Endang Yuliani, 2021). Kecemasan yang dialami pada masa nifas merupakan gangguan emosi yang ditunjukkan dengan adanya keresahan secara mendalam serta berkelanjutan pada keadaan ibu serta bayinya yang dapat menimbulkan adanya gangguan pada perilaku dan masuk dalam ambang batas normal (Nadhiroh et al., 2020). Penyebab kecemasan pada ibu nifas yaitu tidak adanya kemampuan ibu dalam melakukan adaptasi pada perubahan, pengetahuan yang kurang danantisipasi yang dilakukan terhadap perubahan emosi. Kecemasan yang terjadi pada ibu nifas jarang terdeteksi karena tidak ada pelaporan (Marmi, 2017). Keluhan pada ibu yang mengalami kecemasan adalah ada rasa cemas, resah tentang keadaan ibu serta bayinya, mengalami permasalahan pola tidur, terganggunya konsentrasi dan Ketika sendirian merasa takut (Nadiroh et al., 2022). Faktor yang menjadi penyebab terjadinya kecemasan pada ibu nifas yaitu faktor fisik, psikologis dan sosial. Jika kondisi cemas yang dialami oleh ibu nifas tidak teratasi maka akan menyebabkan terjadinya postpartum blues dan dapat meningkat menjadi depresi post partum dan psikosis pasca- salin (Rahmaningtyas et al., 2019).

Prevalensi kecemasan pada ibu nifas di Indonesia sebanyak 11 – 30 % dibandingkan dengan wanita dinegara lain di Asia. Dari penelitian yang dilakukan di Indonesia didapatkan hasil yaitu jumlah ibu nifas yang menderita depresi pada bulan pertama pasca melahirkan sejumlah 18,37% dan di bulan kedua pasca persalinan sebanyak 15,19 % (Solama & Handayani, 2022). Dampak awal yang diakibatkan dari ibu nifas yang mengalami gangguan emosional dalam bentuk kecemasan adalah aktivitas yang terganggu, mengalami gangguan Ketika berhubungan dengan orang lain, menghilangnya kepedulian pada diri sendiri serta bayinya, tidak ada keinginan untuk menyusui bayinya dan jumlah produksi ASI menurun. Masalah yang dapat ditimbulkan dari kondisi tersebut yaitu terganggunya masa pemulihan ibu nifas dan teradinya keterlambatan perkembangan bayi (Nadiroh et al., 2022).

Cara penanganan kecemasan pada ibu nifas adalah dengan melakukan Tindakan komunikasi terapeutik antara lain dengan menumbuhkan hubungan yang baik diantara bidan dengan pasien yang dapat dilaksanakan dengan mengetahui keadaan pasien misalnya dengan melakukan pengkajian dari persalinan terdahulu supaya bidan bisa melakukan antisipasi untuk dapat mengatasi keadaan pasien dan ketegangan pasien. Untuk menangani kecemasan pada ibu nifas juga dapat dilakukan dengan meningkatkan support mental yaitu dengan memberikan dukungan pada ibu nifas dengan tujuan supaya ketegangan yang disebabkan oleh adanya perubahan pada masa nifas dapat berkurang. (Nadiroh et al., 2022).

Pada masa nifas ibu akan mengalami keluhan dan permasalahan yang berbeda sehingga tingkat kecemasan yang ditimbulkan juga berbeda – beda. Hasil Penelitian yang dilaksanakan di Indonesia menunjukkan bahwa Tingkat kecemasan dipengaruhi beberapa faktor yaitu usia, pekerjaan,

Pendidikan, paritas serta dukungan suami (Nadiroh et al., 2022). Berdasarkan latar belakang, penelitian ini dilaksanakan untuk mengetahui hubungan usia dan paritas dengan tingkat kecemasan pada ibu nifas.

2. METODE

Penelitian yang dilakukan yaitu penelitian kuantitatif analitik dengan pendekatan cross sectional. Variabel bebas terdiri dari usia dan paritas sedangkan variabel terikat adalah tingkat kecemasan pada ibu nifas. Pelaksanaan penelitian di puskesmas wates kabupaten kediri bulan february Tahun 2024. Populasinya yaitu ibu nifas yang berada di puskesmas wates kabupaten kediri sejumlah 65 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah sampel jenuh. Data yang digunakan dalam penelitian adalah data primer yaitu didapatkan dengan membagikan instrument dalam bentuk kuesioner pada ibu nifas. Hasil penelitian diolah dan dilakukan analisis bivariat menggunakan uji Khi Kuadrat.

3. HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Usia Ibu Nifas

No	Usia	Frekuensi	%
1	<20 dan > 35 Tahun	10	15,4
2	20 – 35 Tahun	55	84,6
	Total	65	100

Menurut Tabel 1 menunjukkan usia ibu nifas <20 dan >35 tahun sebanyak 15,4 % dan usia 20 – 35 Tahun sebanyak 84,6 %.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Paritas

No	Paritas	Frekuensi	%
1	Primipara	39	60
2	Multipara	26	40
	Total	65	100

Menurut Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar paritas ibu nifas adalah primipara sejumlah 39 orang (60%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Ibu Nifas

No	Tingkat Kecemasan	Frekuensi	%
1	Tidak Cemas	35	53,8
2	Cemas Ringan	10	15,4
3	Cemas Sedang	8	12,3
4	Cemas Berat	12	18,5
	Total	65	100

Menurut Tabel 3 jumlah ibu nifas yang tidak cemas sebanyak 35 orang (53,8%) dan yang mengalami cemas berat sebanyak 12 orang (18,5%).

Tabel 4. Hubungan Usia dan Tingkat Kecemasan Ibu Nifas

Usia	Tingkat Kecemasan				P Value
	Tidak Cemas	Ringan	Sedang	Berat	
<20 dan >35 Tahun	6	4	0	0	0,039
20 – 35 Tahun	29	6	8	12	
Total	35	10	8	12	

Berdasarkan Tabel 4 bahwa pada usia 20 – 35 tahun yang tidak cemas sejumlah 29 orang dan cemas berat sejumlah 12 orang. Pada usia <20 dan >35 tahun yang tidak cemas sejumlah 6 orang dan cemas ringan sejumlah 4 orang. Dari hasil Analisa statistik didapatkan nilai $P 0,039 < \alpha 0,05$ yaitu ada hubungan antara usia dan tingkat kecemasan ibu nifas.

Tabel 5. Hubungan Paritas dengan Tingkat Kecemasan Ibu Nifas

Paritas	Tingkat Kecemasan				P Value
	Tidak Cemas	Ringan	Sedang	Berat	
Primipara	19	5	6	9	0,429
Multipara	16	5	2	3	
Total	35	10	8	12	

Berdasarkan Tabel 5 pada primipara yang mengalami tidak cemas sebanyak 19 orang dan cemas berat sejumlah 9 orang. Pada multipara yang mengalami tidak cemas sejumlah 16 orang dan cemas ringan sejumlah 5 orang. Dari hasil analisa statistik didapatkan $P 0,429 > \alpha 0,05$ yaitu tidak terdapat hubungan antara paritas dan tingkat kecemasan pada ibu nifas.

4. PEMBAHASAN

Hubungan Usia dan Tingkat Kecemasan Ibu Nifas

Berdasarkan Tabel 4 bahwa pada usia 20 – 35 tahun yang masuk kategori tidak cemas sejumlah 29 orang dan masuk kategori cemas berat sejumlah 12 orang. Pada usia <20 dan >35 tahun yang masuk kategori tidak cemas sejumlah 6 orang dan yang masuk kategori cemas ringan sebanyak 4 orang. Hasil Analisa statistik didapatkan $P 0,039 < \alpha 0,05$ yaitu terdapat hubungan antara usia dengan tingkat kecemasan ibu nifas.

Hal tersebut sesuai dengan penelitian Wita Solama & Sri Handayani (2022) tentang faktor – faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan ibu postpartum yang menunjukkan hasil penelitian yaitu terdapat hubungan antara umur dan tingkat kecemasan ibu postpartum di BPM sinta tahun 2020 dengan P value $0,017 < \alpha 0,05$ (Wita). Menurut Notoatmodjo (2014) dalam penelitian Wita Solama & Sri Handayani (2022) Usia merupakan umur seseorang yang dihitung dari lahir sampai dengan ulang tahun. Ketika usia seseorang semakin cukup maka semakin matang tingkat kekuatan dan tingkat kematangan dalam berfikir dan bekerja (Solama & Handayani, 2022).

Hasil dari penelitian menjelaskan yaitu terdapat hubungan antara usia dan tingkat kecemasan pada ibu nifas, hal tersebut dapat disebabkan ketika usia 20 – 35 tahun ibu nifas kemungkinan dapat terhindar dari masalah kecemasan karena telah mempunyai pengetahuan dan pengalaman pada saat masa nifas oleh karena itu dapat mewaspadai kecemasan yang dapat dialami ketika masa nifas dan kemungkinan ibu nifas juga sudah mempunyai pengalaman dalam mengasuh anak serta sudah memiliki kesiapan sebagai seorang ibu. Ibu nifas yang masuk usia <20 tahun dan > 35 tahun kemungkinan ibu belum memiliki pengalaman yang banyak dalam mengasuh anak sehingga dapat memungkinkan ibu untuk mengalami kecemasan, jadi terdapat pengaruh antara usia dengan tingkat kecemasan yang terjadi pada ibu nifas.

Hubungan Paritas dan Tingkat Kecemasan Ibu Nifas

Berdasarkan Tabel 5 pada primipara yang mengalami tidak cemas sebanyak 19 orang dan yang masuk kategori cemas berat sejumlah 9 orang. Pada multipara yang mengalami tidak cemas sejumlah 16 orang dan yang masuk kategori cemas ringan sebanyak 5 orang. Hasil analisa statistik diperoleh $P 0,429 > \alpha 0,05$ yaitu tidak ada hubungan antara paritas dan tingkat kecemasan pada ibu nifas.

Hasil penelitian sesuai dengan penelitian yang dilaksanakan (Wita Solama & Sri Handayani, 2022) tentang faktor – faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan ibu postpartum yang menunjukkan hasil penelitian yaitu P value $0,895 > \alpha 0,05$ artinya tidak terdapat hubungan antara paritas dan tingkat kecemasan ibu post partum di BPM Sinta tahun 2020 (Solama & Handayani, 2022). Paritas dapat berpengaruh terhadap kesehatan psikologis ibu nifas. Gangguan psikologis pada masa nifas dapat terjadi karena ibu belum mampu dalam melakukan penyesuaian terhadap perubahan pada masa nifas yang dialami. Perubahan psikologi pada masa nifas dapat disebabkan oleh pengalaman persalinan, adanya peran baru sebagai seorang ibu serta adanya kehadiran anggota baru dalam keluarga (Nadiroh et al., 2022). perbedaan Pengalaman persalinan antara primigravida dan multigravida dapat menimbulkan persepsi dan antisipasi yang berbeda- beda dalam menghadapi proses melahirkan dan masa setelah melahirkan sehingga dapat menimbulkan gangguan emosional. Gangguan emosional yang sering dialami ketika masa nifas yaitu kecemasan (Nadiroh et al., 2022). Kecemasan yang diderita oleh ibu yang tidak mempunyai pengalaman dalam persalinan dapat diakibatkan karena kurangnya pengetahuan tentang proses melahirkan yang akan dijalani baik ketika proses melahirkan maupun setelah melahirkan. Kecemasan yang dialami oleh ibu yang sudah mempunyai pengalaman dalam melahirkan terjadi bisa karena adanya pengalaman yang sudah dilalui di riwayat nifas terdahulu sehingga bisa mengakibatkan timbulnya trauma yang terjadi pada persalinan berikutnya (Solama & Handayani, 2022).

Dari hasil penelitian ini bahwa pada primipara 19 orang mengalami tidak cemas dan 9 orang mengalami kecemasan berat. Kecemasan yang terjadi pada ibu nifas tersebut bisa disebabkan karena faktor ketidaktahuan sehingga menimbulkan munculnya pemikiran seperti takut terhadap kondisi

bayinya dan khawatir tidak bisa memenuhi kebutuhan bayinya. Sedangkan pada ibu yang mengalami tidak cemas kemungkinan menyadari dengan ketidaktahuannya tentang perubahan yang akan dirasakan ketika masa nifas sehingga ibu tidak segan untuk mencari informasi tentang perubahan yang dirasakan ketika masa nifas dari sumber yang terpercaya yaitu salah satunya dari tenaga kesehatan. Dapat diketahui bahwa tingkat kecemasan antara ibu yang mempunyai usaha untuk mencari informasi tentang perubahan pada masa nifas dengan ibu yang menjalani masa nifas tanpa mencari informasi. Kebenaran informasi yang didapatkan oleh ibu nifas dapat mempengaruhi kecemasan seseorang, jika ibu primipara menerima informasi yang salah maka dapat menimbulkan dampak yang tidak baik karena ibu yang belum pernah melahirkan belum mempunyai pengalaman untuk bisa dibandingkan dengan informasi yang sudah didapatkan.

5. KESIMPULAN

Kesimpulan dalam penelitian ini Berdasarkan Hasil dari Penelitian dan Pembahasan kesimpulan yaitu dari hasil analisis univariat didapatkan data yaitu Distribusi Frekuensi tentang usia didapatkan hasil bahwa paling banyak responden berusia 20 – 35 Tahun. Distribusi Frekuensi tentang paritas bahwa sebagian besar paritas ibu nifas adalah primipara. Distribusi Frekuensi tingkat kecemasan ibu nifas paling banyak responden mengalami tidak cemas. Berdasarkan data hasil dari Analisis Bivariat hubungan antara usia dengan tingkat kecemasan didapatkan ada hubungan antara usia dan tingkat kecemasan pada ibu nifas. Hasil analisis bivariat hubungan paritas dengan tingkat kecemasan pada ibu nifas didapatkan data yaitu Tidak terdapat hubungan antara paritas dan tingkat kecemasan pada ibu nifas.

DAFTAR PUSTAKA

- Istiqomah, A. L., Viandika, N., & Khoirun Nisa, S. M. (2021). Description of the Level of Anxiety in Post Partum. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 5(4), 333–339. <https://doi.org/10.20473/imhsj.v5i4.2021.333-339>
- Karo, M. B., Simorangkir, L., & Gea, L. (2020). Laughter Therapy Reduces Anxiety In First Year Students Of Stikes Santa Elisabeth Medan In 2018 [Laughter Therapy Menurunkan Ansietas Mahasiswa Tingkat I Stikes Elisabeth Medan Tahun 2018]. *Nursing Current: Jurnal Keperawatan*, 7(2), 40-47.
- Nadhiroh, S. U., Hiyana, C., & Dewi, T. (2020). Relationship Of Husband Support And Parity To Postpartum Mother ' s Anxiety Level. *Jurnal Keperawatan*, 2(1), 40–48.
- Nadiroh, S. U., Masini, M., & Tungga Dewi, C. H. (2022). Hubungan Dukungan Suami Dan Paritas Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Postpartum. *Juru Rawat. Jurnal Update Keperawatan*, 2(1), 40–48. <https://doi.org/10.31983/juk.v2i1.8803>
- Notoatmojo, Soekidjo. (2014). Promosi Kesehatan Ilmu Perilaku. Jakarta: Rineka Cipta
- Marmi, Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas “Peuperineum Care.” Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017.
- Rahmaningtyas, I., Winarni, S., Mawarni, A., & Dharminto. (2019). Hubungan Beberapa Faktor dengan Kecemasan Ibu Nifas Di Wilayah Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(4), 303–309. <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm%25>
- Saragih, I. S., Simorangkir, L., Siallagan, A., & Saragih, I. D. (2022). Tingkat Kecemasan dan Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Pasien Covid-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 10(2), 363-374.
- Solama, W., & Handayani, S. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Postpartum. *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, 7(1), 180–190. <https://doi.org/10.36729/jam.v7i1.785>
- Simorangkir, L., Sinurat, S., Simanullang, M. S. D., & Hasugian, R. O. (2021). The Relationship Between Social Support And Public Anxiety In Facing The Covid-19 Pandemic In Environment II Tangkahan Village, Medan Labuhan Subdistrict In 2021. *Science Midwifery*, 10(1, October), 242-248.
- Yuliani, Endang. 2021. Buku Ajar Asuhan Kebidanan Masa Nifas & Menyusui. Malang : CV Rena Cipta Mandiri