

Volume 2, No. 3  
Desember, 2019

e-ISSN : 2685-1997  
p-ISSN : 2685-9068

# REAL in Nursing Journal (RNJ)

*Research of Education and Art Link in Nursing Journal*

<https://ojs.fdk.ac.id/index.php/Nursing/index>

## Analisa Stressor Pada Ibu Hamil Primipara Terhadap Proses Persalinan

*Reki Afrino & Rahmatul Jannah*



UNIVERSITAS  
**FORT DE KOCK**  
BUKITTINGGI

Program Studi Keperawatan dan Pendidikan Ners  
Universitas Fort de Kock Bukittinggi, Indonesia

## Analisa Stressor Pada Ibu Hamil Primipara Terhadap Proses Persalinan

**REAL in  
Nursing  
Journal (RNJ)**

<https://ojs.fdk.ac.id/index.php/Nursing/index>

**Reki Afrino & Rahmatul Jannah**

### **ABSTRACT**

*According World Health Organization (WHO) data, maternal mortality is high. Every day, around 800 women die because of pregnancy complications childbirth in the world. Based on data Health Service in 2018 in Guguk Panjang Community Health Center, there were 647 pregnant women in Guguk Panjang Community Health Center, Bukittinggi. Therefore, this study aimed to determine The Analysis of Stressor Primipara Pregnant Women toward the Delivery Process in Guguk Panjang Community Health Center Bukittinggi. The type of this research was qualitative with descriptive phenomenology approach. It was conducted on April-May 2019. By using purposive sampling technique, 7 respondents had been chosen as the samples. The data were collected through in-depth interviews. The results of this research showed that there were three schemes gotten. First, the causes stress because internal and external factors. Then, the influences of stress because the roles of psychological and social factors. Last, there were three ways to reduce stress due to support from social factors and activities from relaxation and spiritual. In short, it can be concluded that the causes of stress, the effect of stress and how to reduce stress of primipara to prevent the inhibition of labor. Therefore, it is expected that midwives improve health promotion activities to prevent stressors in labor.*

### **Keywords:**

*Stressor, Primipara, Labor Experience*

### **Korespondensi:**

Reki Afrino  
[rekiufrino@fdk.ac.id](mailto:rekiufrino@fdk.ac.id)

**Universitas Fort De Kock  
Bukittinggi**

### **ABSTRAK**

Menurut data World Health Organization (WHO) kematian ibu masih cukup tinggi, setiap hari di Dunia sekitar 800 perempuan meninggal akibat komplikasi dalam kehamilan atau persalinan. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Ibu Hamil Tahun 2018 yaitu 647 di Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjang Kota Bukittinggi. Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Analisa Stressor Pada Ibu Hamil Primipara Terhadap Proses Persalinan Di Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjang Kota Bukittinggi. Jenis penelitian ini adalah menggunakan kualitatif dengan pendekatan fenomenologi deskriptif. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam. Pemilihan partisipan dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling yaitu sebanyak 7 partisipan. Penelitian ini dilakukan pada bulan April-Mei tahun 2019. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 3 skema yaitu skema 1 penyebab stres dikarenakan karena faktor internal dan eksternal, skema 2 pengaruh stres dikarenakan peran yaitu karena faktor psikologis dan faktor sosial dan skema 3 cara mengurangi stres dikarenakan dukungan dari faktor sosial dan aktivitas dari relaksasi dan spiritual. Kesimpulan penelitian, penyebab stres, pengaruh stres dan cara mengurangi stres pada Ibu primipara untuk mencegah penghambatan proses persalinan. Oleh karena itu, diharapkan kepada petugas dapat meningkatkan kegiatan promosi kesehatan mencegah stressor terhadap proses persalinan.

**Kata Kunci** : Stressor, Primipara, Pengalaman Persalinan

## PENDAHULUAN

Menurut data *World Health Organization* (WHO) kematian ibu masih cukup tinggi, setiap hari di Dunia sekitar 800 perempuan meninggal akibat komplikasi dalam kehamilan atau persalinan. Pada tahun 2013, terdapat 289.000 perempuan meninggal selama dan setelah masa kehamilan serta persalinan. Berdasarkan Survei Demografi dan kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012, angka kematian ibu di Indonesia masih tinggi sebesar 359 per 100.000 kelahiran hidup, angka ini sedikit menurun jika dibandingkan dengan SDKI tahun 1991, yaitu sebesar 390 per 100.000 kelahiran hidup. Angka ini sedikit menurun meskipun tidak terlalu signifikan. Target MDGs (*Millenium Development Goals*) ke-5 menurunkan angka kematian ibu (AKI) menjadi 102 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2015.

Angka kematian ibu mencerminkan resiko yang dihadapi ibu selama masa kehamilan dan melahirkan yang dipengaruhi oleh, keadaan sosial ekonomi dan kesehatan yang kurang baik menjelang kehamilan, kejadian berbagai komplikasi pada kehamilan dan kelahiran, tingkat terjadinya dan penggunaan fasilitas pelayanan kesehatan termasuk pelayanan perinatal dan obstetri (Dinkes Kota Bukittinggi, 2016).

Persalinan dianggap normal jika prosesnya terjadi pada usia cukup bulan (setelah 37 minggu) tanpa disertai dengan penyulit dan Persalinan dimulai (inpartu) sejak uterus berkontraksi dan

menyebabkan perubahan pada serviks (membuka dan menipis) kemudian berakhir dengan lahirnya plasenta secara lengkap (Mutmainnah et al, 2017).

*Primipara* merupakan ibu yang baru pertama kali melahirkan dan belum memiliki pengalaman dalam persalinan sehingga tingkat kecemasannya relative lebih tinggi dibandingkan dengan ibu yang sudah pernah melahirkan (Primasnia et al, 2013). Pada ibu yang hamil pertama kali mayoritas tidak mengetahui bagaimana cara proses persalinan dengan lancar dan mudah (Sholdiqoh & Syahrul, 2014), sehingga menimbulkan perasaan cemas, stres yang berlebihan, terlebih bila tidak adanya dukungan dari suami maupun keluarga.

Pemerian dukungan yang baik akan berguna bagi ibu bersalin dan anak yang dilahirkan dikarenakan proses kelahiran yang pendek. Stressor adalah sebagai pemicu stres, Menurut Megasari et al (2015) faktor penyebab stres yaitu faktor fisik dan psikologis, faktor fisik adalah (kehamilan pada usia tua, kehamilan *multiple*, kehamilan dengan HIV) sedangkan faktor psikologis yaitu (internal dan eksternal).

Menurut Jatnika et al (2016), yang berjudul pengaruh prenatal Yoga Terhadap tingkat Stres Pada ibu Primigravida Trimester III. Stres kehamilan adalah salah satu fenomena yang dialami setiap ibu khususnya ibu yang hamil pertama kali dan belum ada pengalaman yang dapat memicu pikiran-pikiran buruk menimpa dirinya. Maka

dengan ini peneliti ingin mempelajari lebih dalam tentang berbagai hal mengenai “ stressor pada ibu primipara pada proses persalinan di wilayah kerja puskesmas guguk Panjang Kota Bukittinggi”.

#### **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologi, Pendekatan fenomenologi yang digunakan pada penelitian ini adalah fenomenologi deskriptif. Studi fenomenologi deskriptif ini menggunakan proses eksplorasi secara langsung, analisis, dan gambaran dari suatu fenomena yang mana bebas dari kemungkinan dugaannya tidak dapat di uji. Wojnar & Swanson (2007), menjelaskan tahap studi fenomenologi deskriptif yang digunakan yaitu *bracketing*, *intuition*, *analizing*, dan *describing*.

Pada penelitian ini pemilihan partisipan sebagai sumber data dengan cara pemilihan partisipan *purposive sampling*. Calon partisipan berikutnya di pilih berdasarkan informasi oleh partisipan sebelumnya yang telah telah di wawancara (Afriyanti & Rachmawati, 2014). Subjek penelitian pada penelitian ini adalah ibu hamil primipara terhadap proses persalinan di wilayah kerja puskesmas guguk panjang kota bukittinggi.

#### **Metode Analisa**

Proses analisa data dilakukan dengan pendekatan Colaizzi. Tahapan analisa data secara operasioanal dan rinci dilakukan dengan tahapan sebagai berikut: Membuat transkrip dari hasil wawancara membaca berulang kali transkrip data yang ada sehingga peneliti dapat menemukan pernyataan yang signifikan dan memberikan garis bawah pada pernyataan-pernyataan penting partisipan, Menentukan kategori, Menentukan subtema atau tema. Mengintegrasikan tema menjadi diskripsi lengkap dari fenomena yang detail, Merumuskan deskripsi secara lengkap dari fenomena yang detail sebagai pernyataan yang jelas. Menanyakan kembali partisipan tentang hasil temuan sebagai langkah validasi akhir untuk memastikan bahwa hasil temuan peneliti merupakan pengalaman partisipan yang sesungguhnya dan disetujui oleh partisipan tersebut.

#### **HASIL PENELITIAN**

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli 2019 Peneliti menemukan hasil bahwa Karakteristik Partisipan Dalam proses pengumpulan data peneliti telah melakukan wawancara untuk mendapatkan data setiap partisipan yang diteliti. Adapun gambaran karakteristik partisipan tersebut adalah sebagi berikut:

**Tabel 1. Karakteristik partisipan**

Partisipan	Karakteristik Partisipan				
	Usia (Th)	Pendidikan terakhir	Pekerjaan	Jenis Persalinan	Hari ke-
P1	27	D3	IRT	Normal	1
P2	33	SMA	IRT	SC	3
P3	20	SMP	IRT	Normal	1
P4	28	S1	Swasta	Normal	1
P5	24	SMA	IRT	Normal	1
P6	21	SMA	IRT	Normal	1
P7	21	D3	IRT	Normal	1
B1	28	D3	Petugas	-	-
B2	30	D4	Petugas	-	-

### 1. Penyebab Stres

Berdasarkan hasil penelitian bahwa sebagian besar penyebab stres pada ibu primipara dikarenakan faktor internal yaitu faktor dari diri sendiri seperti : takut, cemas, kesakitan dan faktor eksternal yaitu faktor dari luar seperti : ekonomi, lingkungan. Apa saja penyebab stres pada proses persalinan?

“...**sakitnya**..luar biasa sekali,, sakitnya itu ngak (tidak) bisa di ungkapkan, sakit bangeet (sekali)... sangat luar biasa.... karna apa ya? (sambil berpikir), karna lama kayaknya, lama di perjalanan anaknya.. 3 jam.. **cemas, takut, sakit** sampai semuanya....” (P1)

“.....**pertama karena biaya bisa juga stres**, terus bisa normal atau tidaknya bisa menyebabkan stres... Kalau pas kemaren tu **takutnya** pas lahiran, anaknya kenapa-kenapa gitu, terminum air ketuban lah, atau cacatlah... awal terjadinya stres,, palingan udah (sudah) hampir mau lahiran, mengingat nanti pas lahiran, bayinya ada atau tidak...” (P2)

“....**karena cemas** kan, cerita-cerita dari orang kan, terus itu **sakit di jait (jahit)**,,, tu..tu (sambil menarik nafas).. ada rasa **cemas** itu se.. ya ya, **faktor ekonomi** untuk mempersiapkan segalanya bersalin, baju bayi kan.. itu di sediakan seadonyo (semuanya),, ya... orang bilang sakit, jadi rasa **sakit tu takut** rasanya melahirkan, apalagi liat video pas persalinan di youtube kan itu ada rasa **cemas**, bagaimana rasanya, **takutkan**, bagaimanapun **takut** kehilangan nyawa, ingin lahir selamat, sehat anaknya.... awalnya **cemas** kan, udah (sudah) hamil besar, udah (sudah) mau melahirkan, terus ada **rasa-rasa sakit**, kadang **sakit di ari-ari**, kadang di pinggang itukan,....” (P3)

“.....**cemas, takut**.. ya takut, **takut** terjadi apa-apa, takut dak kuat, **takut di infus**...” (P4)

“....**sakit**,, karena belum pernah mengalaminya.. rasanya sakit bangeet dan ada cemas juga,, takut tidak bisa melahirkan normal,, apalagi sekarang **biaya persalinan lumayan mahal**,,, karena **takut**,

*takut terjadi apa-apa tadi sama bayinya.... awalnya **cemas, takut** ya itu tadi **takut** tidak bisa melahirkan normal....” (P6)*

Adapun kesimpulan yang didapat dari uraian partisipan tersebut, sebagian besar partisipan mengatakan penyebab stres karena ada faktor internal yaitu : ada rasa cemas, takut dan kesakitan yang tidak bisa tertahankan, karena ini adalah pertama kali partisipan melakukan persalinan dan selain faktor internal penyebab stres, faktor eksternal juga salah satu penyebab stres, yaitu faktor biaya dan lingkungan, saat mau melahirkan partisipan harus memerlukan biaya dan mempersiapkan semuanya, dan dari faktor lingkungan juga menyebabkan partisipan stres, karena lingkungan juga mempengaruhi pikiran partisipan dan bisa menyebabkan partisipan stres.

## 2. Pengaruh Stres

Berdasarkan hasil penelitian bahwa sebagian besar pengaruh stres pada ibu primipara dikarenakan faktor peran yaitu dari faktor psikologis ibu sendiri karena belum berpengalaman dalam melahirkan karena ini adalah persalinan pertama, jika ibu stres maka akan mempengaruhi kelancaran persalinan, dan faktor sosial yaitu faktor dari orang-orang di sekeliling kita juga mempengaruhi apalagi

suami yang tidak ingin mendampingi saat proses persalinan, itu bisa mempengaruhi kelancaran persalinan. Awal mula respon yang diberikan partisipan tentang pengalaman melahirkan sangat merasa cemas, takut terjadi apa-apa kepada keselamatan partisipan dan bayi dan apalagi peran suami yang tidak ingin mendampingi saat proses persalinan itu sangat mempengaruhi kelancaran melahirkan, faktor psikologis dan faktor sosial sangat mempengaruhi kelancaran dalam persalinan. Bagaimana pengaruh stres pada proses persalinan?

*“....ya betul,, kalau **stres** bisa menghambat persalinan kan, karna pengaruh ke janin kan, jadi harus rileks gitulah,, harus santai, ngucap istighfar... perasaan ibu jika suami tidak inginmendampingi ibu terhadap proses persalinan..... **Sedihlah,, tapi insya allah alhamdulillah lah di samping terus ”(suami)” selalu ada...”(P3)***

*“...ba a,, raso cemas dan **takutlah..** (bagaimana,, rasa cemas dan **takutlah)**.... perasaan ibu jika suami tidak ingin mendampingi ibu terhadap proses persalinan... itu **sedih**, awak dak ado merasokan itu do (saya tidak ada merasakannya)... **ya di dampingi (suami)...”(P5)***

*“.... rasanya **takut**, rasanya tidak karuan lagi,, apalagi ya ini pengalaman pertama kalinya melahirkan,, ya betul sekali.. **stres** bisa menghambat persalinan,*

karena bayinya ikut **stres** juga kalau sayanya **stres** dan bayinya tidak mau keluar-keluar itu juga bisa **stres**... perasaan ibu jika suami tidak ingin mendampingi ibu terhadap proses persalinan... waduh,, kalau tidak bisa karena takut dan tidak tega melihat saya melahirkan, ya.. tidak apa-apa, tapi kalau tidak ingin saya tidak mau karena kan ini anak berdua juga, pasti **sedihkan** apalagi ini anak pertama.. **alhamdulillah suami mendampingi terus,, selalu ada...**" (P6)

"... karena kehamilan pertama dan persalinan pertama jadi dengan sedikitnya pengalaman yang saya ketahui baik itu dari teman maupun keluarga itu masih membuat saya **sangat takut** dalam menghadapi persalinan,, bayakpun bayang-bayang negatif yang membuat saya **takut** dalam menghadapi persalinan.. ya.. benar sih, karna kan dalam tubuh kitakan yang mengatur semuanya otak, jadi misalnya kita **stres**... perasaan ibu jika suami tidak ingin mendampingi ibu terhadap proses persalinan... marah sih,, **sedih juga**,, masa buatnya aja (saja) mau tapi cuma sebatas mendampingi buat mendukung dan mensupport saja dak (tidak) mau.. tapi **alhamdulillah suami mendampingi dan selalu ada...**" (P7)

Adapun kesimpulan yang didapat dari uraian partisipan tersebut, sebagian besar partisipan mengatakan pengaruh stres karena

ada faktor psikologis yaitu stres, dan takut dalam menghadapi persalinan karena partisipan belum memiliki pengalaman dalam melahirkan dan faktor sosial juga mempengaruhi persalinan ibu, karena suport dan dukungan dari orang-orang sekitar kita itu sangat penting dalam persalinan agar persalinan berjalan dengan lancar terutama bagi suami partisipan, jika suami tidak ingin mendampingi selama proses maka sangat berpengaruh dalam kelancaran melahirkan.

### 3. Cara Mengurangi Stres

Pengalaman selanjutnya yang di lihat dari penelitian ini adalah cara mengurangi stres pada ibu primipara. Bagaimana cara suami memberikan dukungan kepada partisipan agar partisipan tidak mengalami stres yang berlebihan dan cara ibu menghindari dan melakukan aktivitas yang menghindari stres.

Cara mengurangi stres dapat melakukan kegiatan yang menyenangkan hati dan menjelang persalinan ibu harus tenang, berfikiran positif, banyak-banyak berdo'a agar saat persalinan mudah dan lancar. Bagaimana cara ibu mengurangi tingkat stres terhadap persalinan?

".....di beri **semangat**.. di peragakan kayaknya,, ayo...ayo... gitu.. haha... kayak yang tadi pertama,, **tenang, nyebut nama allah (menyebut nama allah)**,,

melakukan aktivitas yang membahagiakan.. duduk, **jalan**, mana yang membuat bahagia saja...” (P1)

“...melakukan aktivitas yang membahagiakan.... Ya biasanya **jalan pagi**, mana yang bikin happy aja (saja), ya.....” (P2)

“....ya, di samping terus, di kasih **suport**, eem minum misalnya di kasih minum, makan di suapin... cara menghindari,, ya **mengucap istighfar**, pokoknya ilangkan se (menghilangkan saja) pikiran yang buruk lah yang negatif pokonya yang positif se... seperti misalnya,,, misalnya ado orang bilang melahirkan ko susah melahirkan, perdarahan, pokoknya positif...” (P3)

“... terus di **suport, di semangat**, terus selalu di samping kemana-mana... ya selalu ada, siap siaga... cara menghindarinya ya... ya itu tadi dari awal do'a dulu, harus **tenang** dulu dari awalnya supaya proses persalinannya tidak stres, makan dulu kalau lapar beda lagikan... banyak berdo'a, harus **tenang**, tarik nafas... melakukan aktivitas yang membahagiakan... di pijit,, duduk, **jalan**, mana yang membuat bahagia saja....” (P4)

“...memberikan **semangat**.. banyak berdo'a kayak itu.. bawa berdo'a, **ngucap (mengucap)**.... banyak berdo'a...” (P5)

“...memberikan **semangat, suport**, selalu di samping,, siap siagalah...**harus tenang, ngucap istighfar (mengucap isthfar)**, harus berpikiran positif lah.. bahwa anaknya nanti baik-baik saja...

melakukan aktivitas yang membahagiakan... **jalan**,, miring kiri,, mana yang membuat nyaman saja...” (P6)

“...memberikan **semangat, suport**,, memberikan pujian yang membuat saya **tenang**... berdo'a dulu, **mengucap isthghfar**... melakukan aktivitas yang membahagiakan... **jalan**, melakukan kegiatan yang menyenangkan....” (P7)

Adapun kesimpulan yang didapat dari uraian partisipan tersebut, sebagian besar partisipan mengatakan cara mengurangi stres karena ada dukungan yaitu faktor sosial seperti orang-orang yang disekeliling kita memberikan dukungan, suami mendampingi saat proses persalinan yang memberikan dukungan, semangat, dan berpikiran positif, dan aktivitas yaitu ada rileksasi seperti memberikan ketenangan dan spiritual seperti berdo'a, menyebut nama allah, mengucap istighfar, melakukan kegiatan yang membahagiakan, sebelum melahirkan melakukan aktivitas seperti jalan agar proses persalinan berjalan dengan lancar dan stres yang di rasakan partisipan juga berkurang ketika partisipan melakukan aktivitas yang membuat partisipan bahagia.

Bagaimana cara petugas melakukan pertolongan persalinan pada ibu primipara yang stres dalam proses persalinan?

“.... ya,,, sebagai petugas harus **menenangkan,,,** mensupport, memberikan semangat pada pasien dan memberikan dukungan positif, dan menolong **sesuai prosedur standar,,** jadikan, kalau kita menolongnya dengan tenang, pastikan ibunya bisa tenang, dan stres yang di rasakan ibu berkurang...” (B1)

“... jadi sebagai petugas harus memberikan pelayanan dan pertolongan yang nyaman, **tenang,** dukungan, **sesuai prosedur standar** dan memberikan *hypnotherapy* agar ibu merasa lebih rileks..” (B2)

Adapun kesimpulan yang didapat dari uraian partisipan tersebut, bahwa petugas yang memberikan penolongan dengan tenang dan rilek sesuai prosedur akan memperlancar persalinan bagi setiap ibu yang mau melahirkan, begitupun sebaliknya.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diketahui tentang penyebab stres saat proses persalinan sebagian besar partisipan mengatakan bahwa penyebab stres yang di alami yaitu faktor internal dan eksternal karena takut rasanya mau melahirkan, takut di infus, takut tidak bisa melahirkan normal, sakit di jahit, sakit karna belum pernah mengalami melahirkan, sakit yang berjam-jam menjelang persalinan, dan cemas karena mendapat informasi cerita dari orang-orang, ditambah karena biaya juga bisa sres. Pada setiap partisipan mempunyai tingkat stres yang berbeda-

beda, pada partisipan yang mengalami stres rendah yaitu partisipan ke 4 dengan score 6, stres sedang yaitu partisipan ke 1, 2, 5, 6, dan 7 dengan score 8-12, dan stres tinggi yaitu partisipan ke 3 dengan score 16.

Menurut teori Megasari et al, (2015) Salah satu penyebab stres yaitu faktor internal (pada diri sendiri) dan eksternal (ekonomi). Pemicu stress yang berasal dari luar bentuknya sangat bervariasi, misalnya masalah ekonomi, konflik keluarga, pertengkaran dengan suami, tekanan dari lingkungan (respon negative).

Menurut penelitian Paarlberg, K. M, dan Vingerhoets, Ad. (2006) dengan judul *Maternal Stress and Labor*. Distress ibu atau kecemasan ibu sebagai reaksi terhadap stressor mungkin dapat memicu timbulnya persalinan (aterm atau prematur), dan dapat menyebabkan persalinan yang tidak normal

Sejalan dengan penelitian Menurut Jatnika et al (2016), yang berjudul pengaruh prenatal Yoga Terhadap tingkat Stres Pada ibu Primigravida Trimester III. Stres kehamilan adalah salah satu fenomena yang dialami setiap ibu khususnya ibu yang hamil pertama kali dan belum ada pengalaman yang dapat memicu pikiran-pikiran buruk menimpa dirinya. Faktor Psikologis yang terjadi pada ibu hamil tersebut dipengaruhi baik faktor internal dan eksternal.

Menurut asumsi peneliti partisipan dominan merasakan rasa cemas, takut di

infus, takut tidak bisa melahirkan normal, sakit sakit di jahit, sakit karna belum pernah mengalami melahirkan, sakit yang berjam-jam menjelang persalinan, dan cemas karena mendapat informasi cerita dari orang-orang, ditambah karena biaya juga bisa sres. Maka dari itu untuk kedepannya ibu hamil harus sering melakukan kunjungan pada pelayanan kesehatan, agar mengetahui perkembangan janin yang dikandung dan untuk petugas sebaiknya menyarankan kepada ibu-ibu hamil apalagi menjelang persalinan, sebaiknya sering melakukan kunjungan ulang.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui tentang yang mempengaruhi stres terjadi pada persaliann yaitu peran baik faktor sosial dan faktor psikologis karena takut si bayi kenapa-kenapa karena bayinya terlalu lama, takut dalam menghadapi persalinan, stres bisa menghambat persalinan, stres bisa menghambat persalinan, karena bayinya stres jika ibunya stres dan tidak mau keluar-keluar juga bisa stres, dan saat mendampingi proses persalinan dari 7 partisipan 6 diantaranya di dampingi suami saat proses persalinan dan 1 tidak di dampingi saat proses persalinan. Pada setiap partisipan mempunyai tingkat stres yang berbeda-beda, partisipan yang mengalami stres rendah yaitu partisipan ke 1, 2 dan 4 dengan score 4-6, stres yang sedang yaitu partisipan ke 3, 5, 6 dan 7 dengan score 8.

Menurut teori yang di paparkan menurut Hawari, (2008). Pengaruh stress terhadap kesehatan menunjukkan adanya perbedaan bagi setiap orang. Hal ini karena tantangan, faktor pengaruh,

fase kehidupan maupun ketahanan mental dari setiap orang juga berbeda. Rasa takut dan stres yang paling sering dialami pada saat hendak bersalin semua adalah kekuatan yang tidak diketahui, karena kita sendiri tidak tahu apa yang akan terjadi pada saat proses persalinan nanti. Yang sering kita dengar bahwa bersalin adalah suatu peristiwa yang mengerikan dan menakutkan.

Menurut penelitian Paarlberg, K. M, dan Vingerhoets, Ad. (2006). Sekresi banyak hormon yang berpartisipasi dalam inisiasi persalinan dapat dipengaruhi oleh rangsangan stres. Misalnya, rahim wanita yang melahirkan preterm tampaknya lebih sensitif terhadap oksitosin selama kehamilan dibandingkan dengan wanita yang melahirkan pada saat aterm.

Sejalan dengan penelitian Rahawati, (2018). Didapatkan hasil wawancara pada ibu yang pernah menjalani persalinan bahwa proses persalinan merupakan proses yang mencemaskan dan menakutkan, apalagi ketika proses persalinan tidak ada pendamping suami, keinginan istri yang menginginkan suami yang yang mendampingi saat proses persalinan untuk memberikan semangat, perasaan ibu bertambah stres ketika suami tidak ingin mendampingi selama persalinan.

Menurut asumsi peneliti patisipan dominan rasa cemas dan takut si bayi kenapa-kenapa karena bayinya terlalu lama saat proses persalinan berjalan sangat mempengaruhi persalinan, ibu yang tingkat stresnya berlebihan akan

menghambat persalinan ditambah 1 dari 7 partisipan tidak di dampingi suami. Maka dari itu untuk kedepannya agar persalinan berjalan dengan lancar ibu harus diberi semangat, baik itu dari tenaga kesehatan maupun dari suami dan keluarga, agar stres yang di rasakan ibu berkurang dan tidak berdampak buruk pada ibu dan janin, karna peran di dalam persalinan juga sangat penting baik itu dari petugas, suami, keluarga dan dari diri sendiri.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa cara mengurangi tingkat stres bisa dengan dukungan dan aktivitas yang menyenangkan hati ibu, suami memberikan dukungan, semangat, suport dan selalu ada di samping sang istri yang siap siaga dan memberikan perhatian kepada ibu agar ibu bisa tenang, rileks dalam menghadapi persalinan, tenang, menyebut nama Allah dan berpikiran positif jalan, duduk, berdiri, dan yang bisa membuat ibu senang, agar ketakutan pada saat persalinan berkurang. Pada setiap partisipan mempunyai tingkat stres yang berbeda-beda, partisipan yang mengalami stres rendah yaitu partisipan ke 2, 3, 4, dan 5 dengan score 4-6, dan partisipan yang mengalami stres sedang 1, 6 dan 7 dengan score 8.

Menurut Megasari et al, (2015), Memberikan dukungan berbentuk perhatian, pengertian, kasih sayang pada wanita dari ibu, terutama dari suami, anak jika sudah punya anak dan keluarga-keluarga lainnya serta kerabat-kerabat akan mengurangi tingkat stres.

Menurut penelitian Sauls, 2017. Hasil penelitian menunjukkan hubungan antara dukungan tenaga kerja dan peningkatan hasil kelahiran, manfaat psikologis bagi wanita, dan peningkatan kesejahteraan janin.

Sejalan dengan penelitian Anggraeni, et al 2014. Menurut pendapat peneliti hasil ini membuktikan bahwa sebagian besar suami peduli terhadap persalinan yang akan dihadapi oleh istrinya sehingga membuat seorang suami mau memberikan dukungan yang besar dengan cara mendampingi istri saat bersalin. Dukungan dari suami dapat ditunjukkan dengan berbagai cara seperti memberikan ketenangan pada istri, memberikan sentuhan dan mengungkapkan kata-kata yang dapat memacu motivasi istri (Jhaquin, 2010).

Menurut asumsi peneliti dukungan suami sangat di perlukan dalam proses persalinan, karena adanya suami di samping ibu selama proses persalinan akan mengurangi tingkat stres yang terjadi pada ibu, memberikan ketenangan dan ibu merasa lebih nyaman di dampingi suami selama proses persalinan berjalan dengan lancar. Maka dari itu untuk kedepannya petugas di sarankan untuk melakukan pertolongan secara hypnotherapy agar ibu menjadi rileks dan persalinan berjalan dengan lancar.

## **KESIMPULAN**

Terdapat beberapa kategori yaitu: (1) penyebab stres, (2) pengaruh stres, (3) cara mengurangi stres. Disarankan petugas sebagai pendidik untuk pasien

dengan stres menghadapi proses persalinan menerapkan pengetahuan mereka dalam melakukan asuhan dengan pertolongan secara hypnotherapy, melibatkan pasien dan melatih mereka dalam mengurangi stres selama proses persalinan dengan cara mengedukasi dan memberi informasi kepada partisipan tentang pentingnya menghindari penyebab terjadinya stresor terhadap proses persalinan. Keluarga partisipan (suami atau pasangan) pasien harus memberikan dukungan pada ibu hamil.

### UCAPAN TERIMKASIH

Ucapan terima kasih tidak lupa peneliti ucapkan kepada Universitas Fort De Kock yang telah membantu dan memfasilitasi peneliti sehingga penelitian ini berjalan dengan baik dan lancar. Selanjutnya kepada seluruh partisipan yang telah berpartisipasi dan bersedia menjadi subjek penelitian.

### REFERENSI

- Afiyanti, Y. & Rachmawati, N. I. (2014). *Metodologi Penelitian Kualitatif Dalam Riset Keperawatan*, edisi 1. Jakarta: Rajawali Pers
- Anggraeni, D, S. Et al. (2014). *Pengaruh dukungan suami dalam proses persalinan dengan nyeri persalinan di RSIA Bunda Arif Purwokerto*. 2 Petugas Prada : Jurnal Ilmiah Kepetugasan. Vol. 5 No. 1 Edisi Juni 2014. Hlm. 1-12
- Aprilia, Yesie. (2010). *Hipnotetri: Rileks, Nyaman, Dan Aman Saat Hamil & Melahirkan*. Jakarta: Gagas Media.
- Basowi & Suwandi. (2008). *Memahami Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rineck Cipta.
- Creswell, J. (2007). *Qualitative Inquiry & Research Design: Choosing Among Five Approaches*. 2nd Edition. California: SAGE Publications, Inc.
- Creswell, W. John. (2013). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Depkes RI. (2014). *Angka Kematian Ibu Di Dunia*. *Wartakesehatan.com* (di unduh 02 Februari 2019).
- Dharma, Kusuma Kelana. (2011). *Metodologi Penelitian Keperawatan : Panduan Melaksanakan dan Menetapkan Hasil Penelitian*. Jakarta: Trans Info Media.
- Dinas Kesehatan Kota Bukittinggi. (2017). *Rekapan Laporan ANC*. Bukittinggi.
- Dinas Kesehatan Kota Bukittinggi. (2017). *Rencana Strategis (Resta) Dinas Kesehatan Kota Bukittinggi Tahun 2016-2021*. Bukittinggi.
- Dinas Kesehatan Kota Bukittinggi. (2018). *Rekapan Laporan ANC*. Bukittinggi.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sumatra Barat (2017). *Profil Kesehatan Tahun 2017*. Padang.
- Fimela. (2016). *Moms, Waspadai 7 Penyebab Kelahiran Prematur Ini*. <https://www.fimela.com/parenting/read/3763284/moms-waspada-7-penyebab-kelahiran-prematur-ini> (di unduh 06 Februari 2019).
- Fontein, Y, J. (2016). *Maternal Distress- Every Unhappy Woman Is*

- Unhappy In Her Own Way*. DOI:10.16966/jpmh.106.
- Hawari D. (2008). *Manajemen Stres Cemas Dan Depresi*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Infodatin, (2014). *Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI*. Jakarta.
- Izzah Lailatul. (2015). *Proposal Penelitian "Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Stres Ibu Hamil Menjelang Kelahiran Pertama"*.
- Janiwarty & Pieter (2013). *Pendidikan Psikologis Untuk Petugas–Suatu Teori dan Terapannya*. Yogyakarta: Andi Yogyakarta.
- Jannah, N. (2012). *Buku Ajaran Asuhan KEPETUGASAN-KEHAMILAN*. Yogyakarta: C.V Andi Offset.
- Jatnika, et al. (2016). *Pengaruh Prenatal Yoga Terhadap Tingkat Stres Pada Ibu Primigravida Trimester III*. Jurnal kedokteran dan kesehatan, Volume 3, Oktober 2016: 139-145.
- Kementerian Kesehatan RI. (2017). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2017*. Jakarta.
- Legawati. (2018). *Asuhan Persalinan & Bayi Baru Lahir*. Malang: Wineka Media.
- Liputan6. (2010). *Stres Pada Wanita Hamil*. Jakarta. <https://www.liputan6.com/health/read/287626/stress-pada-wanita-hamil> (di unduh 07 januari 2019).
- Losyk, B. (2007). *Kendalikan Stres Anda!*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Megasari, M, et al. (2015). *Panduan Belajar Asuhan KEPETUGASAN I*. Yogyakarta: Deepublish.
- Mezy, Bunda. (2016). *Manajemen Emosi Ibu Hamil*. Yogyakarta: Saufa.
- Moleong, Lexy J. (2012). *Metode Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Nurmayanti et al. (2017). *Effects Of Maternal Nutrition Status, Maternal Education, Maternal Stress, and Family Income on Birthweight and Body Length at Birth in Klaten, Central Java*. e-ISSN: 2549-0257 (online).
- Paarlberg, K. M, dan Vingerhoets, Ad. (2006). *Maternal Stress and Labor*. DOI : 10.3109/9781439814697-207.
- Pais, Maria (2018). *Stress Among Pregnant Women : A Systematic Review*. DOI:10.7860/JCDR/2018/30774.11561.
- Poerwandari, E. Kristi. (2009). *Pendekatan Kualitatif*. Cetakan ketiga. Depok: Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologis Fakultas Psikologi UI.
- Purwiyati, S. (2017). *Makalah Lima Benang Merah Dalam Asuhan Persalinan Dan Kelahiran Bayi*. Politeknik Kesehatan Surakarta.
- Puspa, R. (2014). *Bahagia Ketika Ikhlas*. Jakarta: PT Gramedia.
- Rahmatullah, I. (2016). *9 Bulan Dibuat Penuh Cinta Dibuahi Penuh Harapan Menjalani Kehamilan & Persalinan Sehat*. Jakarta: Gramedia Pustaka.
- Rapiun Hardiyanti, A. (2016). *Hubungan Pengetahuan tentang Perubahan Fisiologis Kehamilan dengan*

- Kecemasan Ibu Primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Abeli Kota Kendari Tahun 2016.*
- Rukiyah et al. (2013). *Asuhan Keperawatan 1 (Kehamilan)-Revisi*. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Saam, Z dan Wahyuni. (2012). *Psikologis Keperawatan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Saryono & Anggraeni, M. D. (2010). *Metodologi Penelitian Kualitatif Dalam Petugas Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Setiawan, L. (2016). *Mutiara Belajar*. Jakarta: Media Maxima.
- Speziale H.J. S. & Carpenter D.R. (2007). *Qualitatif Research In Nursing : Advancing The Humanistic Imperative Fifth Edition*, Kluwer Health Lippincott Williams & Wilkins. Philadelphia.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Susilo, H. W, et al. (2010). *Riset Kualitatif & Aplikasi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Trans Info Media.
- Sauls, D. (2017). *Effects Of Labor Support On Mothers, Babies, And Birth Outcomes*. 10.1177/0884217502239209.
- Walyani. (2015). *Asuhan Keperawatan Pada Kehamilan*. Yogyakarta: Pustakabarupress.
- Widhiastuti, et al. (2016). *Studi Fenomenologi Pengalaman Ibu Hamil Primipara Pada Operasi Caesar Darurat Di Yogyakarta*. Berita Kedokteran Masyarakat, Volume 32 No. 1 Tahun 2016.
- Wojnar, D. M., & Swanson, J. M. (2007). *Phenomenology: An Explorating. Journal of holistik nursing*.