

## GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG PERUBAHAN PSIKOLOGIS MASA KEHAMILAN

### Ilustri

Program Studi Kebidanan, STIK Bina Husada Palembang

*illustri89@gmail.com*

### ABSTRAK

**Latar belakang:** Masa kehamilan akan terjadi berbagai perubahan pada ibu, baik secara fisiologis maupun psikologis. Perubahan tersebut sebagian besar adalah karena pengaruh hormon. Pengaruh perubahan hormon yang berlangsung selama kehamilan juga berperan dalam perubahan emosi, membuat perasaan jadi tidak menentu, konsentrasi berkurang dan sering pusing. Hal ini menyebabkan ibu merasa tidak nyaman selama kehamilan dan memicu timbulnya stress. **Tujuan:** untuk mengetahui Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perubahan Psikologis Kehamilan di BPM Fauziah Hatta Palembang. **Metode:** Penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perubahan Psikologis Kehamilan. Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan di BPM Fauziah Hatta Palembang. Sampel dalam penelitian ini adalah keseluruhan ibu hamil yang datang memeriksakan kehamilan di bidan praktek mandiri (BPM) Fauziah Hatta yaitu didapatkan 32 orang. **Hasil:** hasil univariat didapatkan distribusi frekuensi Pendidikan 68,8% ibu hamil berpendidikan SMA, distribusi frekuensi Paritas 87,5% ibu hamil memiliki jumlah anak lebih dari tiga atau disebut juga grandemultipara, distribusi frekuensi pengetahuan ibu hamil pada trimester I 59,3% ibu memiliki pengetahuan rendah, distribusi frekuensi pengetahuan ibu hamil pada trimester II 53,1% berpengetahuan tinggi, distribusi frekuensi pengetahuan ibu hamil pada trimester III yaitu 53,1% berpengetahuan rendah. **Saran:** tenaga kesehatan diharapkan memberikan konseling atau leaflet kepada ibu hamil agar dapat menambahkan wawasan atau pengetahuan ibu hamil selama masa kehamilan.

**Kata kunci:** Pengetahuan, Ibu hamil, Perubahan Psikologis

### ABSTRACT

**Background:** Pregnancy will occur in various changes to the mother, both physiologically and psychologically. Most of these changes are due to the influence of hormones. The effect of hormonal changes that take place during pregnancy also plays a role in emotional changes, making feelings become erratic, concentration decreases and often dizzy. This causes the mother to feel uncomfortable during pregnancy and trigger stress. **Objective:** to find out the description of the level of knowledge of pregnant women about psychological changes in pregnancy at BPM Fauziah Hatta Palembang. **Method:** This study is a descriptive study that aims to determine the description of the level of knowledge of pregnant women about psychological changes in pregnancy. The population in this study were all pregnant women who underwent antenatal care at BPM Fauziah Hatta Palembang. The sample in this study was all pregnant women who came to have a pregnancy check up at the Fauziah Hatta independent practice midwife (BPM), which was 32 people. **Results:** Univariate results obtained Education frequency distribution 68.8% of pregnant women with high school education, frequency distribution Parity 87.5% of pregnant women have more than three children or also called grandemultipara, frequency distribution of knowledge of pregnant women in the first trimester 59.3% mothers have low knowledge, frequency distribution of knowledge of pregnant women in the second trimester 53.1% are knowledgeable, frequency distribution of knowledge of pregnant women in the third trimester is 53.1% low knowledgeable. **Suggestion:** health workers are expected to provide counseling or leaflet to pregnant women in order to add insight or knowledge of pregnant women during pregnancy.

**Keywords:** Knowledge, pregnant women, psychological changes

## PENDAHULUAN

Kehamilan adalah proses yang normal dan alamiah mulai dari konsepsi sampai bayi lahir (Prawirohardjo, 2008). Periode kehamilan dihitung sejak hari pertama haid terakhir (HPHT) sampai persalinan (Varney Helen, 2006). Kehamilan berarti dimulainya kehidupan berdua dimana ibu mempunyai tugas penting untuk memelihara janinnya sampai cukup bulan dan menghadapi proses persalinan (Manuaba, dkk. 2007).

Selama periode kehamilan, banyak perubahan diri yang dialami seperti perubahan fisik, psikologis, gambaran diri, dan perubahan gaya hidup. Banyak faktor yang mempengaruhi kehamilan, dari dalam maupun luar yang dapat menimbulkan masalah, terutama bagi yang pertama kali hamil. Upaya pemeliharaan kesehatan kehamilan tidak semata-mata ditujukan pada aspek fisik saja, tapi aspek psikososial juga perlu diperhatikan (Wijaya, 2004).

Masa kehamilan akan terjadi berbagai perubahan pada ibu, baik secara fisiologis maupun psikologis. Perubahan tersebut sebagian besar adalah karena pengaruh hormone. Hal ini menyebabkan ibu merasa tidak nyaman selama kehamilan dan memicu timbulnya stress yang di tandainya ibu sering merasa murung dan mencul rasa takut dan cemas.

Pengaruh perubahan hormon yang berlangsung selama kehamilan juga berperan dalam perubahan emosi, membuat perasaan jadi tidak menentu, konsentrasi berkurang dan sering pusing. Hal ini menyebabkan ibu merasa tidak nyaman selama kehamilan dan memicu timbulnya stress yang di tandainya ibu sering murung. Gangguan emosi baik berupa stress atau depresi yang di alami pada kehamilan akan berpengaruh pada janin, karena pada saat itu janin sedang dalam masa pembentukan, akan mengakibatkan pertumbuhan bayi terhambat atau BBLR. . (Lisa R & Mahdalena, P.N., 2017).

Para ahli membagi bentuk kecemasan dalam dua tingkat, yaitu : 1) tingkat psikologis; yaitu kecemasan yang berwujud sebagai gejala-gejala kejiwaan, seperti tegang, khawatir, bingung, susah konsentrasi, perasaan tidak menentu dan sebagainya, 2) tingkat fisiologis ; yaitu kecemasan yang telah mempengaruhi atau terwujud pada gejala-gejala fisik, terutama pada sistem syaraf, seperti perut mual, susah tidur, gemetar, jantung berdebar-debar, dan sebagainya. (Batara, 2010).

Perubahan psikis pada trimester pertama, biasanya seorang ibu mudah mengalami depresi, timbul rasa kecewa, cemas, penolakan terhadap kehamilannya, dan rasa sedih atas perubahan-perubahan

yang dialami selama masa kehamilan. Pada trimester kedua keadaan psikologis ibu nampak lebih tenang dan mulai dapat beradaptasi terhadap perubahan-perubahan yang menyertai pada masa kehamilan. Pada trimester ketiga, perubahan psikologis ibu tampak lebih kompleks dan meningkat kembali dibanding keadaan psikologis pada trimester sebelumnya, hal ini diakibatkan ibu semakin menyadari adanya janin dalam rahimnya yang semakin lama semakin membesar dan sejumlah ketakutan mulai bertambah, ibu semakin merasa cemas dengan kehidupan bayi dan keadaan bayi serta keadaan ibu sendiri (Janiwarty, 2013).

Berdasarkan hasil data WHO, terdapat 352 orang dari 2,321 ibu hamil primigravida yang mengeluh rasa takut 36%, cemas 42%, tidak percaya diri 22% pada saat kehamilan. Data ini juga didukung oleh hasil Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI), terdapat 50 orang dari 850 ibu hamil primigravida yang mengeluh stress 20%, cemas 35% dan takut 45% pada kehamilan (Lisa R & Mahdalena, P.N., 2017).

Sedangkan menurut Depkes terdapat 25 orang dari 100 ibu hamil yang mengeluh cemas 70%, takut 25%, dan stres 5%. Salah satu hal yang dapat dilakukan agar ibu memahami perubahan psikologis yang terjadi yaitu dengan cara

pemeriksaan antenatal care (Prawiroharjo, 2008).

Asuhan antenatal care terdapat aspek fisik, spiritual, sosial dan psikologis. Sasaran utamanya tidak hanya memastikan kesehatan ibu dan bayi baik sampai akhir kehamilan. Namun lebih perlu diberikan pada efek psikologis kelahiran anak. Diharapkan asuhan antenatal dapat meminimalkan setiap aspek yang membahayakan perempuan hamil dan bayinya baik fisik maupun psikologis (Arsinah dkk, 2010).

Adapun dampak psikologis pada ibu hamil diantaranya sensitif, cenderung malas, minta perhatian lebih, gampang cemburu, dan ansietas (kecemasan). Wanita hamil akan lebih terbuka terhadap dirinya sendiri dan suka berbagi pengalaman kepada orang lain. Ibu hamil akan merenungkan segala impiannya, angan-anganya, fantasinya terhadap objek-objek, peristiwa, atau konsep abstrak, seperti kematian, kehidupan, keberhasilan dan kebahagiaan selama hamil.

Hasil Penelitian Handayani (2015) di wilayah kerja puskesmas lubuk buaya kota padang mengatakan bahwa tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dikelompokkan menjadi tiga yaitu tingkat kecemasan ringan 10,9%, tingkat kecemasan sedang 70,3%, dan kecemasan berat 18,8%. Pada trimester III, kecemasan

menjelang persalinan tidak dapat dihindari mulai dari pertanyaan dan bayangan yang akan dihadapi saat proses persalinan yang melelahkan dan menyakitkan (Riksani, 2013).

Sedangkan hasil penelitian Evi R & Gita A.A (2018) di Rumah Bersalin dan Klinik Delta Mutiara Sidoarjo menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil memiliki hubungan yang sangat signifikan antara usia ibu, paritas, berpendidikan, dan dukungan keluarga dengan kecemasan ibu hamil trimester III. Dimana didapatkan hasil penelitian menunjukkan usia ibu tidak beresiko, paritas multigravida, pendidikan menengah, mendapat dukungan keluarga, dan tidak mengalami kecemasan.

Hasil survei awal yang telah peneliti lakukan di Bidan Praktek Mandiri Fauziah Hatta, diketahui bahwa dari 15 ibu yang di wawancara terdapat sebanyak 8 orang yang tidak mengetahui perubahan psikologis selama kehamilan dan ibu mengeluh tidak percaya diri terhadap perubahan pada tubuhnya. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka penelitian tertarik melakukan penelitian mengenai Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perubahan Psikologis pada Kehamilan Trimester I, Trimester II, Trimester III, dan Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Dampak Perubahan Psikologis Masa

Kehamilan Pada BPM (Bidan Praktek Mandiri).

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perubahan Psikologis Kehamilan. Lokasi penelitian Penelitian dilakukan di Bidan Praktek Mandiri (BPM) Fauziah Hatta Palembang. Waktu penelitian yaitu selama April – Agustus 2018.

Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan di BPM Fauziah Hatta Palembang. Sampel dalam penelitian ini adalah keseluruhan ibu hamil yang datang memeriksakan kehamilan di bidan praktek mandiri (BPM) Fauziah Hatta yang memenuhi kriteria yaitu didapatkan sebanyak 32 orang. Pengambilan sample dilakukan dengan teknik non probability sampling yaitu dengan cara accidental sampling dengan menggunakan kuesioner.

Karena Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perubahan Psikologis Kehamilan. Oleh karena itu, metode analisis data yang akan digunakan adalah univariat melalui bantuan program aplikasi Komputer.

## HASIL PENELITIAN

Analisis univariat menjelaskan atau mendeskripsikan mengenai data penelitian berupa pendidikan dan paritas ibu serta menjelaskan variabel independen yaitu pengetahuan ibu hamil tentang psikologis

masa kehamilan. Masa kehamilan disini dibagi menjadi tiga yaitu trimester I, trimester II, dan trimester III. Dapat dilihat pada tabel 1 sebagai berikut.

Tabel 1.  
Distribusi Frekuensi Pendidikan, Paritas, Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil tentang Perubahan Psikologis pada Trimester I, Trimester II, Trimester III.

No	Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Pendidikan		
-	SMP	3	9,4
-	SMA	22	68,6
-	DIII/S1	7	21,9
	Jumlah	32	100
2.	Paritas		
-	Primipara	10	31,5
-	Multipara	10	31,5
-	Grandemultipara	12	37,5
	Jumlah	32	100
3.	Pengetahuan ibu hamil tentang perubahan Psikologis pada Trimester I		
-	Tinggi	13	40,6
-	Rendah	19	59,3
	Jumlah	32	100
4.	Pengetahuan ibu hamil tentang perubahan Psikologis pada Trimester II		
-	Tinggi	17	53,1
-	Rendah	15	46,9
	Jumlah	32	100
5.	Pengetahuan ibu hamil tentang perubahan Psikologis pada Trimester III		
-	Tinggi	17	53,1
-	Rendah	15	46,9
	Jumlah	32	100

Berdasarkan tabel I diatas diperoleh distribusi frekuensi dari 32 responden, responden yang berpendidikan dibagi menjadi tiga kategori dimana didapatkan sebanyak 3 orang ibu hamil (9,4%) yang berpendidikan SMP , 22 orang ibu hamil (68,8%) yang berpendidikan SMA, serta sebanyak 7 orang ibu hamil (21,9%) yang berpendidikan S1.

Sedangkan responden berdasarkan Paritas didapatkan 10 orang ibu hamil (31,5%) yang memiliki jumlah anak satu atau disebut juga kategorik primipara, terdapat 10 orang ibu hamil (31,5%) ibu hamil yang memiliki jumlah anak dua sampai tiga anak atau disebut juga kategorik multipara serta terdapat sebanyak 12 orang ibu hamil (87,5%) ibu hamil yang memiliki jumlah anak lebih dari tiga atau disebut juga kategorik Grandemultipara.

Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan ibu hamil tentang perubahan Psikologis pada Trimester I didapatkan 13 orang ibu hamil (40,6%) yang memiliki pengetahuan tinggi tentang perubahan psikologis pada trimester I dan sebanyak 19 orang ibu hamil (59,3%) yang memiliki pengetahuan rendah tentang perubahan psikologis pada trimester I.

Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan ibu hamil tentang perubahan Psikologis pada Trimester II didapatkan sebanyak 15 orang ibu hamil (46,9%) yang

memiliki pengetahuan rendah tentang perubahan psikologis pada trimester II dan sebanyak 17 orang ibu hamil (53,1%) yang memiliki pengetahuan tinggi tentang perubahan psikologis pada trimester II.

Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan ibu hamil tentang perubahan Psikologis pada Trimester III didapatkan sebanyak 15 orang ibu hamil (46,9%) yang memiliki pengetahuan tinggi tentang perubahan psikologis pada trimester III dan ada sebanyak 17 orang ibu hamil (53,1%) yang memiliki pengetahuan rendah tentang perubahan psikologis pada trimester III.

## **PEMBAHASAN**

### **Pendidikan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada sebanyak 32 orang ibu hamil yang dijadikan subjek penelitian, terdapat 3 orang ibu hamil (9,4%) yang berpendidikan SMP dan 22 orang ibu hamil (68,8%) yang berpendidikan SMA, serta sebanyak 7 orang ibu hamil (21,9%) yang berpendidikan S1. Hasil penelitian Evi R & Gita A.A (2018) menunjukkan sebagian besar ibu hamil (80,4%) memiliki status pendidikan dasar dan menengah (SD-SMP-SMA). Menurut Rumondang M.M (2015) pendidikan yang paling banyak adalah lulusan SMA sebanyak 14 responden (41,1%) dan paling sedikit lulusan DIII yaitu sebanyak 4 responden (11,8).

Hal ini senada dengan yang diungkapkan oleh Hawari (2016), bahwa tingkat pendidikan seseorang atau individu akan berpengaruh terhadap proses dan kemampuan berfikir sehingga mampu menangkap informasi baru.

Hal ini menunjukkan bahwa tingkat pendidikan seseorang turut menentukan mudah tidaknya menyerap dan memahami pengetahuan tentang perubahan psikologis yang mereka alami sehingga dapat mengurangi beban pikiran ibu selama masa kehamilan. Semakin tinggi pendidikan seseorang, maka akan semakin berkualitas pengetahuannya dan semakin matang intelektualnya.

Maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa sebagian ibu hamil berpendidikan SMA, dimana untuk kategori pendidikan sudah cukup tinggi dalam hal kemampuan untuk menerima dan mencari informasi tentang perubahan psikologis yang akan terjadi selama masa kehamilan.

### **Paritas**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada sebanyak 32 orang ibu hamil yang dijadikan subjek penelitian, dimana terdapat 10 orang ibu hamil (31,5%) yang memiliki jumlah anak satu atau disebut primipara, dan terdapat 10 orang ibu hamil (31,5%) yang memiliki jumlah anak dua sampai tiga anak atau disebut multipara

serta terdapat sebanyak 12 orang ibu hamil (87,5%) yang memiliki jumlah anak lebih dari tiga atau disebut Grandemultipara.

Hasil penelitian Evi R & Gita A.A (2018) menunjukkan sebagian besar ibu hamil (69,6%) dengan paritas multigravida, sedangkan sisanya 30,4% paritas primigravida. Paritas seorang wanita dapat mempengaruhi kesehatan psikologis ibu hamil, terutama pada ibu hamil trimester III yang akan menghadapi proses persalinan.

Sedangkan menurut Rumondang M.M (2015) paritas ibu yang paling banyak adalah responden dengan kehamilan kedua sebanyak 19 (55,8%) dan paritas ibu paling sedikit adalah kehamilan lebih dari lima sebanyak 1 orang (3,0%).

Ibu hamil dengan paritas primipara masih belum memiliki bayangan mengenai apa yang terjadi saat persalinan dan sering dijumpai ibu hamil merasa ketakutan karena sering mendengarkan cerita mengenai apa yang akan terjadi saat usi kehamilan semakin bertambah mendekati waktu persalinan dengan terbayang proses persalinan yang menakutkan (Mezy, 2016). Sedangkan grandemultipara mayoritas sudah memiliki gambaran mengenai kehamilan dan proses persalinan dari kehamilan sebelumnya. Sehingga saat hamil cenderung lebih mempersiapkan mentas dan psikologis (Goetzl, 2013).

Maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa ibu grandemultipara cenderung lebih siap baik secara mental dan psikologis terhadap proses persalinan, dikarenakan ibu sudah memiliki pengalaman tentang proses persalinan.

### **Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil tentang Perubahan Psikologis pada Trimester I**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada sebanyak 32 orang ibu hamil yang dijadikan subjek penelitian, dimana terdapat 13 orang ibu hamil (40,6%) yang memiliki pengetahuan tinggi tentang perubahan psikologis pada trimester I dan ada sebanyak 19 orang ibu hamil (59,3%) yang memiliki pengetahuan rendah tentang perubahan psikologis pada trimester I.

Menurut Notoatmodjo (2011), menyatakan bahwa pengetahuan adalah hasil dari tahu yang terjadi setelah proses penginderaan terhadap satu objek tertentu. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rahmawati, L & Ningsih, M.P. (2017) tentang tingkat pengetahuan tentang perubahan psikologis pada kehamilan trimester I didapatkan hasil lebih dari sebagian responden memiliki pengetahuan rendah.

Pada trimester I sering dikatakan sebagai masa penentuan. Penentuan untuk membuktikan bahwa wanita dalam keadaan hamil. Pada saat inilah tugas psikologis pertama sebagai calon ibu untuk

mendapatkan informasi kenyataan akan kehamilannya. Pada trimester I sering kali timbul kecemasan dan rasa kebahagiaan bercampur keraguan dengan kehamilannya antara iya atau tidak, terjadi perubahan emosi sehingga berisiko tinggi terjadinya pertengkaran atau rasa tidak nyaman, adanya perubahan hormonal, dan morning sickness. Diperkirakan ada 80% ibu mengalami perubahan psikologis, seperti rasa kecewa, sikap penolakan, cemas dan rasa sedih (Janiwarty, 2013).

Menurut asumsi peneliti masih banyaknya ditemukan responden yang belum memiliki pemahaman yang baik tentang perubahan psikologis pada trimester pertama. Jika dilihat dari karakteristik responden banyak berusia muda, hal ini menyebabkan pengalaman mereka dalam masa kehamilan di trimester pertama masih terbilang baru sehingga mereka belum memahami betul perubahan yang terjadi memasuki masa kehamilan trimester pertama.

### **Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil tentang Perubahan Psikologis pada Trimester II**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada sebanyak 32 orang ibu hamil yang dijadikan subjek penelitian, dimana terdapat 15 orang ibu hamil (46,9%) yang memiliki pengetahuan rendah tentang perubahan psikologis pada trimester II dan ada sebanyak 17 orang ibu hamil (53,1%)



yang memiliki pengetahuan tinggi tentang perubahan psikologis pada trimester kedua.

Menurut Janiwarty (2013) Trimester kedua sering disebut sebagai periode kesehatan yang baik yakni periode ketika wanita merasa nyaman dan bebas dari segala ketidaknyamanan yang normal dialami saat hamil. Secara umum periode trimester kedua dikelompokkan menjadi dua fase yakni *prequickeckening* (sebelum ada pergerakan janin yang dirasakan ibu) dan *postquickeckening* (setelah ada pergerakan janin yang dirasakan ibu).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rahmawati, L & Ningsih, M.P. (2017) tentang tingkat pengetahuan tentang perubahan psikologis pada kehamilan trimester kedua di dapatkan hasil sebagian responden 63,9% memiliki pengetahuan tinggi. Sebagian responden sudah memiliki pengetahuan tinggi tentang perubahan psikologis pada kehamilan trimester kedua, serta sudah memahami tentang perubahan-perubahan yang terjadi. Jani

Menurut asumsi peneliti banyaknya responden yang telah mengetahui tentang perubahan psikologis pada trimester kedua disebabkan karena mereka telah mendapatkan pengetahuan baru dari berbagai pihak seperti petugas kesehatan, hingga mencari informasi sendiri dari berbagai sumber, sehingga mereka lebih siap dalam memasuki kehamilan di

trimester kedua ini dan mereka telah mengerti tentang perubahan psikologi pada masa kehamilan.

Disamping itu pada kehamilan trimester kedua ini ibu mulai merasakan pergerakan janin yang dikandungnya, sehingga untuk menambah pengetahuan tentang kehamilan menjadi lebih semangat.

### **Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil tentang Perubahan Psikologis pada Trimester III**

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa ada sebanyak 32 orang ibu hamil yang dijadikan subjek penelitian, dimana terdapat 15 orang ibu hamil atau 46,9% ibu hamil yang memiliki pengetahuan tinggi tentang perubahan psikologis pada trimester ketiga dan ada sebanyak 17 orang ibu hamil atau 53,1% ibu hamil yang memiliki pengetahuan rendah tentang perubahan psikologis pada trimester ketiga.

Perubahan psikologis ibu hamil periode trimester ketiga terasa lebih kompleks dan lebih meningkat kembali dari kehamilan trimester sebelumnya. Hal ini dikarenakan kondisi kehamilan yang semakin membesar. Kondisi ini tidak jarang menimbulkan masalah seperti posisi tidur yang kurang nyaman dan mudah terserang rasa lelah atau kehidupan emosi yang fluktuatif. Sejumlah ketakutan terlihat selama trimester ketiga ini. Wanita khawatir terhadap hidupnya dan bayinya,

dia tidak akan tahu kapan dia melahirkan. Ibu lebih sering bermimpi tentang bayinya, atau tentang proses persalinan serta ketakutan akan kehilangan bayinya (Janiwarty, 2013).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rahmawati, L & Ningsih, M.P. (2017) tentang tingkat pengetahuan tentang perubahan psikologis pada kehamilan trimester ketiga didapatkan hasil lebih dari sebagian responden memiliki pengetahuan rendah 66,7% tentang perubahan psikologis trimester III.

Diketahui ternyata masih banyak responden yang belum mengerti bahwa memasuki trimester ketiga mereka akan lebih merasakan perbedaan kondisi psikologis. Menurut asumsi peneliti masih banyaknya ditemukan responden yang belum memiliki pemahaman yang baik tentang perubahan psikologis pada trimester ketiga karena memasuki masa melahirkan sudah dekat maka perubahan psikologis ibu tentu akan berbeda dari sebelumnya sehingga mereka belum siap dengan kondisi yang akan dirasakannya, terlebih lagi pada responden dengan kelahiran anak pertama.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang dilakukan, maka ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Ada sebanyak 22 orang ibu hamil (68,8%) yang berpendidikan SMA. Dapat disimpulkan rata-rata ibu hamil berpendidikan SMA.
2. Ada sebanyak 12 orang ibu hamil (87,5%) yang memiliki jumlah anak lebih dari tiga atau disebut juga Grandemultipara.
3. Ada sebanyak 19 orang ibu hamil (59,3%) yang memiliki pengetahuan rendah tentang perubahan psikologis pada trimester I.
4. Ada sebanyak 17 orang ibu hamil (53,1%) ibu hamil yang memiliki pengetahuan tinggi tentang perubahan psikologis pada trimester II.
5. Ada sebanyak 17 orang ibu hamil (53,1%) ibu hamil yang memiliki pengetahuan rendah tentang perubahan psikologis pada trimester III.

### **Saran :**

Perlunya pemberian konseling kepada ibu hamil yang berpendidikan rendah, paritas grandemultipar, maupun ibu hamil pada trimester pertama, kedua dan ketiga tentang kondisi psikologis maupun fisik ibu hamil selama masa kehamilan. Serta memberikan informasi tentang bagaimana penanganan dan cara mengendalikan perubahan psikologis ibu hamil sehingga dapat mengantisipasi masalah yang akan timbul disetiap trimester selama kehamilan.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Asrinah, Shinta, S.P., Dkk. 2010. *Asuhan Kebidanan Masa Kehamilan*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Barata, P. 2010. *Solusi Cerdas Mengatasi Cemas*. Surabaya : ST Book.
- Goetzl. 2013. *Kehamilan Diatas 35 Tahun Cetakan 1*. Jakarta : Dian Rakyat.
- Handayani, R. 2015. *Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan menjelang persalinan pada ibu primigravida trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang*. Ners Jurnal Keperawatan.
- Hawari. 2016. *Manajemen Stress Cemas Dan Depresi*. Jakarta :FKUI.
- Janiwarty, B & Pieter, H.Z. 2013. *Pendidikan Psikologi untuk Bidan Suatu teori dan Terapannya*. Yogyakarta : Rapha Publishing.
- Manuaba, I.B.G, dkk. 2007. *Pengantar Kuliah Obstetri*. Jakarta : EGC.
- Manuaba, dkk. 2009. *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta : EGC.
- Mezy, B. 2016. *Manajemen Emosi Ibu Hamil*. Yogyakarta : Serambi Semesta.
- Notoatmodjo, S. 2011. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rieneka.
- Prawiroharjo, S. 2008. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : PT. Bina Pustaka.
- Rahmawati, L & Ningsih, M.P. 2017. *Gambara Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perubahan Psikologis Kehamilan di Wilayah Kerja Puskesmas Pariaman*. Jurnal Ilmiah Kebidanan, Vol. 8 No.1 hlm.1-9. Padang : Poltekkes Kemenkes Padang.
- Rinata, E & Andayani, A. 2018. *Karakteristik Ibu dan Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III*. Jurnal Ilmiah Ilmu-ilmu Kesehatan Vol.16 No.1 April 2018. Sidoarjo, Jawa Timur : MEDIASAINS.
- Riksani, R. 2013. *203 Tanya Jawab Seputar Kehamilan cetakan 1*. A. Muhammsd, Adhi & Latif, (ed). Jakarta : Dunia Sehat.
- Rumondang, M.M. 2015. *Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Tentang Kunjungan Kehamilan di Puskesmas Padang*. Medan : STIKes Sumatera Utara.
- Varney, Helen. 2006. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan (Edisi 4)*. Jakarta : EGC.
- Wijaya, Andik. 2004. *55 Masalah Seksual yang ingin anda ketahui tapi "tabu" untuk ditanyakan*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.