Perpustakaan Unika

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kehamilan pertama dalam kehidupan seorang wanita umumnya memberikan arti emosional yang sangat besar bagi setiap wanita. Pengalaman baru ini menimbulkan berbagai perasaan yang bercampur antara bahagia dan penuh harapan dengan kecemasan tentang apa yang akan dialaminya selama kehamilan. Rasa bahagia timbul karena sebagian wanita menganggap kehamilan pertama merupakan suatu kebanggaan sebagai wujud kesempurnaannya, sedangkan kecemasan muncul karena masa panjang saat menanti kelahiran penuh dengan ketidakpastian. Pengalaman baru itu juga mengandung resiko mempertaruhkan jiwa dan raga terutama pada saat proses persalinan (Oswari, 1990, h. 87).

Sherefsky dan Yarrow (dalam Dagun, 1990, h.22) berpendapat bahwa kehamilan menyebabkan sikap individu menjadi lebih sensitif dan cenderung perasa, cemas, takut, gelisah atau kadang-kadang mengalami perubahan perasaan yang mendadak, sebentar senang lalu dengan cepat bisa menjadi marah, kadang-kadang tenggelam dalam perasaan yang mendalam dan sering menangis. Pada usia kehamilan antara tujuh sampai dengan sembilan bulan (trimester ke tiga), menurut Dagun (1990, h.25) berat badan yang meningkat drastis menyebabkan wanita merasa lelah, nafas pendek, susah tidur, dan kaki tangan membengkak. Kondisi psikologis wanitapun menjadi mudah tersinggung serta cemas memikirkan kesehatan janinnya menjelang persalinan. Hal ini didukung pendapat Kartono (1992,h.159) bahwa menjelang

Perpustakaan Unika

persalinan, intensitas emosi akan semakin memuncak dengan adanya kecemasan dan ketakutan akan kesehatan janin dan rasa takut menghadapi kesakitan saat proses persalinan.

Kecemasan adalah hal yang paling sering terjadi pada wanita yang sedang menjalani proses persalinan (Atkinson, 1993, h.221). Kecemasan adalah bentuk psikis yang wajar terjadi pada wanita yang menjalani persalinan, tetapi akan menjadi patologis bila kecemasan itu berlebihan yang secara tidak langsung mempengaruhi kelancaran proses persalian yang sedang terjadi. Timbulnya rasa cemas, khawatir bahkan takut akan mendorong individu untuk melakukan tindakan yang dirasa mampu membantu untuk menghilangkan perasaan tersebut.

Persiapan mental diperlukan bagi calon ibu ketika mereka akan menghadapi persalinan. Kondisi psikis yang kurang siap dapat menimbulkan ketegangan, kecemasan, bahkan ketakutan yang nantinya dapat berpengaruh pada proses persalinan. Sementara itu, persiapan fisik diperlukan karena ketika seorang wanita melahirkan bayinya akan menguras seluruh kemampuan fisiknya. Persiapan di atas sangat diperlukan bagi kondisi ibu untuk persalinan yang normal dan lancar.

Menurut Hambly (1986, h.40-47) individu pencemas akan melihat dirinya kurang kompeten dibanding dengan orang lain, dan ketika ia harus menghadapi situasi konflik ia meragukan kemampuannya. Kecemasan merupakan suatu penyakit mental yang lunak, ditandai oleh wawasan yang keliru mengenai sifat-sifat kekhawatiran yang dialami, konflik-konflik batin dan sebagainya. Hal tersebut dapat menghambat aktivitas sehari-hari.

Perpustakaan Unika

Kecemasan yang dialami menjadi musuh yang penuh konflik dan hambatan, sehingga memungkinkan seseorang mengalami ketidakstabilan emosi.

Di dalam kehidupan sehari-hari emosi memegang peranan sangat besar dan kadang lebih berpengaruh dari pada pikiran, sehingga segala perilaku tidak terkontrol dan sering mendatangkan berbagai permasalahan. Emosi lebih berpengaruh dari pada logika, dan dengan keadaan yang demikian ini memungkinkan emosi menjadi tidak stabil dan terkadang menjadi tidak terkendali. Emosi adalah perasaan yang dialami oleh individu dan hanya dimengerti oleh individu itu sendiri jika yang bersangkutan tidak menunjukan atau mengekspresikan perasaannya pada orang lain (Albin, 1986, h.11). Emosi seperti rasa cemas, kecewa, sedih, sayang, gembira, marah dan cinta yang dialami individu merupakan tanggapan terhadap kejadian-kejadian dalam hidupnya.

Wanita dalam keinginannya mempunyai anak, memiliki impian bahwa anaknya yang lahir mempunyai keadaan fisik dan mental yang normal, persalinannya lancar dan tidak mengalami hambatan yang berarti. Impian tersebut ternyata tidak semuanya dimiliki oleh setiap wanita. Perasaan kecemasan yang dialami kadang menghantui dirinya, sehingga kurang dapat berpikir secara rasional. Beberapa wanita mempunyai bayangan yang buruk tentang persalinan anaknya. Ada di antara mereka yang takut bahwa anak yang lahir nanti akan menderita cacat fisik atau mental. Menjelang tiba persalinan tidak jarang mereka merasa cemas oleh beberapa hal, seperti takut sakit persalinan, khawatir tidak ditunggui oleh suami, meragukan kepiawaian dokter atau ahli yang akan menolong persalinannya, merasa tidak mampu menjadi ibu dan masih banyak lagi kecemasan lainnya. Perasaan kecemasan

Perpustakaan Unika

dan pemikiran yang tidak rasional tersebut menyebabkan emosi wanita cenderung labil sehingga berpengaruh terhadap proses persalinan itu sendiri.

Orang yang matang emosinya cenderung mengarah pada perkembangan emosi yang sudah matang dimana orang tersebut tidak meluapkan emosinya dihadapan orang lain, namun mengungkapkannya dengan cara yang lebih dapat diterima, karena individu menilai situasi secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional (Hurlock, 1993, h.213). Individu yang matang emosinya akan sanggup menghadapi tekanan hidup baik yang ringan maupun yang berat dalam keadaan emosi yang baik (Meichati, 1983,h.8).

Menurut Atkinson, dkk. (1993, h.92) dengan adanya emosi wanita yang matang pada masa kehamilan diharapkan kondisi janin sehat, karena ketegangan emosional yang terus menerus pada wanita yang sedang hamil dapat mengganggu kesehatan fisik janin. Hal ini didukung oleh pendapat Hurlock (1997, h.72) bahwa ketidakstabilan emosi istri pada masa kehamilan dapat mempengaruhi kesehatan janin baik secara fisik maupun mental serta adanya kemungkinan persalinan prematur, kesulitan proses persalinan, dan kematian saat lahir.

Penyesuaian dalam berbagai aspek kehidupan yang harus dialami individu, tanpa disertai kematangan emosi, menyebabkan individu mengalami tekanan mental dan gangguan emosional. Gangguan emosional paling sering dialami wanita selama kehamilan, berupa rasa cemas (Hambly, 1986, h.40-47). Sedangkan Hurlock (1995, h.224) mengatakan bahwa individu yang matang emosinya adalah individu yang dapat menilai situasi secara kritis terlebih dahulu. Dengan begitu kecemasan dalam menghadapi persalinan anak

Perpustakaan Unika

pertama bila didukung dengan kematangan emosi yang baik maka individu tersebut akan dengan mudah mengatasi kecemasannya tanpa ada kesulitan.

Berdasarkan uraian di atas, penulis berpendapat bahwa kematangan emosi wanita pada masa kehamilan sangat penting untuk mengatasi kecemasan menghadapi persalinan anak pertama, oleh karena itu penulis ingin meneliti hubungan antara kecemasan menghadapi persalinan anak pertama dengan kematangan emosi wanita pada masa kehamilan.

B. Tujuan

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kematangan emosi wanita pada masa kehamilan dengan kecemasan menghadapi persalinan anak pertama.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan di bidang psikologi klinis dan psikologi kesehatan khususnya mengenai kecemasan menghadapi persalinan anak pertama dan kematangan emosi wanita pada masa kehamilannya.

2. Manfaat Praktis

Sebagai bahan pertimbangan dan informasi yang berguna bagi para wanita yang akan melahirkan anak pertama dalam upaya menghadapi kecemasan terhadap persalinannya dan menambah pengetahuan tentang kehidupan berkeluarga.