

Hubungan Antara Keaktifan Kelas Ibu Hamil Dengan Kecemasan Pada Ibu Hamil Primigravida TM III Dalam Menghadapi Persalinan Di Puskesmas Kumbe Kab. Merauke Provinsi Papua Selatan

The Relationship Between Pregnant Women's Class Activity and Anxiety in Primigravida Pregnant Women TM III in Facing Childbirth at Kumbe Community Health Center Merauke Regency, South Papua Province

**Suhartatik^{1*}, Betanuari Sabda Nirwana², Khofidhotur Rofiah³,
Rahma Kusuma Dewi⁴, Nikmatul Firdaus⁵**

¹ Mahasiswa Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kadiri

^{2,3,4,5} Dosen Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kadiri

*Corresponding: suhartatik@gmail.com

ABSTRAK

Kehamilan adalah pertumbuhan dan perkembangan janin intrauteri mulai sejak konsepsi dan berakhir sampai permulaan persalinan. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan keikutsertaan kelas ibu hamil dengan tingkat kecemasan ibu hamil primigravida trimester III dalam menghadapi persalinan di Puskesmas Kumbe Kab. Merauke Provinsi Papua Selatan.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil primigravida trimester III di Puskesmas Kumbe Kab. Merauke Provinsi Papua Selatan pada bulan Januari 2025 berjumlah 43 ibu hamil primigravida trimester III. Sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 43 ibu hamil primigravida trimester III. Teknik sampling yang digunakan adalah *Total Population* dengan instrument pengumpulan data menggunakan lembar pengumpulan data uji statistik yang digunakan yaitu uji *sperman rho*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *p value* sebesar 0,000, (*p-value* : α (0.05) karena *p-value* < 0,05 maka H_0 ditolak, dan H_1 diterima, yang berarti ada hubungan antara keaktifan kelas ibu hamil dengan adanya kecemasan ibu hamil primigravida TM III dalam menghadapi proses persalinan. Sementara itu nilai *r* sebesar 0,865 menunjukkan hubungan antara keaktifan kelas ibu hamil dengan adanya kecemasan ibu hamil primigravida TM III dalam menghadapi proses persalinan mempunyai korelasi dalam tingkat sangat kuat, dengan arah positif, yang artinya semakin ibu hamil aktif mengikuti kelas ibu hamil maka semakin berkurang adanya kecemasan dalam menghadapi proses persalinan pada ibu hamil TM III di Puskesmas Kumbe Kab. Merauke Provinsi Papua Selatan.

Tenaga kesehatan hendaknya lebih banyak memberikan penyuluhan tentang manfaat kelas ibu hamil untuk ibu hamil primigravida TM III untuk mengurangi adanya kecemasan pada saat menghadapi proses persalinan.

Kata kunci : Keaktifan Kelas Ibu Hamil, Kecemasan Menghadapi Persalinan

ABSTRACT

Pregnancy is the growth and development of the fetus within the uterus, starting from conception and ending with the onset of labor. The purpose of this study was to determine the relationship between participation in prenatal classes and the anxiety levels of third-trimester

primigravida pregnant women facing childbirth at the Kumbe Community Health Center, Merauke Regency, South Papua Province.

The population in this study was all third-trimester primigravida pregnant women at the Kumbe Community Health Center, Merauke Regency, South Papua Province, in January 2025, totaling 43 third-trimester primigravida pregnant women. The sample in this study was 43 third-trimester primigravida pregnant women. The sampling technique used was the Total Population, with the data collection instrument using a data collection sheet and the statistical test used was the sperm rho test.

The results of the study showed that the p value was 0.000, (p -value: α (0.05) because the p -value < 0.05 then H_0 was rejected, and H_1 was accepted, which means there is a relationship between the activeness of the pregnant women's class and the anxiety of primigravida pregnant women in the third trimester in facing the labor process. Meanwhile, the r value of 0.865 shows the relationship between the activeness of the pregnant women's class and the anxiety of primigravida pregnant women in the third trimester in facing the labor process has a very strong correlation, with a positive direction, which means that the more active pregnant women participate in the pregnant women's class, the less anxiety there is in facing the labor process in pregnant women in the third trimester at the Kumbe Community Health Center, Merauke Regency, South Papua Province.

Health workers should provide more counseling about the benefits of pregnant women's classes for primigravida pregnant women in the third trimester to reduce anxiety when facing the labor process.

Keywords: *Active Pregnant Women's Class, Anxiety Facing Childbirth*

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan pertumbuhan dan perkembangan janin intrauteri mulai sejak konsepsi dan berakhir sampai permulaan persalinan (Prawirohardjo, 2015). Pada umumnya pada periode kehamilan akan terjadi perubahan fisik dan psikologis. Perubahan fisiologis dalam kehamilan yaitu seperti perubahan sistem endokrin, sistem reproduksi, kardiovaskuler, dan sebagainya. Seiring dengan perubahan tersebut terjadi juga perubahan emosional yang kompleks (Muhtasor, 2015).

Perubahan emosi terutama pada perasaan cemas berupa tegang, khawatir, sedih, gugup, takut menjadi persoalan mendasar. Ditambah jika ibu tidak memiliki pengetahuan yang tepat tentang penjelasan atas perubahan-perubahan yang dialaminya akan menambah tingkat kecemasan ibu. Selama kehamilan mulai trimester I hingga trimester III ibu dapat mengalami keluhan psikis (Husin, 2015)

Perubahan psikologis pada ibu hamil khususnya trimester III terkesan lebih kompleks dan meningkat kembali dibanding trimester sebelumnya dan ini tidak lain

dikarenakan kondisi kehamilan yang semakin membesar. Ibu yang tidak mempunyai persiapan untuk melahirkan akan lebih cemas dan memperlihatkan ketakutan dalam suatu perilaku diam sehingga menangis. Sekalipun peristiwa kelahiran sebagai fenomenal fisiologis yang normal (Janiwart, 2012).

Menurut penelitian yang di lakukan oleh Astria tahun 2019 yang dilaksanakan di Poli Klinik Kebidanan dan Kandungan di Poli Klinik RSUP Fatmawati diperoleh 158 responden yang diteliti pada kategori kecemasan yang di alami oleh primigravida sebesar 66,2%, dan pada multigravida sebesar 42,2% dalam menghadapi persalinan. Penelitian lain yang dilakukan oleh Rahmawati tahun 2018, di Poli Puskesmas Tumining dengan jumlah 50 ibu hamil hasil penelitian menunjukkan bahwa kecemasan yang dialami oleh ibu hamil dalam menghadapi persalinan dengan tingkat kecemasan ringan sebesar 26%, sedang 62%, dan berat 12%.

Berdasarkan survey awal yang dilakukan peneliti di Puskesmas Kumbé Kab. Merauke dari 64 ibu hamil periode bulan Oktober - Desember 2024 ada 16 ibu hamil trimester III yang tidak pernah mengikuti kelas ibu hamil dan diantara 16 tersebut 9 mengatakan cemas dalam menghadapi persalinan dikarenakan belum adanya persiapan yang matang dalam menghadapi persalinan, sedangkan 4 diantaranya mengatakan cemas saat akan menghadapi proses persalinan, dan 3 ibu hamil tersebut mengatakan cemas dikarenakan masih adanya trauma pada persalinan sebelumnya

Perubahan emosi terutama pada perasaan cemas berupa tegang, khawatir, sedih, gugup, takut menjadi persoalan mendasar berkaitan dengan proses kehamilan seorang ibu dan persoalan tersebut jarang mendapatkan solusi sehingga menimbulkan masalah psikologis pada ibu hamil yang akan memengaruhi kesehatan ibu dan janin di kandungannya. Kecemasan pada ibu hamil

dapat memengaruhi perkembangan fisik dan otak bayi dalam kandungan termasuk kemungkinan bayi lahir dengan cacat fisik dan lambatnya perkembangan otak bahkan hingga ada yang autis. Sehingga akan menjadi persoalan yang tidak sederhana sebab jika lahir anak-anak dengan kecacatan atau terjadi kelambanan perkembangan otak dan bahkan autis akan menjadi persoalan besar terhadap penyiapan generasi yang berkualitas dalam rangka membangun bangsa dan negara. Selain itu masalah akan muncul pada masa nifas yang mengakibatkan masalah laktasi hingga post partum blues. (Muhtasor, 2015).

Perubahan emosi pada ibu hamil sangat jelas dan jika berkelanjutan tanpa penanganan yang tepat mampu mengakibatkan reaksi kecemasan yang berat bahkan gangguan jiwa pada ibu hamil itu sendiri. Dengan demikian ibu hamil memerlukan penanganan yang benar guna mengurangi tingkat kecemasannya. Ada banyak intervensi yang dapat digunakan dalam pemecahan masalah di atas. Untuk memantapkan kesejahteraan ibu dan janin selama kehamilan dan proses persalinan telah banyak diupayakan berbagai macam cara, beberapa diantaranya adalah berupa latihan-latihan fisik yang dapat dijalankan sebelum, selama dan setelah kehamilan (Husin, 2015).

Latihan tersebut pada dasarnya bertujuan untuk menyehatkan ibu dan janin dan memberikan dampak positif terhadap psikofisiologi baik ibu dan janin jika dilaksanakan dengan tepat. Psikofisiologi merupakan ilmu yang berhubungan dengan fisik dan psikologi, berkaitan erat antara anatomi dan fisiologi serta fenomena psikologi dan perilaku yang terbentuk baik karena perubahan fisik maupun lingkungan. Sehingga dibentuklah kelas ibu hamil yang mengabungkan antara latihan fisik dan pemberian pengetahuan tentang kehamilan, persalinan, hingga nifas. Dalam kelas ibu hamil terdapat berbagai manfaat antara lain

penyesuaian terhadap perubahan fisik akibat kehamilan, melakukan latihan kontraksi dan relaksasi, sarana bertukar pengetahuan dan pengalaman, mengurangi stress dan kecemasan (Husin, 2013).

Maka berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Hubungan Antara Keaktifan Kelas Ibu Hamil Dengan Kecemasan Pada Ibu Hamil Primigravida TM III Dalam Menghadapi Persalinan Di Puskesmas Kumbe Kab. Merauke Provinsi Papua Selatan"

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian dengan rancangan jenis penelitian *inferensial*. Berdasarkan jenis pengumpulan data termasuk jenis penelitian *survey*. Berdasarkan waktu penelitian termasuk jenis rancangan penelitian *cross sectional*. Berdasarkan sumber data penelitian ini termasuk penelitian sekunder dan primer.

Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil primigravida trimester III di Puskesmas Kumbe pada bulan Januari 2025 adalah 43 ibu hamil. Cara pengambilan sampel menggunakan *Total Population* yaitu mengambil sampel berdasarkan jumlah seluruh populasi. Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Kumbe, sedangkan waktu penelitian dimulai pada tanggal bulan Januari 2025.

HASIL PENELITIAN

Data Umum

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia ibu

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan Usia ibu di Puskesmas Kumbe Kab. Merauke Provinsi Papua Selatan

Usia Ibu	Frekuensi	Prosentase
< 20 Tahun	17	39,5
20-35 Tahun	20	46.5
>35 Tahun	6	14
Jumlah	43	100

Sumber : Data primer, 2025

Berdasarkan tabel 1 dapat diinterpretasikan bahwa hampir setengah (46.5%) responden berusia antara 20-35 tahun.

2. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan ibu

Tabel 2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan Pendidikan ibu di Puskesmas Kumbe Kab. Merauke Provinsi Papua Selatan

Sumber : Data primer, 2025

Pendidikan ibu	Frekuensi	Prosentase
Dasar (SD-SMP)	13	30.2
Menengah (SMA)	19	44.2
Tinggi (D3-PT)	11	25.6
Jumlah	43	100

Berdasarkan tabel 2 dapat diinterpretasikan bahwa hampir setengah (44.2%) responden berpendidikan menengah (SMA).

3. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Tabel 3. Distribusi frekuensi responden berdasarkan Pekerjaan di Puskesmas Kumbe Kab. Merauke Provinsi Papua Selatan

Pekerjaan	Frekuensi	Prosentase
IRT	14	32.6
Swasta	8	18.6
Wiraswasta	11	25.6
PNS	10	23.3
Jumlah	43	100

Sumber : Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 3 dapat diinterpretasikan bahwa hampir setengah (32.6%) responden bekerja sebagai IRT

Data Khusus

1. Keaktifan kelas ibu hamil pada ibu hamil TM III

Tabel 1. Distribusi frekuensi keaktifan kelas ibu hamil pada ibu hamil gravida TM III di

Puskesmas Kumbe Kab. Merauke Provinsi Papua Selatan

Keaktifan kelas ibu hamil	Frekuensi	Prosentase
Tidak aktif	24	55.8
Aktif	19	44.2
Jumlah	43	100

Sumber : Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 5.4 dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar (55.8%) responden tidak aktif dalam mengikuti kelas ibu hamil

2. Kecemasan pada ibu hamil primigravida TM III

Tabel 2. Distribusi frekuensi kecemasan pada ibu hamil primigravida TM III di Puskesmas Kumbe Kab. Merauke Provinsi Papua Selatan

Adanya kecemasan	Frekuensi	Prosentase
Ada	27	62.8
Tidak ada	16	37.2
Jumlah	43	100

Sumber : Data primer, 2025

Berdasarkan tabel 5.5 dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar (62.8%) responden mengalami adanya kecemasan dalam menghadapi persalinan.

3. Hubungan antara keaktifan kelas ibu hamil dengan adanya kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil primigravida TM III

Tabel 3. Tabulasi silang antara kelas ibu hamil dengan adanya kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil primigravida TM III di Puskesmas Kumbe Kab. Merauke Provinsi Papua Selatan

Kelas ibu hamil	Adanya kecemasan					
	Ada		Tidak ada		TOTAL	
	f	%	f	%	F	%
Tidak aktif	24	55.8	0	0	24	55.8
Aktif	3	7	16	37.2	19	44.2
r: -0.865	p-value: 0.000			α: 0.05		

Sumber : Data Primer, 2025

Menurut tabel 3 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden yaitu sebesar (55.8%) tidak aktif mengikuti kelas ibu hamil dan mengalami kejadian kecemasan. Sedangkan sebesar (37,2%) responden aktif mengikuti kelas ibu hamil tidak mengalami kejadian kecemasan.

Setelah dilakukan uji statistik didapatkan hasil nilai *p value*, ($p\text{-value} < \alpha$) $0,000 < \alpha$ maka H_0 ditolak, dan H_1 diterima, yang berarti ada hubungan antara keaktifan kelas ibu hamil dengan adanya kecemasan ibu hamil dalam menghadapi proses persalinan. Sementara itu nilai *r* sebesar -0,865 menunjukkan hubungan antara keaktifan kelas ibu hamil dengan adanya kecemasan ibu hamil dalam menghadapi proses persalinan mempunyai korelasi dalam tingkat sangat kuat, dengan arah negatif (-), yang artinya semakin ibu hamil aktif mengikuti kelas ibu hamil maka tingkat kecemasan dalam menghadapi proses persalinan semakin rendah pada ibu hamil TM III di Puskesmas Kumbe Kab. Merauke Provinsi Papua Selatan.

PEMBAHASAN

Keaktifan kelas ibu hamil pada ibu hamil Primigravida TM III di Puskesmas Kumbe Kab. Merauke Provinsi Papua Barat

Berdasarkan hasil data diatas dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar (55.8%) responden tidak aktif dalam mengikuti

kelas ibu hamil, hal ini dikarenakan banyak faktor yang memengaruhi. Dihubungkan dengan pekerjaan responden yang mana hampir setengah (32,6%) responden bekerja sebagai IRT sehingga ibu mengalami banyak kendala untuk menghadiri kelas ibu hamil termasuk rasa ingin tahu ibu tentang kelas ibu hamil masih cukup rendah sehingga butuh pemantauan dan edukasi dari tenaga kesehatan terutama dari bidan.

Keaktifan ibu hamil dalam mengikuti kelas ibu hamil diharapkan dapat menurunkan tingkat kecemasan, karena di dalam kelas ibu hamil akan mendapatkan banyak informasi tentang kehamilan dan persalinan, sehingga kecemasan ibu yang mengikuti kelas ibu hamil diharapkan akan lebih rendah dari pada ibu yang tidak mengikuti kelas ibu hamil. Kegiatan kelas ibu hamil merupakan sarana untuk belajar kelompok tentang kesehatan bagi ibu hamil, dalam bentuk tatap muka yang bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu mengenai kehamilan, persalinan, perawatan nifas, dan perawatan bayi baru lahir, melalui praktik dengan menggunakan buku KIA dilaksanakan secara terjadwal dan berkesinambungan (Depkes, 2019). Kelas ibu hamil adalah kelompok belajar ibu hamil dengan umur kehamilan antara 20 minggu sampai dengan usia kehamilan 32 minggu dengan jumlah peserta maksimal 10 orang dan dilaksanakan secara terjadwal dan berkesinambungan minimal 4 kali kunjungan selama kehamilan, 1 kali pada trimester pertama, 1 kali pada trimester kedua dan 2 kali pada trimester 3 (Depkes, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti berasumsi bahwa mengikuti kelas ibu hamil dapat dijadikan sarana bagi ibu hamil dan keluarga untuk mendapatkan teman, bertanya, memperoleh informasi penting yang harus dipraktekkan, serta membantu ibu dalam menghadapi persalinan dengan aman dan nyaman. Melihat dari hasil penelitian

didapatkan bahwa hampir setengah ibu hamil sebagian besar yaitu 20 orang (46,5%) usia ibu tergolong usia produktif maka kelas ibu hamil dirasa tepat untuk sarana menambah pengetahuan ibu.

Sedangkan bagi petugas kesehatan lebih mengetahui tentang kesehatan ibu hamil dan keluarganya serta dapat menjalin hubungan yang lebih erat dengan ibu hamil serta keluarganya dan masyarakat. Dengan ini ibu hamil mendapatkan banyak informasi tentang kehamilan baik dari antar peserta ataupun dari petugas, peserta lebih percaya diri dalam menghadapi persalinan. Dalam penelitian yang dilakukan di Puskesmas Kumbe Kab. Merauke Provinsi Papua Selatan didapatkan 24 ibu hamil tidak aktif mengikuti kelas ibu hamil dan 19 ibu hamil aktif mengikuti kelas ibu hamil dikarenakan latar belakang pekerjaan ibu di daerah tersebut yang beraneka ragam serta kesadaran ibu untuk mengikuti kelas ibu hamil yang masih kurang.

Adanya kecemasan dalam menghadapi proses persalinan pada ibu hamil primigravida TM III di Puskesmas Kumbe Kabupaten Merauke Provinsi Papua Barat

Dari hasil data diatas dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar (62.8%) responden mengalami adanya kecemasan dalam menghadapi persalinan hal ini dikarenakan masih rendahnya ibu hamil dalam mengikuti kelas ibu hamil, sehingga kecemasan saat menghadapi proses persalinan masih bisa dirasakan

Kecemasan adalah ketegangan perasaan, dimana keadaan itu dapat disadari maupun tidak disadari, ditandai dengan adanya rasa khawatir, kegelisahan serta perasaan akan terjadi sesuatu hal yang kurang menyenangkan dan timbul karena manusia mengalami ancaman, hambatan serta tekanan perasaan.

Menurut Kaplan (2020) kecemasan adalah respon terhadap situasi tertentu yang mengancam, dan merupakan hal yang normal terjadi menyertai perkembangan, perubahan, pengalaman baru atau yang belum pernah dilakukan, serta dalam menemukan identitas diri dan arti hidup. Kecemasan adalah reaksi yang dapat dialami siapapun. Namun cemas yang berlebihan, apalagi yang sudah menjadigangguan akan menghambat fungsi seseorang dalam kehidupannya. Kecemasan adalah rasa khawatir, takut yang tidak jelas sebabnya. Kecemasan juga merupakan kekuatan yang besar dalam menggerakkan tingkah laku, baik tingkah laku yang menyimpang ataupun yang terganggu. Keduanya merupakan pernyataan, penampilan, penjelmaan dari pertahanan terhadap kecemasan tersebut (Gunarsah, 2018). Kesimpulan yang dapat diambil dari beberapa pendapat diatas bahwa kecemasan adalah rasa takut atau khawatir pada situasi tertentu yang sangat mengancam yang dapat menyebabkan kegelisahan.

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti berasumsi bahwa faktor usia juga dapat mempengaruhi kecemasan pada ibu hamil. Didapat pada data umum sebanyak (46,5%) atau 20 orang ibu hamil berusia 20-35 tahun sehingga dapat diasumsikan bahwa pengetahuan serta pengalaman yang diperoleh belum terlalu banyak yang menyebabkan persepsi ibu terhadap kehamilan dan proses persalinan yang akan dialami sebatas pengalaman dari orang-orang disekitarnya. Maka dianjurkan bagi ibu hamil untuk mengikuti kelas ibu hamil guna menambah pengetahuan dan pengalaman dalam menghadapi proses persalinan yang akan dihadapi yang bertujuan untuk mengurangi tingkat kecemasannya dalam menghadapi proses persalinan.

Hubungan antara keaktifan kelas ibu hamil dengan adanya kecemasan menghadapi proses persalinan pada ibu hamil primigravida TM III di Puskesmas Kumbe Kab. Merauke Provinsi Papua Barat

Dari hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden yang tidak aktif mengikuti kelas ibu hamil mengalami kecemasan dalam menghadapi proses persalinan yaitu sebesar (55.8%).

Keaktifan ibu hamil dalam mengikuti kelas bu hamil diharapkan dapat menurunkan tingkat kecemasan, karena di dalam kelas ibu hamil akan mendapatkan banyak informasi tentang kehamilan dan persalinan, sehingga kecemasan ibu yang mengikuti kelas ibu hamil diharapkan akan lebih rendah dari pada ibu yang tidak mengikuti kelas ibu hamil. Kegiatan kelas ibu hamil merupakan sarana untuk belajar kelompok tentang kesehatan bagi ibu hamil, dalam bentuk tatap muka yang bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu mengenai kehamilan, persalinan, perawatan nifas, dan perawatan bayi baru lahir, melalui praktik dengan menggunakan buku KIA dilaksanakan secara terjadwal dan berkesinambungan (Depkes, 2019).

Kelas ibu hamil adalah kelompok belajar ibu hamil dengan umur kehamilan antara 20 minggu sampai dengan usia kehamilan 32 minggu dengan jumlah peserta maksimal 10 orang dan dilaksanakan secara terjadwal dan berkesinambungan minimal 4 kali kunjungan selama kehamilan, 1 kali pada trimester pertama, 1 kali pada trimester kedua dan 2 kali pada trimester 3 (Depkes, 2019).

Menurut Kaplan (2020) kecemasan adalah respon terhadap situasi tertentu yang mengancam, dan merupakan hal yang normal terjadi menyertai perkembangan, perubahan, pengalaman baru atau yang belum pernah dilakukan, serta dalam menemukan identitas

diri dan arti hidup. Kecemasan adalah reaksi yang dapat dialami siapapun. Namun cemas yang berlebihan, apalagi yang sudah menjadigangguan akan menghambat fungsi seseorang dalam kehidupannya. Kecemasan adalah rasa khawatir, takut yang tidak jelas sebabnya. Kecemasan juga merupakan kekuatan yang besar dalam menggerakkan tingkah laku, baik tingkah laku yang menyimpang ataupun yang terganggu. Keduanya merupakan pernyataan, penampilan, penjelmaan dari pertahanan terhadap kecemasan tersebut (Gunarsah, 2018). Kesimpulan yang dapat diambil dari beberapa pendapat diatas bahwa kecemasan adalah rasa takut atau khawatir pada situasi tertentu yang sangat mengancam yang dapat menyebabkan kegelisahan.

Menurut analisis peneliti pada tabel 5.4 dapat dilihat sebagian besar ibu hamil dengan prosentase 55,8 % sebanyak 24 orang ibu hamil tidak aktif mengikuti kelas ibu hamil sehingga sebagian besar (62,8 %) ibu hamil masih mengalami kecemasan dikarenakan beberapa hal. Sehingga dapat dilihat ketidakaktifan kelas ibu hamil berpengaruh terhadap kecemasan ibu dalam menghadapi proses persalinan. Dikarenakan jika ibu hamil tidak aktif dalam mengikuti kelas ibu hamil maka pengetahuan ibu hamil tidak akan bisa bertambah secera maksimal, dikarenakan setiap kali pertemuan kelas ibu hamil akan membahas materi yang berbeda. Maka dari pada itu jika ibu tidak mengikuti kelas sebanyak yang sudah ditetapkan ibu akan kehilangan materi pada saat ibu tidak mengikuti kelas, hal ini menyebabkan pengetahuan ibu kurang maksimal.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah :

1. Keaktifan kelas ibu hamil pada ibu hamil primigravida TM III di Puskesmas Kumbe

Kabupaten Merauke Provinsi Papua Barat bahwa sebagian besar responden tidak aktif mengikuti kelas ibu hamil.

2. Adanya kecemasan ibu hamil dalam menghadapi proses persalinan pada ibu hamil primigravida TM III di Puskesmas Kumbe Kabupaten Merauke Provinsi Papua Barat bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan dalam menghadapi proses persalinan.
3. Ada Hubungan antara keaktifan kelas ibu hamil dengan adanya kecemasan dalam menghadapi proses persalinan pada ibu hamil primigravida TM III di Puskesmas Kumbe Kabupaten Merauke Provinsi Papua Barat.

DAFTAR PUSTAKA

- Alimul, Aziz. (2020) *Metodelogi Penelitian Kebidanan Teknik Analisa Data*. Jakarta, Salemba Medika.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian dan Pendekatan Praktek*. Jakarta:Rineka Cipta
- (2019) *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta, PT Rineka Cipta
- Astria (2009) data tingkat kecemasan pada ibu hamil. RISKESDAS
- Departemen Kesehatan RI. (2018) *Pedoman Penyelenggaraan Pelayanan di Rumah Sakit*. Jakarta: Direktorat Jenderal Bina Pelayanan Medik
- Gunarsah. (2018) kecemasan di otak manusia. [Internet]
<http://kecemasandiotakmanusia.com>>
- Husin. (2019) Konsep dasar kehamilan. Jakarta: EGC

- Ika (2019) Kelas ibu hamil dan konsep kehamilan. Jakarta: EGC <http://www.kecemasandapatmrnimbulkanketegangan.com>>
- Janiwart (2019) Perubahan pada ibu hamil. Jakarta: balita Pustaka
- Sundari. (2018) konsep kecemasan. Jakarta: EGC
- Kaplan (2019) konsep dasar kecemasan pada manuasia dan ibu hamil. [Internet] <http://www.konsepdasarkecemasanpada manusiadanibuhamilcom>>
- Ulfa. (2019) faktor pemicu kecemasan. Jakarta: Balai pustaka
- Kar (2018) buku pedoman kelas ibu hamil. Jakarta: Rineka Cipta
- Widayati. (2020) metode pembelajaran wanita hamil. Yogyakarta: Salemba Medika.
- Kurnia (2019) Kehamilan dan Komplikasinya. Jakarta: Rineka Cipta
- Muhmina (2019) Wanita dan Kehamilannya. Yogyakarta: Salemba Medika
- Muhtaso. (2013) Trimester kehamilan. Jakarta: EGC
- Notoadmodjo. (2017) fasilitas kesehatan penting bagi ibu hamil: Jakarta: Balai Pustaka
- Prawirahardjo. (2018) kehamilan dan penyakit kandungan. Jakarta: Balita Pustaka
- Rachmat, Mochamad. (2018) *Biostatistika*. Jakarta, EGC
- Rochman (2019) kecemasan dapat diatasi dengan berbagai hal. Yogyakarta: Salemba medika
- Rosmawati (2019) motivasi ibu hamil untuk melakukan kelas ibu hamil. Yogyakarta: Salemba Medika
- Suliswati (2019) penambahan berat badan normal dan perubahan emosi ibu hamil di tiap trimesternya. Jakarta: Balai Pustaka
- Sulistyawat. (2020). Perubahan ibu hamil di tiap trimesternya. Jakarta: Rineka Cipta
- Stuart (2017) kecemasan dapat menimbulkan ketegangan. [Interet]