

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehamilan adalah masa transisi penting dalam kehidupan seorang perempuan yang disertai dengan berbagai perubahan fisik, psikologis, dan sosial (Arum, 2021). Gejala yang sering dialami adalah *morning sickness*, adalah keadaan mual disertai muntah yang umumnya muncul pada waktu pagi hari namun dapat berlangsung sepanjang hari. Sekitar 70–80% ibu hamil mengalami gejala mual dan 50% muntah pada awal kehamilan data ini diambil berdasarkan dari *American College of Obstetricians and Gynecologists* (ACOG) (Artamevia & Soimah, 2023). Walaupun *morning sickness* dianggap sebagai respon normal tubuh terhadap kehamilan dan menunjukkan perkembangan hormon kehamilan yang sehat, gejala ini dapat berdampak negatif terhadap kualitas hidup ibu hamil, terutama jika berlangsung secara intens dan berkepanjangan bahwa *morning sickness* yang parah dapat menyebabkan gangguan tidur, kelelahan, dan penurunan nafsu makan, yang kemudian meningkatkan kerentanan terhadap stres dan kecemasan (Fitriyani Pulungan, 2022).

Tubuh ibu mengalami banyak perubahan selama tiga trimester kehamilan. Pada trimester pertama, ibu sering mengalami kram perut dan perubahan perasaan yang tidak stabil, termasuk *morning sickness* berupa mual dan muntah yang biasanya terjadi di pagi hari. Secara psikologis, pada trimester pertama ibu bisa merasa tidak sehat dan terkadang memiliki perasaan negatif terhadap kehamilannya. Sangat umum ibu mengalami perasaan seperti penolakan, kekecewaan, kecemasan dan kesedihan, bahkan ada kalanya ibu berharap mengharapkan untuk tidak hamil. Ibu juga sering mencari tahu apakah mereka hamil atau tidak sebagai cara untuk meyakinkan dirinya. Selain itu, hasrat seksual selama kehamilan bervariasi antar wanita, namun sebagian besar mengalami penurunan (Afiyah, 2021).

Beberapa faktor predisposisi risiko mual dan muntah kehamilan meliputi perubahan hormonal akibat fluktuasi kadar HCG, masalah psikologis seperti kehamilan yang tidak direncanakan dan kecemasan terkait kehamilan, persalinan, dan tanggung jawab sebagai ibu, diambil dari sumber buku (Tiran, 2008). Menurut Tiran dalam (Fitriyani Pulungan, 2022) Secara psikologis, kecemasan dapat mengaktifkan sistem saraf yang mengontrol pelepasan hormon tertentu, pelepasan hormon ini kemudian merangsang berbagai organ tubuh, termasuk lambung, sehingga menimbulkan gejala seperti mual dan muntah. Sesuai dengan teori Issac (2004) kondisi psikologis ibu selama proses kehamilan dapat menyebabkan stress dan kecemasan. Ibu dengan keadaan cemas dan stress ini dapat mengalami tekanan darah tinggi dan denyut jantung yang lebih tinggi, yang pada akhirnya dapat memicu kenaikan kadar HCG. HCG merupakan hormone yang diproduksi selama kehamilan dan terdeteksi dalam darah atau urine ibu hamil setelah terjadinya pembuahan. Hormon HCG ini dapat memicu timbulnya mual dan muntah ibu hamil.

World Health Organization (WHO, 2020) menyampaikan bahwa tingkat kecemasan pada masa kehamilan berkisar 8-10%, serta mengalami peningkatan menjadi 13% menjelang melahirkan. Data dari Kemenkes RI tahun 2021 menunjukkan bahwa sekitar 43,3% ibu hamil mengalami kecemasan (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Di Jawa Barat data kecemasan ibu hamil dengan jumlah ibu hamil 5.291.143 orang yang mengalami kecemasan berjumlah 355.873 (52,3%) (Dewi, 2021). Menurut Dinkes Kabupaten Sumedang (2024) Sumedang Selatan adalah wilayah yang menduduki peringkat ke 2 dengan jumlah populasi ibu hamil per bulan Mei adalah 351 Ibu hamil dengan pola hubungan pernikahan CPM terdapat 211 Ibu hamil dan pola hubungan pernikahan LDM terdapat 140 Ibu hamil.

Berbagai faktor yang memengaruhi kecemasan pada ibu hamil bersifat kompleks, Berdasarkan hasil penelitian (Nasir, 2020) selain itu, kecemasan yang dialami ibu dapat disebabkan oleh faktor-faktor lain, seperti kurangnya pengetahuan ibu karena mayoritas ibu tidak menerima pendidikan tinggi, tidak menerima dukungan suami, dan bekerja sebagai ibu rumah tangga sehingga kurang

Zaenab Syirin, 2025

PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN IBU HAMIL MORNING SICKNESS YANG CLOSE PROXIMITY MARRIAGE (CPM) DENGAN LONG DISTANCE MARRIAGE (LDM) DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SUMEDANG SELATAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

mendapatkan terutama tentang kesehatan. Penelitian (Kazemi et al., 2021) menyebutkan, Berbagai faktor kecemasan baik internal maupun eksternal dapat mempengaruhi ibu salah satunya kekhawatiran tentang kondisi diri ibu dan janin, perubahan yang terjadi selama kehamilan, tanggung jawab sebagai seorang ibu, dan rasa takut dan nyeri selama proses persalinan. Rasa cemas dan takut ini dapat menganggu fungsi lambung dan meningkatkan jumlah asam lambung yang menyebabkan mual dan muntah selama kehamilan.

Salah satu pemicu tingkat kecemasan pada ibu hamil adalah jarak suami yang berkaitan dengan pola hubungan pernikahan yang telah berkembang di era modern saat ini, tidak sedikit pasangan yang menjalani pola hubungan pernikahan yang berbeda salah satunya adalah (CPM) dan (LDM). *Close Proximity Marriage* (CPM) merupakan pasangan suami istri tinggal bersama atau berdekatan secara geografis, pola ini memungkinkan interaksi yang intens dan dukungan langsung dalam kehidupan sehari-hari (Ogolsky et al., 2022). Dalam konteks ibu hamil, keberadaan suami secara fisik memberikan kemudahan akses terhadap bantuan emosional, seperti menemani kontrol kehamilan, membantu aktivitas rumah tangga, serta memberikan perhatian dan kasih sayang secara langsung. Hal ini secara signifikan berkontribusi dalam menurunkan tingkat stres dan kecemasan selama kehamilan, sebaliknya, *Long Distance Marriage* (LDM) merupakan keadaan di mana pasangan suami istri menetap secara terpisah untuk jangka waktu tertentu akibat berbagai alasan, seperti tuntutan pekerjaan, tugas luar kota/luar negeri, studi lanjut, atau keterbatasan ekonomi. Dalam model ini, interaksi fisik sangat terbatas dan komunikasi lebih banyak bergantung pada media digital (Awalia et al., 2024).

Berdasarkan penelitian sebelumnya mendukung bahwa pola pernikahan yang dijalani oleh ibu hamil (CPM) maupun (LDM) memiliki pengaruh terhadap tingkat kecemasan yang dirasakan selama masa kehamilan. Penelitian oleh (Nuraeni et al., 2025) menunjukkan terdapat korelasi antara tingkat cemas dengan kejadian mual dan muntah pada ibu hamil di trimester pertama, dengan mayoritas ibu mengalami tingkat cemas dalam kategori ringan (79,7%) didukung dengan pola hubungan

Zaenab Syirin, 2025

PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN IBU HAMIL MORNING SICKNESS YANG CLOSE PROXIMITY MARRIAGE (CPM) DENGAN LONG DISTANCE MARRIAGE (LDM) DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SUMEDANG SELATAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

CPM yaitu adanya dukungan emosional, fisik, dan sosial yang lebih intens dan langsung dari suami, yang berperan penting dalam menstabilkan kondisi psikologis ibu selama masa kehamilan. Selaras dengan hasil penelitian (Awalia et al., 2024) bahwa 20% ibu hamil mengalami kecemasan dengan mual, muntah, kekhawatiran dan kecemasan yang ditandai gelisah selama kehamilan, hal tersebut ditambah juga karena pola hubungan LDM. Dengan demikian, pola hubungan pernikahan yang dijalani ibu hamil, baik CPM maupun LDM, memiliki peran penting terhadap tingkat kecemasan yang dirasakan selama kehamilan.

Pemilihan wilayah kerja Puskesmas Sumedang Selatan sebagai lokasi penelitian didasarkan pada pertimbangan aksesibilitas, kesiapan data, dan karakteristik populasi yang sejalan dengan tujuan penelitian dan tetap menunjukkan jumlah populasi yang representatif serta cukup besar untuk dilakukan penelitian. Selain itu, wilayah Sumedang Selatan memiliki karakteristik sosial demografis yang lebih beragam dalam hal pola pernikahan, baik (CPM) maupun (LDM), sehingga mempermudah peneliti dalam menjangkau kedua kelompok secara proporsional. Ditambah lagi, koordinasi dengan pihak puskesmas dan tenaga kesehatan setempat di wilayah Sumedang Selatan lebih memungkinkan untuk mendukung proses pengambilan data secara optimal. Oleh karena itu, pemilihan lokasi ini tetap valid dan relevan dengan tujuan penelitian, meskipun tidak berada pada urutan pertama tapi memiliki potensi besar untuk menjadi lokasi representatif dalam memahami dinamika psikologis ibu hamil hal ini semakin memperkuat urgensi penelitian untuk melakukan penelitian di Puskesmas Sumedang Selatan.

Berdasarkan temuan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di area kerja puskesmas sumedang selatan dilakukan pada 10 orang ibu hamil melalui wawancara menunjukkan bahwa 60% ibu hamil dengan *morning sickness* yang menjalani pola pernikahan CPM mengatakan “cemas yang disertai mual dan muntah disertai merasa gelisah walaupun tinggal serumah dengan suami, kegelisahan itu tetap ada, bahkan hampir setiap hari”. Sedangkan 40% ibu hamil dengan *morning sickness* yang menjalani pola hubungan pernikahan LDM mengatakan "mengalami mual dan muntah, dan mudah *overthinking*, yang biasanya

Zaenab Syirin, 2025

PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN IBU HAMIL MORNING SICKNESS YANG CLOSE PROXIMITY MARRIAGE (CPM) DENGAN LONG DISTANCE MARRIAGE (LDM) DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SUMEDANG SELATAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

disertai dengan tidak enak badan atau ada rasa nyeri, dan merasa semua beban harus ditanggung oleh sendiri tanpa didampingi suami”. Kecemasan pada Ibu hamil dengan *morning sickness* baik yang CPM maupun LDM tetap terjadi tentunya disebabkan oleh beberapa kondisi yang dapat memicu kecemasan.

Belum ada penelitian yang membandingkan tingkat kecemasan ibu hamil *morning sickness* yang *close proxymity marriage* (CPM) dengan *long distance marriage* (LDM). Penelitian sebelumnya lebih banyak membahas terkait tingkat kecemasan ibu hamil dengan pola pernikahan CPM secara umum, dan belum ada juga yang spesifik mengarah pada kondisi *morning sickness* yang banyak dialami oleh ibu hamil trimester 1 dan 2, karena lebih banyak yang meneliti ibu hamil pada trimester 3 saja. Dengan demikian, peneliti tertarik melakukan penelitian untuk membandingkan tingkat kecemasan ibu hamil dengan *morning sickness* yang pola hubungan pernikahan CPM dan LDM di Wilayah Kerja Puskesmas Sumedang Selatan dan memberikan gambaran terkait perbedaan diantara keduanya.

1.2 Rumusan Masalah

Menurut permasalahan yang sudah dijelaskan pada latar belakang terdapat fenomena bahwa masih banyak terjadi rasa cemas pada ibu hamil yang *morning sickness* baik yang menjalani pola pernikahan CPM maupun LDM. Kecemasan ini mengakibatkan peningkatan HCG yang dapat menyebabkan mual dan muntah yang menganggu kesehatan mentalnya. Karena masih belum ada studi yang secara khusus membahas perbandingan tingkat kecemasan ibu hamil *morning sickness* antara kedua pola hubungan pernikahan, hal ini memunculkan pertanyaan peneliti “apakah terdapat perbedaan tingkat kecemasan ibu hamil *morning sickness* yang *close proxymity marriage* (CPM) dengan *long distance marriage* (LDM) di Wilayah Kerja Puskesmas Sumedang”.

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan pada ibu hamil *morning sickness* antara CPM dan LDM di Wilayah Kerja Puskesmas Sumedang Selatan.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi tingkat kecemasan pada ibu hamil yang *morning sickness* dengan pola pernikahan CPM.
2. Mengidentifikasi tingkat kecemasan pada ibu hamil yang *morning sickness* dengan pola pernikahan LDM.
3. Menganalisis perbedaan tingkat kecemasan antara ibu hamil *morning sickness* yang CPM dan LDM.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teori

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan manfaat penelitian keperawatan maternitas, terutama dalam memahami faktor psikososial yang memengaruhi kondisi psikologis ibu hamil. Temuan penelitian ini juga dapat dijadikan referensi bagi studi selanjutnya yang berkaitan dengan hubungan antara pola pernikahan dan kesehatan mental pada masa kehamilan.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Diharapkan bagi ibu hamil, penelitian ini mampu meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai pentingnya dukungan emosional selama masa kehamilan, terutama bagi yang mengalami *morning sickness* dengan menjalin hubungan jarak baik CPM maupun LDM. Dengan penelitian ini, ibu hamil diharapkan lebih waspada terhadap gejala kecemasan.
- b. Bagi pelayanan kesehatan, diharapkan bahwa penelitian ini dapat berkontribusi terutama pada upaya untuk meningkatkan kualitas perawatan antenatal secara

keseluruhan. Hasil penelitian dapat digunakan sebagai dasar untuk pengembangan skrining kecemasan berbasis situasi sosial ibu hamil, termasuk pola hubungan pernikahan. Selain itu, temuan ini juga mendukung integrasi pendekatan psikososial dalam pelayanan kehamilan, mendorong penyedia layanan untuk lebih responsif terhadap kondisi emosional pasien, serta memperkuat kerja sama lintas sektor dalam mendukung ibu hamil yang rentan secara psikologis.

- c. Untuk peneliti selanjutnya, diharapkan penelitian ini dapat dijadikan dasar pengembangan penelitian terkait kecemasan ibu hamil dengan memperluas variabel, memfokuskan pada trimester awal kehamilan, serta menggunakan desain dan jumlah sampel yang lebih besar agar diperoleh hasil yang lebih komprehensif dan mendalam.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini berfokus pada ibu hamil *morning sickness* yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Sumedang Selatan, dengan membandingkan tingkat kecemasan antara yang menjalani CPM dengan LDM. Penelitian ini tidak meneliti jenis kecemasan lainnya secara mendalam (seperti depresi atau stres), serta tidak membahas penyebab *morning sickness* secara medis. Fokus penelitian adalah pada aspek psikologis berupa tingkat kecemasan, dengan pendekatan kuantitatif komparatif.