

INFLUENCE OF RELIGIOUS GUIDANCE SERVICES IN REDUCING ANXIETY IN PREGNANT WOMEN

Putu Agus Windu Yasa Bukian

Program Studi DIII Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Buleleng
jrowindu@gmail.com

I Wayan Sujana

Program Studi Sarjana Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Buleleng
wayan.sujanarb@gmail.com

Received: 09-12-2022

Revised: 30-12-2022

Accepted: 04-01-2023

Abstract

Pregnancy and childbirth are causes of anxiety experienced by mothers, so there is a need for more specific information or assistance, for example with religious services. This study aims to analyze the effect of religious guidance services provided to pregnant women on the anxiety of pregnant women. The research method uses a quantitative approach with a pre-experimental pre-posttest one group. The population is pregnant women in the village of Kubutambahan with a minimum sample size of 36 respondents. Furthermore, the sampling technique using purposive sampling. The instrument used was a questionnaire regarding the characteristics and anxiety of the mother using the HARS questionnaire. Then, **univariate** and bivariate analyzes were performed using the compare mean. The results found that there was a decrease in anxiety in pregnant women before and after being given religious guidance services with a mean delta value of 2.1, p value <0.0001 and 95% CI (1.7-2.6). The conclusion is that there is a significant influence from religious services to reduce anxiety in pregnant women in Kubutambahan Village.

Keywords: *Religious Services; Anxiety; Pregnant Mother; Buleleng*

Abstrak

Kehamilan dan persalinan menjadi penyebab kecemasan yang dialami oleh ibu sehingga perlu adanya informasi atau pendampingan lebih menghusus misalnya dengan layanan keagamaan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh layanan bimbingan agama yang diberikan kepada ibu hamil terhadap kecemasan ibu hamil. Metode penelitian menggunakan kuantitatif dengan pendekatan *pre experiment pre post test one group*. Populasinya adalah ibu hamil di Desa Kubutambahan dengan jumlah sampel minimal yang didapatkan sebanyak 36 responden. Selanjutnya teknik sampling menggunakan *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner mengenai karakteristik dan kecemasan ibu dengan menggunakan kuesioner HARS. Selanjutnya dilakukan analisis univariat dan bivariat menggunakan *compare mean*. Hasilnya ditemukan bahwa terdapat penurunan kecemasan pada ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan keagamaan dengan nilai delta mean 2,1, nilai $p < 0,0001$ dan 95% CI (1,7-2,6). Simpulannya bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari layanan keagamaan untuk menurunkan kecemasan pada ibu hamil di Desa Kubutambahan.

Kata Kunci : layanan agama; kecemasan; ibu hamil; buleleng

PENDAHULUAN

Wanita dalam keadaan hamil secara otomatis akan mempengaruhi perubahan fisik dan psikologisnya. Ibu dalam keadaan hamil akan merasakan rasa kurang percaya diri, ketergantungan kepada pasangan dan akan merasa khawatir akan kesehatan dirinya dan anaknya serta keselamatan mereka. Kehamilan merupakan anugerah terindah yang diberikan oleh Tuhan kepada seorang wanita. Banyak wanita yang mengalami kecemasan saat hamil sampai pada sebelum melahirkan. Hal ini dikarenakan banyaknya informasi dari teman sebaya atau sesama ibu hamil yang menyampaikan hal menakutkan tentang sakitnya melahirkan (Juwita & Nasution, 2018).

Selain perubahan psikologis, ibu hamil juga mengalami tekanan atau perubahan secara fisik. Hal ini meliputi perut ibu yang semakin membesar dan mempengaruhi kepercayaan diri ibu. Belum lagi menerima gunjingan dari keluarga khususnya suami akan perubahan tubuh yang dialami ibu selama hamil. Seharusnya segala hal yang dialami oleh ibu sudah dapat dikomunikasikan kepada bayinya di dalam perut agar terjadi *bonding* yang baik sejak dalam kandungan Ibu dan Janinnya (Mintarsih, 2017). Kecemasan pada ibu hamil seharusnya wajar terjadi asalkan skala kecemasan ini tidak menjadi semakin meningkat seiring dengan waktunya melahirkan. Yang mana secara tidak langsung juga akan mempengaruhi kehamilan, persalinan dan peningkatkan kejadian komplikasi dalam persalinan.

Untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil diperlukan adanya pendampingan salah satunya selain dari suami atau keluarga perlu juga pendampingan secara agama/rohani. Bimbingan dalam hal ini bisa dilakukan melalui pemberian konseling individu agar ibu hamil dapat menerima dirinya dan menikmati kehamilannya. Bimbingan rohani ini berfungsi untuk menanggulangi penyimpangan dan berfungsi untuk menyerahkan diri kepada Tuhan sang pemilik dunia ini sehingga akan ada hubungan antara manusia dengan tuhan, manusia dengan manusia sampai pada manusia dengan lingkungan yang disebut dengan *Tri Hita Karana* dalam Agama Hindu (Hallen, 2002). Tujuan dari adanya layanan keagamaan ini adalah menurunkan sebuah kecemasan pada ibu hamil yang dapat berefek lebih berbahaya terhadap kesehatan dirinya dan bayinya.

Komitmen agama sesuai dengan kepercayaan yang dianut oleh masing-masing individu sangat penting dalam pencegahan agar seseorang tidak mudah sakit dan meningkatkan kemampuan orang untuk mengatasi penderitaannya ketika sedang mengalami sakit atau kecemasan yang berlebih (Darwanti, 2010). Berdasarkan hasil *literature review* ditemukan bahwa pemberian siraman rohani (Yudistia, 2022), terapi murrotal (Wulansari, 2017) dapat menurunkan skor kecemasan pada ibu hamil dan ibu bersalin.

Studi Pendahuluan yang dilakukan pada Ibu hamil di Desa Kubutambahan ditemukan bahwa mereka sebagian besar masih merasa cemas akan kehamilan dan proses persalinan nantinya. Padahal ada dari mereka yang sudah mengalami kehamilan lebih dari satu. Tetapi kecemasan itu masih saja dirasakan apalagi sampai menyangkut tentang keselamatan dirinya dan janinnya. Sehingga peneliti memiliki tujuan untuk menilai pengaruh layanan agama khususnya agama hindu mengenai penerimaan diri, hubungan diri dengan tuhan, manusia dan lingkungan terhadap tingkat kecemasan ibu hamil di Desa Kubutambahan.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian dengan metode kuantitatif *pra eksperimen* dengan desain *pre posttest design one sample* untuk menilai pengaruh layanan agama dengan tingkat kecemasan ibu hamil. Populasi penelitian ini adalah Seluruh ibu hamil di Desa Kubutambahan Tahun 2022. Kemudian ditentukan menggunakan rumus besar sampel didapatkan bahwa sampel minimal penelitian sebanyak 36 responden disesuaikan dengan kriteria inklusi dan eksklusi, teknik sampling yang dilakukan menggunakan *purposive sampling*. Tempat penelitiannya di Desa Kubutambahan dengan waktu penelitian bulan Nopember 2021-Januari 2022. Instrumen pengumpulan data menggunakan kuesioner terkait dengan karakteristik responden meliputi umur, paritas, pendidikan, pekerjaan. Selanjutnya diukur kecemasannya menggunakan kuesioner *Hamilton anxiety rating scale* (HARS) sebelum diberikan layanan keagamaan. Selanjutnya setelah diberikan layanan keagamaan sebanyak 4 kali kunjungan Kembali diukur kecemasannya dan dinilai. Langkah selanjutnya dilakukan analisis data secara univariat untuk melihat distribusi frekuensi dan melakukan uji syarat menilai normalitas dan homogenitas data. Jika data berdistribusi normal dan homogen maka dilakukan uji T paired jika tidak maka melakukan uji *Wilcoxon* untuk menilai pengaruh layanan keagamaan dengan tingkat kecemasan ibu hamil di Desa Kubutambahan.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian secara univariat menemukan data sebagai berikut :

Tabel 1. Hasil analisis deksriptif karakteristik responden

Variabel	f(%)
Umur (Mean±SD)	28,1±4,05
Pretest Kecemasan (Mean±SD)	18,6±2,58
Posttest Kecemasan (Mean±SD)	16,5±2,23
Paritas	
Primigravida	21 (58,3)
Multigravida	15 (41,7)
Pekerjaan	
Ibu Rumah Tangga	14 (38,9)
Swasta	16 (44,4)
PNS	6 (16,7)
Pendidikan	
Tinggi	20 (55,6)
Rendah	16 (44,4)

Hasil analisis yang dilakukan secara univariat melaporkan hasil bahwa rata-rata umur responden berada pada usia 28 tahun dengan standar deviasi 4,05. Selanjutnya pada data pretest kecemasan didapatkan hasil bahwa rata-rata nilai kecemasan berada pada nilai 18,6 dengan standar deviasi 2,58 dan hasil posttest dengan rata-rata 16,5 standar deviasi 2,53. Secara frekuensi dilaporkan bahwa sebagian besar responden merupakan primigravida atau baru pertama kali hamil sebanyak 58,3 dengan pekerjaan swasta yang terbanyak yaitu 44,4%. Ibu hamil sebagian besar berpendidikan tinggi menyelesaikan SMA sampai pada perguruan tinggi yaitu sebanyak 55,6%.

Selanjutnya dilakukan analisis normalitas data untuk menilai uji hipotesis parametrik atau non parametrik yang digunakan ditemukan bahwa hasilnya nilai pre dan posttest memiliki signifikansi diatas 0,05 artinya bahwa data berdistribusi normal. Sehingga analisis yang digunakan adalah *paired t-test*. Hasilnya dapat dilihat pada tabel 2 dibawah ini.

Tabel 2 Analisis Uji Paired T-Test

Variabel	Mean	Nilai p	95%CI	
			Lower	Upper
Pretest	18,6	<0,0001	1,7	2,6
Posttest	16,5			

Hasil analisis menggunakan *compare mean* ditemukan bahwa terdapat penurunan nilai rata-rata kecemasan sebelum dan sesudah diberikan layanan keagamaan kepada ibu dengan delta mean 2,1. Hasil ini signifikan secara statistic dengan nilai $p < 0,0001$ dan 95% CI (1,7-2,6). Artinya bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari layanan keagamaan untuk menurunkan kecemasan pada ibu hamil di Desa Kubutambahan.

PEMBAHASAN

Kecemasan selama proses kehamilan sampai pada persalinan merupakan hal yang biasa terjadi hanya saja kecemasan ini harus segera ditangani agar tidak sampai pada tahap depresi. Hasil penelitian ini menemukan bahwa terdapat penurunan kecemasan ibu sebelum dan sesudah diberikan layanan keagamaan. Hasil yang sama dilaporkan pada penelitian sebelumnya bahwa kecemasan juga dirasakan oleh ibu yang menghadapi kehamilan sampai pada persalinan dan dapat berkurang ketika diberikan penghayatan religiusitas (Juwita & Nasution, 2018). Ibu hamil yang diberikan bimbingan atau materi mengenai ajaran amalan dilatih untuk menciptakan kesabaran dimana materi keagamaan yang disampaikan diharapkan dapat mengurangi kecemasannya.

Kecemasan ibu hamil dimulai dari sejak hamil trimester pertama sampai ketiga namun dengan tingkatan kecemasan yang berbeda-beda. Hasil penelitian sebelumnya juga menemukan bahwa spiritual yang tinggi secara otomatis akan menurunkan kecemasan dimana spiritual ini mulai memunculkan sugesti dan stimulus perasaan yang tenang sehingga hormone kortisol menurun dan hormone endorphin mulai meningkat (Nahar, 2018). Dukungan sipirtual yang paling baik dilakukan dengan *meaning of life* dan *ritual support and faith*. Ini artinya bahwa pengalaman yang dilakukan dalam kehidupan akan meningkatkan kepercayaan diri ibu hamil sampai bersalin. Kepercayaan akan adanya tuhan dan proses yang dilalui sudah merupakan jalan tuhan maka sedikit demi sedikit kecemasan akan mulai berkurang (Nurrahmaningtias, 2022). Hasil penelitian sebelumnya juga menemukan bahwa berdasarkan agama islam dengan melantunkan ayat sudi Al-qur'an pada ibu saat bersalin maka hal ini dapat menjadi obat atau sebuah terapi yang sangat bermanfaat untuk sugesti dan konsentrasi yang baik sehingga kegundahan, penyakit bhatin, fisik kecemasan secara otomatis akan mulai menurun (Wulansari, 2017). Layanan agama merupakan salah satu bentuk pendampingan eksternal yang dapat membantu ibu hamil atau bersalin menurunkan kecemasan dan ketakutannya akan proses menghadapi kehamilan sampai pada persalinan. Secara individu melakukan percakapan mengenai kepercayaan/agama masing-masing dan mengkaitkan hal tersebut sesuai dengan

ajaran masing-masing. Sehingga ibu hamil bisa menerima keadaan dan mulai melakukan penerimaan kepada dirinya dan janinya dengan baik.

SIMPULAN

Kesimpulannya bahwa terdapat pengaruh layanan agama yang diberikan pada ibu hamil dapat menurunkan kecemasan sebelum dan sesudah diberikan layanan keagamaan. Artinya bahwa siraman rohani/keagamaan membawa dampak yang baik untuk menurunkan kecemasan ibu saat hamil sampai dengan bersalin. Sehingga dapat membantu ibu untuk jauh terhindar dari komplikasi kehamilan serta persalinan yang dapat terjadi yang bertujuan untuk mendapatkan keiklasan, kesabaran dan ketenangan dalam menghadapi persalinan.

REFERENSI

- Darwanti, dkk. (2010). Bimbingan Rohani Dan Pengaruhnya Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Primigravida Dengan Persalinan Kala I Di Rsu Banyumas. *Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal of Nursing)*, 5(3), 174–181. Retrieved from http://keperawatan.unsoed.ac.id/sites/default/files/jks20100503_174-181.pdf
- Hallen. (2002). *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Ciputat Press.
- Juwita, M., & Nasution, N. H. (2018). Penghayatan Religiusitas Pada Ibu Hamil dalam Menghadapi Kecemasan Pra Persalinan di Puskesmas Pandan Agung Kecamatan Madang Suku II Mana Juwita. *Ghaidan*, 2(2), 16–28. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.1186/s13662-017-1121-6><https://doi.org/10.1007/s41980-018-0101-2><https://doi.org/10.1016/j.cnsns.2018.04.019><https://doi.org/10.1016/j.cam.2017.10.014><http://dx.doi.org/10.1016/j.apm.2011.07.041><http://arxiv.org/abs/1502.020>
- Mintarsih, W. (2017). Layanan Bimbingan Dan Konseling Islam Untuk Mengurangi Kecemasan Proses Persalinan. *Sawma*, 12(April), 277–296.
- Nahar, M. (2018). Hubungan Spiritual Support Dengan Kecemasan Dan Adaptasi Spiritual Ibu Hamil. *Advanced Optical Materials*, 10(1), 1–9.
- Nurrahmaningtias, U. (2022). *Hubungan Spiritual Support dengan Kecemasan dan Kualitas Tidur Ibu Hamil di Klinik Bersalin Karunia Sidoarjo*. Surabaya.
- Wulansari, A. (2017). *Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Perubahan Skor Kecemasan Ibu Bersalin Kala 1 Fase Laten di RS Nur Hidayah Bantul*. Yogyakarta.
- Yudistia, R. A. (2022). *Pengaruh Bimbingan Rohani Islam Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Covid-19 di Rumah Sakit Islam Jakarta (RSIJ) Cempaka Putih Jakarta Pusat*. Jakarta.