COPING: Community of Publishing in Nursing *Volume 14, Nomor 4, Agustus 2026 (438-448)*
p-ISSN 2303-1298, e-ISSN 2715-1980 DOI: https://doi.org/10.24843/coping.2026.v14.i04.p02

PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN DALAM MENGHADAPI PERSALINAN PADA IBU HAMIL YANG MENGIKUTI DAN TIDAK MENGIKUTI KELAS IBU HAMIL

Ni Luh Dewi Eka Damayanti*[1], I Gusti Ayu Pramitaresthi[1], Luh Mira Puspita[1], Ika Widi Astuti[2]
[1]Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Udayana
*korespondensi penulis, e-mail: luhdewieka0508@gmail.com

ABSTRAK

Kecemasan dalam menghadapi persalinan merupakan perasaan umum yang dialami oleh ibu hamil akibat perubahan fisik dan psikologis, yang berisiko mempengaruhi kesehatan ibu dan janin serta menimbulkan komplikasi obstetrik. Kelas ibu hamil merupakan salah satu program yang terdapat di puskesmas untuk memberikan informasi dan dukungan kepada ibu hamil selama masa kehamilan, persalinan, dan nifas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan pada ibu hamil yang mengikuti dan tidak mengikuti kelas ibu hamil di Puskesmas II Denpasar Barat. Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian kuantitatif komparatif tidak berpasangan dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel penelitian berjumlah 30 ibu hamil trimester tiga yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu 15 ibu hamil yang mengikuti kelas ibu hamil dan 15 ibu hamil yang tidak mengikuti kelas ibu hamil. Tingkat kecemasan diukur menggunakan instrumen Pregnancy-Related Anxiety Questionnaire-Revised 2 (PRAQ-R2). Analisis data dilakukan dengan uji Mann-Whitney. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar ibu hamil trimester tiga mengalami kecemasan ringan, yaitu 86,7% pada kelompok mengikuti kelas ibu hamil dan 73,3% pada kelompok tidak mengikuti kelas ibu hamil. Hasil uji statistik menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,369, yang berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok. Kesimpulan dari penelitian ini adalah keikutsertaan dalam kelas ibu hamil tidak menunjukkan perbedaan tingkat kecemasan yang signifikan pada ibu hamil trimester tiga di Puskesmas II Denpasar Barat.

Kata kunci: Kecemasan; Kelas Ibu Hamil; Persalinan; Trimester Tiga

ABSTRACT

Anxiety in facing labor is a common feeling experienced by pregnant women due to physical and psychological changes, which can affect the health of the mother and fetus and cause obstetric complications. The pregnant women class is one of the programs available in the public health center to provide information and support to pregnant women during pregnancy, childbirth, and postpartum. This study aims to determine differences in the level of anxiety in facing labor in pregnant women who attend and do not attend classes for pregnant women at the Public Health Center II, West Denpasar. The research method used in this research was unpaired comparative quantitative research with a cross-sectional approach. The research sample consisted of 30 pregnant women in their third trimester, divided into two groups: 15 pregnant women who attended prenatal classes and 15 pregnant women who did not attend prenatal classes. Anxiety levels were measured using the Pregnancy-Related Anxiety Questionnaire-Revised 2 (PRAQ-R2). Data analysis was performed using the Mann–Whitney test. The results showed that most pregnant women in their third trimester experienced mild anxiety, with 86.7% in the group that attended pregnancy classes and 73.3% in the group that did not attend prenatal classes. Statistical tests showed a p-value of 0.369, which means there was no significant difference between the two groups. The conclusion of this study is that participation in pregnancy classes did not show a significant difference in anxiety levels among pregnant women in their third trimester at the Public Health Center II, West Denpasar.

Keywords: Anxiety; Childbirth; Pregnancy Class; Third Trimester

This is an Open Access article, distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License.
Copyright © 2026 by the author(s).

PENDAHULUAN

Kehamilan mengharuskan wanita beradaptasi terhadap perubahan-perubahan yang terjadi, baik fisiologis dan psikologis (Yanti *et al*., 2020). Perubahan fisiologis yang dialami oleh ibu hamil selama masa kehamilan yaitu mual, muntah, rasa tidak nyaman pada payudara, perut semakin membesar, dan berhenti menstruasi. Hal ini berpengaruh terhadap kondisi psikologis ibu hamil yaitu terjadi perubahan emosi akibat rasa tidak nyaman yang dialami (Anggarani & Subakti, 2013). Kecemasan merupakan salah satu perubahan psikologis yang dialami ibu hamil sejak trimester pertama dan akan semakin meningkat khususnya pada trimester ketiga (Silva *et al.*, 2017).

Prevalensi kecemasan pada ibu hamil di negara maju diperkirakan sekitar 7-20% dan di negara berkembang diperkirakan sekitar 20% atau lebih (Biaggi *et al*., 2016). Penelitian yang dilakukan di Indonesia, didapatkan bahwa tingkat kecemasan ibu hamil tertinggi terjadi pada ibu hamil trimester tiga atau menjelang persalinan, yaitu 50% mengalami kecemasan ringan dan 50% mengalami kecemasan berat (Yasin *et al*., 2019). Kecemasan merupakan perasaan khawatir atau cemas yang berlebihan dan terjadi secara terus menerus yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari (Kemenkes, 2018).

Kecemasan pada ibu hamil khususnya menjelang persalinan sering dialami oleh ibu hamil trimester tiga. Kecemasan tersebut muncul akibat rasa khawatir dan gelisah terhadap proses kelahiran, masa perawatan, dan penyembuhan (Fazdria & Harahap, 2016). Kecemasan saat masa kehamilan hingga persalinan dapat disebabkan oleh faktor internal seperti usia, usia kehamilan, tingkat pendidikan, paritas, dan pekerjaan serta faktor eksternal seperti dukungan suami, dukungan keluarga, dan kelas ibu hamil (Fatmasanti *et al*., 2022; Handayani, 2015; Naharani *et al.,* 2018).

Kecemasan dalam menjelang persalinan dapat menimbulkan komplikasi pada ibu dan juga janinnya. Komplikasi yang dapat terjadi pada ibu adalah perdarahan, pre-eklamsia, dan persalinan sulit (Apsari *et al*., 2021), sedangkan komplikasi pada bayi komplikasi yang dapat terjadi yaitu bayi lahir prematur dan asfiksia (Niko, 2018). Kecemasan yang berlangsung lama dan tidak ditangani dengan baik menyebabkan komplikasi obstetrik dan berakhir pada kematian ibu. Kematian ibu di Indonesia pada tahun 2021 berdasarkan penyebab obstetrik diantaranya yaitu perdarahan, eklamsia, dan hipertensi dalam kehamilan (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2022).

Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia menunjukkan peningkatan pada tahun 2020-2021, yakni 4.627 kematian menjadi 7.389 kematian (Kemenkes, 2022). AKI di Bali dalam lima tahun terakhir, berada dibawah target yang telah ditetapkan yaitu 100 per 100.000 KH. AKI tersebut belum bisa turun secara signifikan setiap tahunnya. Peningkatan AKI terjadi di semua kabupaten atau kota. Kota Denpasar merupakan wilayah dengan AKI tertinggi kedua di Bali dengan kasus sebanyak 20 kasus (Dinkes Provinsi Bali, 2022).

Upaya yang telah dilakukan oleh pemerintah Indonesia untuk menurunkan AKI salah satunya adalah dengan melaksanakan program kelas ibu hamil. Kelas ibu hamil bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, ketrampilan, tempat berdiskusi, sharing pengalaman sesama ibu hamil mengenai kesehatan ibu dan anak. Kelas ibu hamil didampingi oleh bidan atau tenaga kesehatan yang akan membantu selama proses pemberian pendidikan kesehatan (Arianggara *et al*., 2022).

Studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas II Denpasar Barat pada tiga ibu hamil trimester tiga mengenai tingkat kecemasan pada ibu hamil, didapatkan bahwa 2/3 ibu hamil mengatakan tidak cemas dalam menghadapi persalinan dan sisanya 1/3 mengatakan cemas

karena takut terhadap persalinan, walaupun kehamilannya saat ini adalah kehamilan kedua. Terkait dengan kelas ibu hamil, hasil wawancara didapatkan semua ibu tidak mengikuti kelas ibu hamil baik di puskesmas maupun di luar puskesmas. Hanya 1/2 ibu hamil yang tidak cemas mengikuti yoga hamil pribadi.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang perbedaan tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan pada ibu hamil yang mengikuti dan tidak mengikuti kelas ibu hamil di Puskesmas II Denpasar Barat.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif komparatif tidak berpasangan dengan desain *cross-sectional* yang dilaksanakan di Puskesmas II Denpasar Barat pada bulan April hingga Mei 2023. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 30 responden yang dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu 15 responden yang mengikuti kelas ibu hamil dan 15 responden yang tidak mengikuti kelas ibu hamil. Penentuan minimal sampel digunakan berkaitan dengan jumlah populasi ibu hamil trimester tiga yang tidak bisa diprediksi.

Sampel diambil dengan teknik *consecutive sampling* dengan kriteria inklusi sebagai berikut:

(1) Kelompok Mengikuti Kelas Ibu Hamil
- Pernah mengikuti kelas ibu hamil selama periode kelas ibu hamil di Puskesmas II Denpasar Barat
- Bersedia menjadi responden

(2) Kelompok Tidak Mengikuti Kelas Ibu Hamil
- Tidak pernah mengikuti kelas ibu hamil di wilayah maupun luar wilayah kerja Puskesmas II Denpasar Barat
- Bersedia menjadi responden

Instrumen untuk mengukur tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan menggunakan *Pregnancy Related Anxiety Questionnaire-Revised* 2 (PRAQ-R2) versi Bahasa Indonesia (Wardani *et al*., 2018). PRAQ-R2 telah teruji validitas dan realibitasnya dengan nilai *cronbach's alpha* 0,85. Analisis univariat dilakukan pada usia, pekerjaan, pendidikan terakhir, paritas, dukungan suami, dukungan keluarga, keikutsertaan kelas ibu hamil, frekuensi mengikuti kelas ibu hamil, dan tingkat kecemasan ibu trimester tiga pada kelompok mengikuti dan tidak mengikuti kelas ibu hamil. Analisis bivariat yang digunakan yaitu uji statistik non parametrik Mann-Whitney untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan pada ibu hamil yang mengikuti dan tidak mengikuti kelas ibu hamil terhadap kesiapan menghadapi persalinan. Penelitian ini telah disetujui oleh Komisi Etik Penelitian FK Universitas Udayana dengan Nomor: 415/UN14.2.2.VII.14/LT/2023.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1.
Karakteristik Responden Penelitian

Variabel	Kategori	Mengikuti Kelas Ibu Hamil		Tidak Mengikuti Kelas Ibu Hamil	
		n	%	n	%
Usia	<20 tahun	0	0	2	13,3
	20-35 tahun	15	100	13	86,7
	>35 tahun	0	0	0	0
Pekerjaan	Bekerja	6	40	4	26,7
	Tidak Bekerja	9	60	11	73,3
Pendidikan Terakhir	Dasar	3	20	5	33,3
	Menengah	4	26,7	8	53,3

	Tinggi	8	53,3	2	13,3
Jumlah Kehamilan (Paritas)	Primigravida	8	53,3	7	46,7
	Multigravida	7	46,7	8	53,3
Dukungan Suami	Ya	12	80	11	73,3
	Tidak	3	20	4	26,7
Dukungan Keluarga	Ya	7	46,7	5	33,3
	Tidak	8	53,3	10	66,7

Tabel 1 menunjukkan karakteristik responden pada kedua kelompok penelitian. Pada kelompok yang mengikuti kelas ibu hamil, seluruh responden berusia 20-35 tahun (100%), sedangkan pada kelompok yang tidak mengikuti, mayoritas juga berada pada rentang usia yang sama (86,7%). Hal ini menunjukkan bahwa kedua kelompok relatif berada pada usia reproduksi ideal.

Sebagian besar responden pada kedua kelompok tidak bekerja, dengan proporsi yang sedikit lebih tinggi pada kelompok yang tidak mengikuti kelas ibu hamil (73,3%) dibandingkan kelompok yang mengikuti (60%). Dari segi pendidikan, kelompok mengikuti kelas ibu hamil didominasi oleh responden berpendidikan tinggi (53,3%), sedangkan kelompok yang tidak mengikuti didominasi oleh pendidikan menengah (53,3%). Perbedaan ini dapat mengindikasikan adanya kecenderungan bahwa tingkat pendidikan berperan dalam keputusan mengikuti kelas ibu hamil.

Berdasarkan paritas, kelompok mengikuti lebih banyak primigravida (53,3%), sedangkan kelompok tidak mengikuti lebih banyak multigravida (53,3%). Hal ini menunjukkan kemungkinan bahwa pengalaman persalinan sebelumnya memengaruhi kebutuhan atau motivasi dalam mengikuti kelas ibu hamil. Dukungan suami pada kedua kelompok tergolong tinggi, meskipun sedikit lebih besar pada kelompok mengikuti (80%). Sebaliknya, mayoritas responden pada kedua kelompok tidak mendapatkan dukungan keluarga, dengan proporsi lebih tinggi pada kelompok yang tidak mengikuti (66,7%).

Tabel 2.
Frekuensi Mengikuti Kelas Ibu Hamil

Frekuensi	**Mengikuti Kelas Ibu Hamil**	
	n	**%**
1-2 kali pertemuan	11	73,3
3-4 kali pertemuan	4	26,7
Total	**15**	**100**

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang pernah mengikuti kelas ibu hamil, menghadiri kelas ibu hamil sebanyak satu hingga dua kali pertemuan (73,3%). Berdasarkan ketentuan program di Puskesmas II Denpasar Barat, kelas ibu hamil dilaksanakan sebanyak empat kali pertemuan dalam satu periode dan peserta dinyatakan mengikuti program secara lengkap apabila menghadiri seluruh pertemuan tersebut. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden belum mengikuti kelas ibu hamil hingga selesai sesuai dengan standar program.

Tabel 3.
Gambaran Tingkat Kecemasan Responden berdasarkan Kelompok Mengikuti dan Tidak Mengikuti Kelas Ibu hamil

Tingkat Kecemasan	Kelompok			
	Mengikuti Kelas Ibu Hamil		Tidak Mengikuti Kelas Ibu Hamil	
	n	%	n	%
Kecemasan Ringan	13	86,7	11	73,3
Kecemasan Sedang	2	13,3	4	26,7
Kecemasan Berat	0	0	0	0
Total	**15**	**100**	**15**	**100**

Tabel 3 menunjukkan sebagian besar responden yang mengikuti kelas ibu hamil mengalami kecemasan ringan yaitu sebanyak 13 responden (86,7%) dan responden yang tidak mengikuti kelas ibu hamil mengalami kecemasan ringan sebanyak 11 responden (73,3%).

Tabel 4.
Hasil Analisis Mann-Whitney

Variabel	*p-value*	Z
Tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan pada ibu hamil yang mengikuti dan tidak mengikuti kelas ibu hamil	0,369	-0.898

Tabel 4 menunjukkan tidak ditemukan perbedaan yang signifikan pada tingkat kecemasan antara ibu hamil yang mengikuti dan tidak mengikuti kelas ibu hamil di Puskesmas II Denpasar Barat dengan nilai p (0,369) > α (0,05). Rerata *rank* tingkat kecemasan pada kelompok yang mengikuti kelas ibu hamil adalah 14.50, sedangkan pada kelompok yang tidak mengikuti kelas ibu hamil adalah 16.50. Hal tersebut menunjukkan kecenderungan skor tingkat kecemasan lebih tinggi pada kelompok yang tidak mengikuti kelas ibu hamil. Uji Mann–Whitney menunjukkan hasil yang tidak signifikan (Z = -0,898; p = 0,369). Nilai *effect size* yang dihitung menggunakan rumus $r = Z/\sqrt{N}$ diperoleh sebesar r = 0,16, yang menunjukkan bahwa besar perbedaan antar kelompok termasuk kategori efek kecil.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menggambarkan mayoritas responden yang mengikuti kelas ibu hamil mengalami kecemasan ringan yaitu sebanyak 13 responden (86,7%), dibandingkan dengan kelompok yang tidak mengikuti kelas ibu hamil (73,3%). Penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Naharani *et al.* (2021), bahwa responden yang mengikuti kelas ibu hamil memiliki tingkat kecemasan ringan lebih banyak dibandingkan dengan kecemasan sedang. Temuan ini menunjukkan adanya kecenderungan bahwa keikutsertaan dalam kelas ibu hamil berhubungan dengan tingkat kecemasan yang lebih ringan dalam menghadapi persalinan.

Hal ini dikarenakan kelas ibu hamil memiliki manfaat untuk meningkatkan kesehatan ibu dan bayi serta terdapat prenatal yoga yang dapat merilekskan tubuh ibu, sehingga berpengaruh terhadap tingkat kecemasan yang dialami (Nurfazriah & Sakinah, 2021). Keikutsertaan kelas ibu hamil juga dapat menciptakan kelompok bertukar informasi antara ibu dengan tenaga kesehatan, menunjukkan dukungan positif antar sesama anggota, dan memberikan dukungan emosional serta fisik dari suami/keluarga saat ikut hadir dalam kelas ibu hamil (Kyrsa *et al*., 2016).

Faktor lain yang mendukung tingkat kecemasan ringan pada responden yang mengikuti kelas ibu hamil adalah usia ideal (20-35 tahun), berpendidikan tinggi, paritas primigravida, tidak bekerja atau sebagai ibu rumah tangga, dan mendapatkan dukungan suami (Sitepu, 2019; Usman *et al.,* 2016; Apriliani *et al.,* 2022). Hasil penelitian pada responden yang tidak mengikuti kelas ibu hamil menggambarkan mayoritas responden mengalami tingkat kecemasan ringan yaitu sebanyak 11 responden (73,3%). Tingkat kecemasan menjelang persalinan merupakan hal umum yang dialami oleh ibu hamil trimester tiga karena pada fase ini ibu harus beradaptasi terhadap perubahan yang terjadi.

Tingkat kecemasan ringan pada ibu yang tidak mengikuti kelas ibu hamil kemungkinan dapat disebabkan oleh usia ibu yang ideal yaitu 20-35 tahun. Normalnya, ibu hamil usia ideal mudah mengatasi stressor karena potensi alamiah atau koping efektif dalam mengatasi kecemasan. Paritas multigravida juga dapat mempengaruhi kecemasan ringan pada ibu hamil yang tidak mengikuti kelas ibu hamil. Hal ini dikarenakan ibu sudah mengetahui kondisi persalinan sebelumnya dan menganggap bahwa proses persalinan adalah hal yang normal (Herlina *et al.,* 2023).

Ibu hamil yang tidak bekerja lebih banyak mengalami kecemasan dibandingkan dengan yang bekerja. Fokus terhadap pekerjaan dapat mengalihkan perasaan cemas ibu (Rahmita, 2017). Tingkat pendidikan juga mempengaruhi kecemasan ringan pada ibu hamil. Ibu yang memiliki pendidikan tinggi mempunyai banyak informasi mengenai kehamilannya, sehingga memungkinkan ibu untuk mengantisipasi dirinya dalam menghadapi kecemasan menjelang persalinan (Pane *et al*., 2021).

Ibu hamil yang didukung suaminya cenderung memiliki kecemasan ringan, sehingga resiko saat persalinan yang mungkin dialami oleh ibu juga akan lebih rendah (Nurianti et al., 2021). Menurut Nurhasanah *et al* (2022), frekuensi pemeriksaan kehamilan juga dapat mempengaruhi kecemasan ibu hamil. Ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan kategori standar memiliki peluang 4,134 kali lebih besar mengalami kecemasan ringan dibandingkan dengan yang tidak standar. Pemeriksaan kehamilan secara standar dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil yang dapat mempengaruhi respon ibu terhadap tingkat kecemasan.

Berdasarkan hasil penelitian bivariat dengan uji statistik Mann-Whitney didapatkan nilai p (0,369) > α (0,05), yang diartikan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan pada ibu hamil yang mengikuti dan tidak mengikuti kelas ibu hamil. Nilai *effect size* didapatkan sebesar r = 0,16, yang artinya bahwa secara praktis besar perbedaan antar kelompok relatif lemah. Hal ini menunjukkan meskipun terdapat kecenderungan perbedaan secara deskriptif, kekuatan pengaruh kelas ibu hamil terhadap tingkat kecemasan dalam penelitian ini masih rendah.

Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Hassanzadeh *et al* (2020) di Iran, bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kecemasan dengan kelompok yang hadir secara teratur dan tidak teratur pada kelas persiapan persalinan. Tidak adanya perbedaan tersebut kemungkinan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti kualitas mengikuti kelas ibu hamil, akses informasi yang mudah, pengetahuan ibu, budaya, dan sosial ekonomi.

Hasil penelitian didapatkan bahwa kehadiran ibu mengikuti kelas ibu hamil belum optimal yang dilihat dari sebagian responden (73,3%) hanya menghadiri kelas ibu hamil satu hingga dua kali pertemuan. Kehadiran ibu selama mengikuti kelas ibu hamil merupakan salah satu indikator kualitas mengikuti kelas ibu hamil dan dapat mempengaruhi tingkat kecemasan pada

ibu hamil. Kelas ibu hamil yang tidak diikuti secara rutin dan lengkap akan berdampak pada penyampaian informasi mengenai kesehatan ibu dan bayi yang tidak optimal (Aini & Yulian, 2023). Hal ini menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi tidak ditemukannya perbedaan tingkat kecemasan pada ibu hamil.

Selain kualitas kehadiran kelas ibu hamil, kemungkinan tidak ditemukannya perbedaan yang signifikan dalam penelitian ini juga dapat dipengaruhi oleh ukuran sampel yang relatif kecil. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa ukuran sampel yang tidak memadai akan menurunkan *statistical power* dan meningkatkan risiko *type II error*, sehingga efek yang sebenarnya mungkin tidak terdeteksi (Unalan, 2021). Perhitungan ukuran sampel yang tepat dan analisis *power* juga merupakan aspek penting dalam perencanaan penelitian untuk memastikan bahwa hubungan yang benar-benar ada dapat muncul secara statistik (Biggs et al., 2024). Dengan demikian, tidak ditemukannya perbedaan yang signifikan belum tentu menunjukkan bahwa kelas ibu hamil tidak memiliki pengaruh, tetapi bisa disebabkan oleh keterbatasan kekuatan statistik penelitian ini.

Analisis dalam penelitian ini masih bersifat bivariat, sehingga hubungan antara keikutsertaan kelas ibu hamil dan tingkat kecemasan belum dikontrol terhadap faktor perancu seperti usia, paritas, tingkat pendidikan, pekerjaan, maupun dukungan suami dan keluarga. Faktor-faktor tersebut pada kedua kelompok relatif serupa dan secara teori dapat memengaruhi tingkat kecemasan, sehingga berpotensi meminimalkan perbedaan antar kelompok.

Akses informasi di era teknologi yang sudah canggih, mudah dilakukan oleh sebagian besar ibu hamil untuk meningkatkan pengetahuan mengenai kesehatan ibu dan anak. Melalui *smartphone,* ibu dapat mengakses internet dan aplikasi kehamilan dalam memenuhi kebutuhan informasi. Beberapa aplikasi yang umum digunakan yaitu aplikasi halobumil, teman bumil, dan ruang mom (Lathifah & Dewi, 2021). Informasi yang didapatkan ibu hamil melalui internet dan aplikasi kehamilan dapat memaksimalkan kesehatan ibu, meningkatkan pengetahuan, dan mengurangi rasa ketakutan dan kecemasan mengenai hal yang tidak diketahui (Javanmardi *et al*., 2018).

Pengetahuan ibu hamil dapat mempengaruhi kecemasan dalam menghadapi persalinan. Pengetahuan akan menentukan cara berpikir ibu terhadap proses kehamilan hingga persalinan. Semakin banyak pengetahuan ibu hamil tentang proses persalinan, maka akan semakin mendorong terbentuknya pikiran positif mengenai proses persalinan. Hal tersebut dapat membantu ibu hamil untuk lebih siap secara mental dan emosional dalam menghadapi proses persalinannya (Yurissetiowati & Baso, 2021).

Budaya dan spiritual juga dapat mempengaruhi cara berpikir seseorang (Romalasari & Astuti, 2020). Ritual kehamilan menjadi salah satu bentuk dukungan sosial yang diberikan kepada ibu hamil dalam konteks terapi lintas budaya. Setiap budaya dan daerah memiliki bentuk ritual dan kepercayaan yang berbeda-beda selama masa kehamilan. Namun, konsep dari ritual kehamilan yang dijalani tetap sama yaitu adanya keterlibatan anggota keluarga, teman, saudara, dan kerabat sebagai bentuk dukungan sosial selama pelaksanaannya. Keterlibatan anggota keluarga di dalam ritual kehamilan membuat ibu merasa tidak sendirian menghadapi proses kehamilannya sehingga ibu akan lebih tenang saat mengalami kecemasan (Rahmawati *et al*., 2020). Status sosial ekonomi ibu hamil juga dapat mempengaruhi kecemasan menjelang persalinan. Semakin tinggi status ekonomi maka semakin rendah tingkat kecemasannya dan begitupun sebaliknya (Lismawati & Widyastuti, 2020).

Pada penelitian ini, tidak ditemukan perbedaan yang signifikan dalam tingkat kecemasan menghadapi persalinan antara ibu hamil yang mengikuti kelas ibu hamil dan yang tidak mengikuti kelas ibu hamil. Temuan ini mengindikasikan bahwa keikutsertaan dalam kelas ibu hamil belum terbukti memberikan pengaruh yang bermakna terhadap tingkat kecemasan responden dalam penelitian ini. Meskipun demikian, bukan berarti bahwa kelas ibu hamil tidak memiliki manfaat lain bagi ibu hamil. Manfaat lain yang dapat ibu hamil peroleh dengan mengikuti kelas ibu hamil adalah mempersiapkan ibu hamil selama masa kehamilan, proses persalinan, dan nifas sehingga dapat mengurangi keluhan-keluhan yang ibu hamil alami, mengurangi biaya medis, dan meningkatkan kesehatan ibu.

Hal ini kemungkinan disebabkan oleh beberapa faktor, seperti tingkat dukungan keluarga dan suami, pengalaman persalinan sebelumnya (paritas), tingkat pendidikan, maupun karakteristik individu dalam mengelola stres dan kecemasan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa meskipun secara teoritis kelas ibu hamil berpotensi menurunkan kecemasan, pada penelitian ini keikutsertaan dalam kelas ibu hamil belum menunjukkan efek yang signifikan terhadap tingkat kecemasan menghadapi persalinan.

KESIMPULAN

Sebagian besar responden yang mengikuti kelas ibu hamil memiliki tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan yang ringan (86,7%). Sebagian besar responden yang tidak mengikuti kelas ibu hamil memiliki tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan yang ringan (73,3%). Tidak ada perbedaan yang signifikan tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan pada ibu hamil yang mengikuti dan tidak mengikuti kelas ibu hamil di Puskesmas II Denpasar Barat pada penelitian ini.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam menginterpretasikan hasil. Desain *cross-sectional* hanya menggambarkan kondisi pada satu waktu sehingga tidak dapat menjelaskan hubungan sebab dan akibat. Penggunaan teknik *consecutive sampling* juga membatasi generalisasi hasil karena tidak semua anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk menjadi responden. Jumlah sampel yang relatif kecil dapat memengaruhi kekuatan analisis statistik dan meningkatkan kemungkinan tidak terdeteksinya perbedaan. Selain itu, penelitian ini belum mengontrol faktor lain seperti pendidikan, pekerjaan, paritas, dukungan sosial, dukungan suami, dan frekuensi kehadiran kelas ibu hamil yang dapat memengaruhi tingkat kecemasan. Interpretasi hasil ini perlu dilakukan secara hati-hati dengan mempertimbangkan faktor perancu dan keterbatasan daya uji statistik penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

Aini, T., & Yulian, V. (2023). Pengaruh Kelas Ibu Hamil Terhadap Upaya Pencegahan Stunting: Sebuah Studi Literatur. *Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta.*

Anggarani, D., & Subakti, Y. (2013). Kupas Tuntas Seputar Kehamilan. Jakarta Selatan: PT AgroMedia Pustaka.

Apsari, N. L. D., Antari, N. K. A. J., Juhanna, I. V., & Adiatmika, I. P. G. (2021). Perbedaan Tingkat Kecemasan pada Ibu Hamil Trimester Ketiga yang Mengikuti dengan yang Tidak Mengikuti Prenatal Yoga di Kabupaten Gianyar. *Majalah Ilmiah Fisioterapi Indonesia*, 9(2), 116–121.

Arianggara, A. W., Margiyanti, N. J., Sari, D. P., Tarigan, R. A., & Handayani, T. Y. (2022). Optimalisasi kelas ibu hamil sebagai upaya peningkatan kesehatan pada masa kehamilan dan persiapan persalinan. *Dedikasi Sains Dan Teknologi,* 2(1), 34–38. https://doi.org/10.47709/dst.v2i1.1374

Biaggi, A., Conroy, S., Pawlby, S., & Pariante, C. M. (2016). Identifying the women at risk of antenatal anxiety and depression: A systematic review. *Journal of Affective Disorders,* 191, 62–77. https://doi.org/10.1016/j.jad.2015.11.014

Biggs, J., Challenger, J. D., Hellewell, J., Churcher, T. S., & Cook, J. (2024). *A systematic review of sample size estimation accuracy on power in malaria cluster randomised trials*. BMC Medical Research Methodology, 24, 238. https://doi.org/10.1186/s12874-024-02361-9

Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2022). Profil Kesehatan Provinsi Bali Tahun 2021. November 1, 2022. https://diskes.baliprov.go.id/download/profil-kesehatan-provinsi-bali-2021/

Fatmasanti, A. U., Bakri, K. R. R., & Muchtar, A. S. (2022). Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Ibu Hamil pada Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Kesehatan Panrita Husada,* 7(1), 93–104. https://doi.org/10.37362/jkph.v7i1.777

Fazdria, & Harahap, M. S. (2016). Gambaran Tingkat Kecemasan pada Ibu Hamil dalam Menghadapi Persalinan di Desa Tualang Teungoh Kecamatan Langsa Kota Kabupaten Kota Langsa Tahun 2014. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, 16(1), 6–13.

Handayani, R. (2015). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Menjelang Persalinan Pada Ibu Primigravida Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang Tahun 2012. *Ners Jurnal Keperawatan*, 11(1), 62–71.

Hassanzadeh, R., Abbas-Alizadeh, F., Meedya, S., Mohammad-Alizadeh-Charandabi, S., & Mirghafourvand, M. (2020). Fear of childbirth, anxiety and depression in three groups of primiparous pregnant women not attending, irregularly attending and regularly attending childbirth preparation classes. *BMC Women's Health*, 20(1). https://doi.org/10.1186/s12905-020-01048-9

Herlina, S. M., Ulya, Y., & Pricilia, R. Y. (2023). Analisis Tingkat Kecemasan pada Ibu Hamil Trimester III Menjelang persalinan. Profesional Health Journal, 4(2), 261–267. https://www.ojsstikesbanyuwangi.com/index.php/PHJ%0AANALISIS

Ismail, I., Usman, S., & Maulida, M. (2019). Berbagai Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III (Studi Kasus Di Wilayah Kerja Puskesmas Samalanga Kabupaten Bireuen). *Majalah Kesehatan Masyarakat Aceh (MaKMA),* 2(3), 120–130. https://doi.org/10.32672/makma.v2i3.1545

Javanmardi, M., Noroozi, M., Mostafavi, F., & Ashrafi-Rizi, H. (2018). Internet Usage among Pregnant Women for Seeking Health Information: A Review Article. *Iranian journal of nursing and midwifery research*, 23(2), 79–86. https://doi.org/10.4103/ijnmr.IJNMR_82_17

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Pengertian Kesehatan Mental. November 7, 2022. https://promkes.kemkes.go.id/pengertian-kesehatan-mental?PageSpeed=noscript

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2021. October 18, 2022. https://www.kemkes.go.id/downloads/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-2021.pdf

Krysa, J., Iwanowicz-Palus, G. J., Bień, A. M., Rzońca, E., & Zarajczyk, M. (2016). Antenatal classes as a form of preparation for parenthood: analysis of benefits of participating in prenatal education. Polish Journal of Public Health, 126(4), 192–196. https://doi.org/10.1515/pjph-2016-0040

Lathifah, I. C., & Dewi, A. O. P. (2021). Perilaku Pencarian Informasi Ibu Hamil pada Kehamilan Pertama di Kecamatan Tembalang Semarang dalam Memenuhi Kebutuhan Informasi. *Anuva: Jurnal Kajian Budaya, Perpustakaan, Dan Informasi*, 5(3), 401-416.

Lismawati, E., & Widyastuti, D. E. (2020). Hubungan Status Ekonomi dan Dukungan Suami dengan Tingkat Kecemasan Ibu dalam Menghadapi Persalinan Normal. (*Doctoral dissertation, Universitas Kusuma Husada Surakarta*)

Naharani, A. R., Siswati, & Fatkhiyah, N. (2018). Hubungan Perilaku Keikutsertaan Kelas Ibu Hamil dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Persalinan pada Ibu Hamil Primigravida Trimester III. *Jurnal SIKLUS*, 07(2).

Niko, P. F. (2018). Pengaruh Terapi Dzikir untuk Menurunkan Kecemasan pada Ibu Hamil. *Jurnal ISLAMIKA*, 1(1), 24–33.

Nurfazriah, I., & Sakinah, I. (2021). Penurunan Kecemasan Ibu dengan Mengikuti Kelas Ibu Hamil Prenatal Yoga. *Faletehan Health Journal*, 8(03), 147–151. https://doi.org/10.33746/fhj.v8i03.114

Nurhasanah, D., Anggraini, H., & Sukarni, D. (2022). Hubungan Usia, Frekuensi ANC, dan Dukungan Suami dengan Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester III Menjelang Persalinan. Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi, 22(2), 780. https://doi.org/10.33087/jiubj.v22i2.1874

Nurianti, I., Saputri, I. N., & Crisdayanti Sitorus, B. (2021). Hubungan Dukungan Suami Dengan Kecemasan Ibu Hamil Dalam Menghadapi Proses Persalinan. Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk), 3(2), 163–169. https://doi.org/10.35451/jkk.v3i2.493

Pane, J. P., Saragih, H., Sinaga, A., & Manullang, A. (2021). Kecemasanan Ibu HamilTtrimester 3 Di Masa Pandemi Covid-19 Dalam Menghadapi Persalinan. Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa, 3(1), 461–468. https://doi.org/10.55771/mppk.v3i1.33

Puspitasari, I. (2019). Pengaruh Pemanfaatan Aplikasi M-Health Terhadap Pengurangan Keluhan Mual Muntah Pada Ibu Hamil. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 10(2), 408-416.

Rahmawati, Permana Putra, A., Junian Lestari, D., & Saripudin, M. (2020). Ritual Budaya Selama Kehamilan Di Indonesia Sebagai Bentuk Local Wisdom Dukungan Sosial. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan FKIP Universitas Sultan Ageng Tirtayasa*, 3(1), 502–514. https://jurnal.untirta.ac.id/index.php/psnp/article/view/9979

Rahmita, N. (2017). Tingkat Kecemasan pada Ibu Hamil Primigravida Trimester Ketiga di Puskesmas Kecamatan Tamalanrea Makassar. Universitas Hasanuddin.

Romalasari, N. F., & Astuti, K. (2020). Hubungan Antara Dukungan Suami dan Partisipasi Mengikuti Kelas Ibu Hamil dengan Kecemasan Menghadapi Persalinan pada Ibu Hamil Primigravida Trimester Tiga di Puskesmas Nglipar II. G-Couns: *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(2), 304–318. https://doi.org/10.31316/g.couns.v4i2.817

Silva, M. M. de J., Nogueira, D. A., Clapis, M. J., & Leite, E. P. R. C. (2017). Anxiety in pregnancy: Prevalence and associated factors. *Revista Da Escola de Enfermagem*, 51. https://doi.org/10.1590/S1980-220X2016048003253

Sitepu, J. (2019). Hubungan Karakteristik Ibu Hamil Trimester Iii Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Di Klinik Pratama Jannah Pasar Vii Tembung Tahun 2017. Jurnal Antara Kebidanan, 2(3), 136–154

Unalan, A. (2021). Sample Size in Clinical Researches: Power of the Test and Effect Size. Black Sea Journal of Health Science, 4(3), 221-227. https://doi.org/10.19127/bshealthscience.866556

Usman, F. R., Kundre, R. M., & Onibala, F. (2016). Perbedaan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Persalinan Dengan Kepatuhan Antenatal Care (Anc) Di Puskesmas Bahukota Manado. Jurnal Keperawatan, 4(1).

Wardani, H. W., Agustina, R., & Damayanti, E. A. F. (2018). Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur Ibu Hamil Primigravida Trimester III. *Dunia Keperawatan*, 6(1), 1–10.

Yanti, Lala, W., & Manullang, T. H. (2020). Hubungan Keikutsertaan Ibu Hamil Dalam Kelas Ibu Hamil Dengan Kesiapan Menghadapi Persalinan Di Wilayah Desa Hiliganowo Kecamatan Teluk Dalam Kabupaten Nias Selatan Tahun 2020. *Journal Of Midwifery Senior*, 3(1), 114–120.

Yasin, Z., Sumarni, S., & Mardiana, N. D. (2019). Hubungan Usia Ibu dan Usia Kehamilan dengan Kecemasan Ibu Hamil dalam Menghadapi Persalinan di Polindes Masaran

Kecamatan Bluto. *Proceedings of 1st Seminar Nasional Dan Call for Paper Fakultas Ilmu Kesehatan*. Hal. 55–61.

Yurissetiowati, & Baso, N. (2021). Tingkat Pengetahuan, Sikap, dan Kunjungan Kehamilan pada Ibu Hamil selama Pandemi Covid-19: Literature Review. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(6), 1-6. https://doi.org/10.47492/jip.v2i6.945