



Efektifitas CULUN KIA (Curhat Online Kesehatan Ibu dan Anak) terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil dalam Menghadapi Proses Persalinan pada Era New Normal

The Effectiveness of GEEKY KIA (Online Talking on Mom and Child Health) on the Anxiety Level of Pregnant Mothers in Facing the Delivery Process at New Normal Era

Hilda Prajayanti¹⁾, Maslikhah, Ida Baroroh

¹⁾Akademi Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan

Email : hilda.ragaiza@gmail.com

OPEN ACCESS

ISSN 2548-2246 (online)

ISSN 2442-9139 (print)

Edited by :

Iid Putri Zulaida

Reviewed by :

Ririn Ariyanti

*Correspondence : Hilda

Prajayanti

Hilda.ragaiza@gmail.com

Received : 20 Nopember
2021

Accepted : 25 Nopember
2021

Published : 05 April 2022

Citation : Hilda Prajayanti
(2022)

Efektifitas CULUN KIA
(Curhat Online Kesehatan Ibu
dan Anak) terhadap Tingkat
Kecemasan Ibu Hamil dalam
Menghadapi Proses Persalinan
pada Era New Normal

Midwiferia Jurnal Kebidanan.

8 : 1. Doi :

10.21070/midwiferia.v8i1.1636

ABSTRAK

Pandemi Covid-19 masih melanda di Indonesia, untuk mencegah penularan Covid-19, Pemerintah Indonesia melakukan *Work from home*, program 3 M dan berdiam diri di rumah. Wanita hamil diharuskan melakukan pemeriksaan kehamilan ke fasilitas pelayanan kesehatan dengan melakukan perjanjian. Salah satu cara untuk mengurangi tingkat kecemasan dengan CULUN KIA yaitu suatu media yang dirancang untuk memberikan informasi terkait kesehatan ibu hamil dan sebagai media edukasi ibu hamil dalam persiapan persalinan agar memberikan support mental dalam menjelang persalinan. Tujuan Penelitian mengetahui efektivitas CULUN KIA terhadap penurunan kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan pada masa new normal covid-19. Penelitian menggunakan *Quasi Experiment Design* dengan rancangan *Pretest and Posttest Design*. Pada desain ini terdapat 2 kelompok yaitu kelompok eksperimen sejumlah 20 orang dan kelompok kontrol sejumlah 20 orang. Tehnik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Analisis bivarite menggunakan *paired t-test*. Hasil dari penelitian ini adalah ada perbedaan penurunan skor kecemasan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan nilai $p=0,00$ ($p<0,05$), terbukti dengan adanya penurunan skor rata-rata sebesar 9,5 pada kelompok eksperimen dan Kelompok kontrol sebesar 2,55. Sehingga disimpulkan adanya perbedaan yang signifikan penurunan kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi proses persalinan pada Era New Normal Covid-19 antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Kata kunci : curhat online, KIA, kecemasan, persalinan, era new normal Covid-19



ABSTRACT

The Covid-19 pandemic is still engulfing all at Indonesia, to prevent the transmission of Covid-19, the government issued various appeals for stricter prevention such as WFH, the 3M program and stay at home. One way to reduce anxiety levels, we present CULUN KIA, which is a media designed to provide information related to the health of pregnant women and as an educational medium for pregnant women who are approaching labor which is to provide support. mental health to pregnant women before delivery. The purpose study was to determine the effectiveness of CULUN KIA on reducing anxiety in pregnant women in dealing with childbirth during the new normal covid 19. This study used a Quasiexperiment Design where in this design there are 2 groups. The experimental group and control group consisted of 20 third peoples. The sampling technique used was purposive sampling. Bivarite analysis using paired t-test. The result of this study is that there is a difference in the decrease in anxiety scores between the experimental group and the control group with a value of $p = 0.00$ ($p < 0.05$). as evidenced by the decrease in the average score of 9.5 in the experimental group and the control group of 2.55. So it was concluded that there was a significant difference in the decrease in anxiety of pregnant women in the second trimester in facing the delivery process in the New Normal Covid-19 Era between the experimental group and the control group.

Keywords : *online talking, KIA, Anxiety, Delivery process, New Normal Era of Covid-19*



1. PENDAHULUAN

Coronavirus adalah keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit mulai dari gejala ringan sampai berat. Berdasarkan data Gugus Tugas Covid-19 per 14 Oktober 2020, sejumlah lebih dari 64.742 orang telah terinfeksi covid-19. Dari dasar inilah Pemerintah Indonesia mengeluarkan kebijakan untuk pencegahan penularan Covid-19 lebih ketat dengan cara *Work from home* (WFH), program 3 M dan masyarakat diminta untuk tetap di rumah, menghindari kerumunan massa. Dengan kondisi seperti inilah, masyarakat tidak dapat melakukan refreshing ke luar rumah yang menyebabkan masyarakat memiliki tingkat kejenuhan yang lebih tinggi. Berdiam diri di rumah memiliki dampak pada naiknya angka kehamilan pada wanita subur.

Pada saat kehamilan, wanita tetap diharuskan melakukan kunjungan *antenatal care* ke fasilitas pelayanan kesehatan dengan melakukan perjanjian kepada petugas kesehatan agar persalinan berjalan lancar, ibu dan bayi sehat tanpa tertular dengan penyakit covid-19. Dalam kondisi pandemi, ibu hamil yang khususnya ibu hamil trimester III, akan menambah tingkat kecemasan menghadapi persalinan terutama ibu hamil yang akan bersalin di rumah sakit. Kebijakan di rumah

sakit juga mengharuskan penunggu pasien hanya 1 orang dengan orang yang sama (RSUD Bendan Kota Pekalongan, 2020).

Pada era digitalisasi ini, masyarakat banyak menggunakan internet sebagai media dalam melakukan komunikasi tanpa harus bertatap muka langsung. Media yang digunakan masyarakat antara lain: *whatsapp*, *Instagram*, *Line*, *Skype* dan lain-lain. Media inilah yang digunakan untuk berinteraksi dengan orang lain baik untuk konsultasi dan berbagi pengalaman.

Salah satu cara untuk mengurangi tingkat kecemasan, kami hadirkan CULUN KIA yaitu suatu media yang dirancang untuk memberikan informasi terkait (Curahan hati kesehatan ibu dan anak) atau konseling melalau media sosial dan sebagai media edukasi kepada ibu hamil yang mendekati persalinan yang diperuntukkan untuk berbagi informasi terkait kehamilan, persalinan, bayi dan nifas agar memberikan support mental kepada ibu hamil menjelang persalinan.

Curhat *Online* merupakan curahan hati seseorang untuk mengungkapkan isi hati kepada orang yang dipercaya melalui media online. karena pada musim pandemi covid-19 mengharuskan kita untuk sedikit berinteraksi dengan orang lain, menjaga jarak dan



menghindari kerumunan. Curahan hati dapat berisi tentang pemberian konseling kepada ibu hamil melalui media sosial.

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui efektivitas CULUN KIA terhadap penurunan kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan pada *Era New Normal* Covid-19. Penelitian ini sangatlah penting dan dibutuhkan oleh ibu hamil, karena selama pandemi covid-19 kelas ibu hamil diliburkan sehingga pemberian pendidikan kesehatan, pertukaran informasi dan pembuatan *appointmen* diharuskan melalui *online* (*Whatsapp*). Salah satu media sosial yang familiar dan mudah di gunakan oleh ibu hamil dengan media *Whatsapp*, yang sebagian besar ibu hamil memiliki aplikasi tersebut.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan *Quasi Experiment Design* dengan desain rancangan *Pretest and Posttest Design*. Dimana pada desain ini terdapat 2 kelompok (*two group*). Penelitian ini menggunakan dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen yaitu 20 ibu hamil trimester III yang diberikan CULUN KIA (curhat onlie KIA) dengan media sosial *Whatsaap group* selama 14 hari dan kelompok kontrol yaitu 20 ibu trimester III yang

[Midwiferia Jurnal Kebidanan / https://midwiferia.umsida.ac.id/index.php/midwiferia](https://midwiferia.umsida.ac.id/index.php/midwiferia)

diberikan pendidikan kesehatan melalui Modul KIA (Kesehatan Ibu dan Anak) dengan tatap muka langsung. Popuasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester III yang berada di wilayah Kota Pekalongan. Tehnik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan kuesioner Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A) yang telah dimodifikasi. Analisis data menggunakan *paired t-test*.

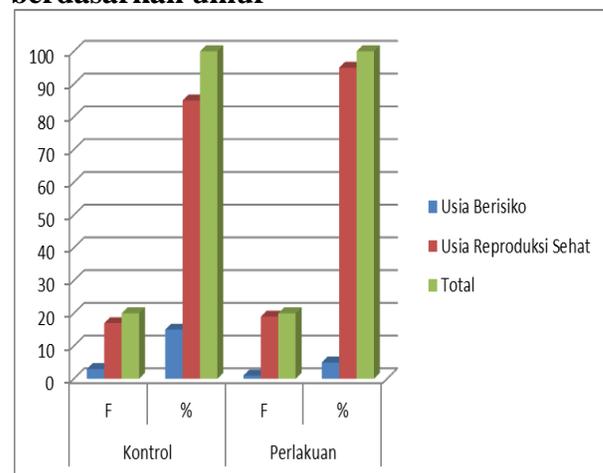
3. HASIL

Karakteristik Responden

Dari hasil penelitian diperoleh hasil sebagai berikut:

a. Usia

Diagram 1 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan umur



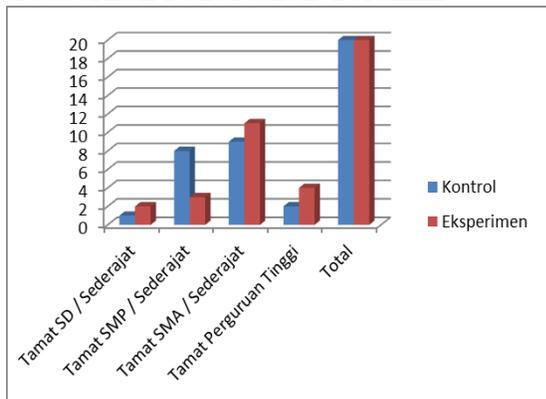
Berdasarkan [diagram 1](#) menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden pada kelompok kontrol termasuk usia reproduksi



sehat yaitu 17 orang (85%) dan pada kelompok perlakuan sejumlah 19 orang (95%).

b. Pendidikan Terakhir

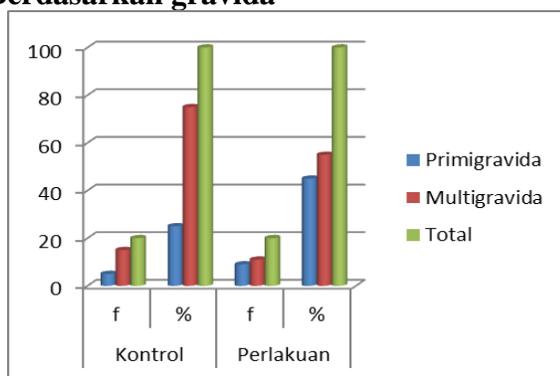
Diagram 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir



Berdasarkan [diagram 2](#) diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden berdasarkan pendidikan terakhir pada kelompok kontrol berpendidikan tamat SMA/ Sederajat yaitu 9 responden (45 %) dan kelompok perlakuan berpendidikan tamat SMA/ sederajat sebanyak 11 responden (55 %).

c. Gravida

Diagram 3 Karakteristik Responden Berdasarkan gravida

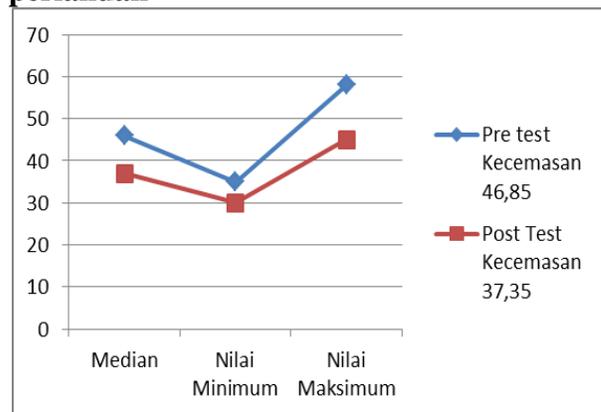


Berdasarkan [diagram 3](#) menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden pada kelompok kontrol berdasarkan karakteristik gravida termasuk multigravida yaitu 15 responden (75%) dan pada kelompok perlakuan sebanyak 11 orang (55 %).

d. Analisis Deskriptif Kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan pada kelompok Perlakuan

Dari hasil *pretest* dan *post test* tingkat kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan didapatkan data sebagai berikut :

Diagram 4 Tingkat kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan pada masa New Normal Covid-19 pada kelompok perlakuan



Berdasarkan [diagram 4](#) diatas dapat dilihat bahwa hasil rata- rata kecemasan responden setelah diberikan perlakuan mengalami penurunan sebesar 20,3 % dari 46,85 menjadi 37,35 Nilai tengah responden juga mengalami penurunan sebesar 19,6 % dari 46 menjadi 37.



Nilai minimum menurun sebesar 14,3 % dari 35 menjadi 30, dan nilai maksimum mengalami penurunan sebesar 22,4 % dari 58 menjadi 45 yang merupakan nilai tertinggi yang dicapai oleh responden dalam hal kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan pada masa *New Normal* pandemi Covid-19.

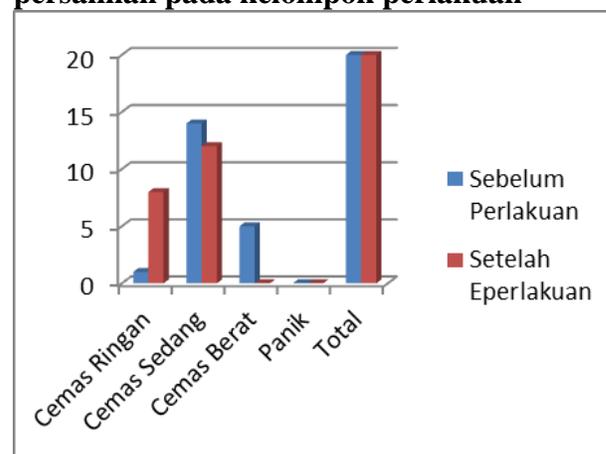
Berdasarkan hasil uji normalitas data dengan menggunakan kolmogorov-Smirnov pada variabel kecemasan sebelum perlakuan (*pretest*) diperoleh nilai *p value* = 0,2 (*pvalue* >0,05). Sehingga data berdistribusi normal. Pada variabel setelah eksperimen (*posttest*) diperoleh nilai *p value* = 0,2 (*p value* > 0,05) artinya data berdistribusi normal.

Untuk menguji varian, dilakukan uji homogenitas. Pada uji homogen, pada variabel *pretest* didapatkan nilai sig=0,836 dan variabel *posttest* diperoleh nilai sig=0,449. sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa pada variabel *pre* dan *posttest* termasuk homogen.

Kategori kecemasan dibagi menjadi 4 yaitu cemas ringan, jika skor 20-32, cemas sedang, jika skor 35-50, cemas berat jika skor 51-65 dan panik jika skor 66-80. Hasil pengelompokkan skor hasil *pretest* dan *posttest* terkait kecemasan ibu hamil dalam menghadapi

persalinan pada masa *new normal* covid-19 hasilnya dapat dikelompokkan sebagai berikut :

Diagram 5 Distribusi frekuensi tingkat kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan pada kelompok perlakuan



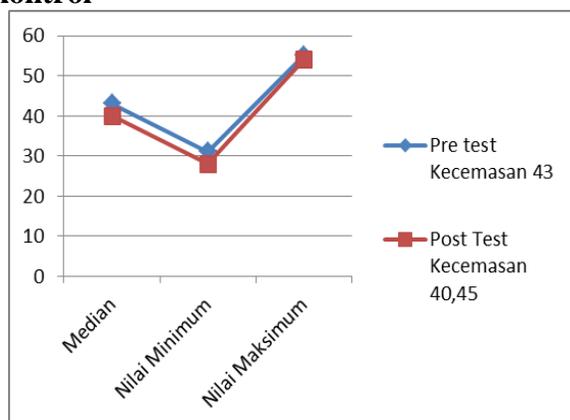
Hasil analisis data penelitian mengenai tingkat kecemasan responden dalam menghadapi persalinan pada masa *New Normal* Covid-19 menjelaskan bahwa responden kelompok perlakuan sebelum diberikan perlakuan berupa CULUN KIA (*curhat online* kesehatan Ibu dan Anak) memiliki tingkat kecemasan sedang sebesar 14 responden (35%). Setelah diberikan perlakuan berupa *curhat online*, responden mengalami penurunan tingkat kecemasan sedang sebesar 12 responden (30%). terlihat juga responden yang sebelum perlakuan memiliki tingkat kecemasan berat sejumlah 5 orang (12,5%) menjadi 0 responden (0%).



d. Tingkat kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan pada kelompok kontrol

Hasil *pretest* dan *post test* tingkat keemasan bu hamil dalam menghadapi persalinan pada kelompok kontrol yang diberikan endidikan Kesehatan melalui Modul KIA didapatkan data sebagai berikut:

Diagram 6 Tingkat kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan pada masa New Normal Covid-19 pada kelompok kontrol



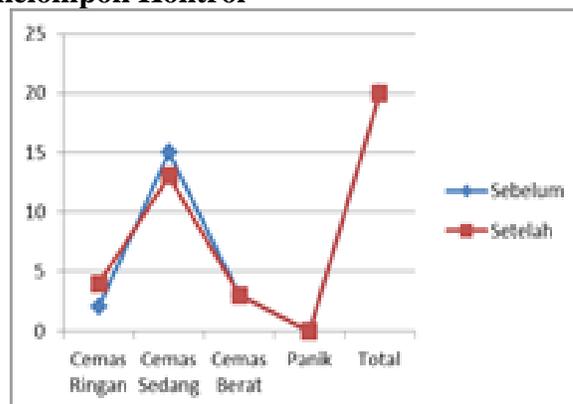
Berdasarkan [diagram 6](#) diatas dapat dilihat bahwa hasil mean skor kecemasan responden setelah diberikan perlakuan mengalami penurunan sebanyak 5,9 % dari 43 menjadi 40,45. Nilai tengah responden juga mengalami penurunan sebanyak 6,9% dari 43 menjadi 40. Nilai minimum menurun sebesar 9,6 % dari 31 menjadi 28, dan nilai maksimum mengalami penurunan sebesar 1,8 % dari 55 menjadi 54 yang merupakan nilai tertinggi yang dicapai oleh responden tingkat kecemasan ibu hamil

dalam menghadapi persalinan pada masa new normal Covid-19.

Berdasarkan hasil uji normalitas data pada variabel kecemasan sebelum perlakuan (*pretest*) pada kelompok kontrol diperoleh nilai $p\text{ value} = 0,2$ ($p\text{value} > 0,05$). Sehingga data berdistribusi normal. Pada variebel setelah perlakuan pada kelompok kontrol di dapatkan nilai $p\text{ value} = 0,19$ ($P\text{ value} > 0,05$) sehingga data berdistribusi normal. Kategori kecemasan dibagi menjadi 4 yaitu cemas ringan, jika skor 20-32, cemas sedang, jika skor 35-50, cemas berat jika skor 51-65 dan panik jikan skor 66-80.

Hasil pengelompokkan skor hasil *pretest* dan *posttest* terkait kuesioner tingkat kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan pad masa new normal covid-19 hasilnya dapat dikelompokkan sebagai berikut :

Diagram 7 Tingkat kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan pada kelompok Kontrol





Hasil analisis data penelitian mengenai tingkat kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan pada masa new normal covid-19 menjelaskan bahwa responden sebagian besar memiliki tingkat kecemasan sedang sebesar 37,5% dan mengalami penurunan tingkat kecemasan sedang sebesar 13 responden (32,5%), akan tetapi masih ada responden yang memiliki kecemasan berat yang menetap baik pada sebelum dan setelah perlakuan yaitu sebesar 3 responden (7,5%).

e. Perbedaan kecemasan sebelum dan setelah perlakuan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

Hasil analisis perbedaan antara kedua kelompok sebelum dan setelah dilakukan perlakuan dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 1. Uji Beda antar kedua kelompok pada variable pengetahuan sebelum dan sesudah perlakuan

No	Variabel	Nilai Mean sebelum perlakuan	Nilai mean setelah perlakuan	signifika nsi uji inferensial
1	Kelompok perlakuan	46,85	37,35	0,000
2	kelompok kontrol	43	40,45	0,007

Dari [tabel 1](#) diatas dapat diketahui bahwa pada kelompok perlakuan diperoleh nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) yang artinya ada perbedaan kecemasan antara sebelum dan setelah diberikan CULUN KIA (curhat online Kesehatan Ibu dan Anak) sedangkan pada kelompok kontrol didapatkan nilai $p=0,007$ ($p<0,05$) yang artinya tidak ada perbedaan yang bermakna antara sebelum dan setelah perlakuan.

f. Penurunan skor kecemasan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

Tabel 2 Penurunan skor rata-rata pengetahuan Responden antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Variabel dan Kelompok	n	Rata-rata	p
Tingkat Kecemasan			
Perlakuan	20	9,50	0,000
Kontrol	20	2,55	

Berdasarkan [tabel 2](#) diatas dapat dilihat bahwa kelompok perlakuan mengalami penurunan skor kecemasan rata – rata sebesar 9,50 sedangkan pada kelompok kontrol sebesar 2,55.



Hasil uji Statistik sikap diperoleh nilai $p=0,000$, nilai $p<0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan penurunan skor kecemasan antara kelompok perlakuan dan kelompok control.

4. PEMBAHASAN

4.1 Karakteristik Responden

a. Usia

Pada [diagram 1](#) menunjukkan bahwa usia responden kelompok eksperimen termasuk usia reproduksi sehat yaitu 19 orang (95%) dan kelompok kontrol sejumlah 17 orang (85%).

Responden dalam penelitian ini yaitu ibu hamil trimester 3 menjelang proses persalinan. Ibu hamil dengan usia reproduksi sehat yaitu usia 20-35 tahun adalah usia yang baik untuk hamil karena pada usia 20 tahun, dianggap pertumbuhan fisik sudah cukup sempurna. sedangkan usia lebih dari 35 tahun, kemampuan dan fungsi organ reproduksi sudah mulai menurun sehingga resiko untuk terjadinya komplikasi kehamilan lebih besar dibandingkan dengan hamil dengan usia reproduksi sehat.

Usia responden dengan usia antara 20 -35 tahun termasuk usia reproduksi

sehat. pada usia tersebut, wanita sudah siap secara fisik dan psikologis untuk hamil, bersalin dan mengurus bayi.

Menurut [Pasaribu 2014](#), Usia seseorang dapat mempengaruhi keadaan kehamilannya.

Kecemasan pada kehamilan berhubungan dengan usia ibu yang memberi dampak terhadap perasaan takut dan cemas yaitu dibawah usia 35 tahun berisiko lebih tinggi mengalami penyulit *obstetrik* serta *mordibilitas* dan *mortalitas perinatal*.

Demikian juga pendapat [Rahmadani \(2017\)](#), ibu hamil yang berada pada kategori usia reproduksi sehat (umur antara 20-35 tahun) memiliki kesiapan yang lebih tinggi dalam menghadapi persalinan. Usia yang lebih muda lebih mudah menderita stress dari pada usia tua. Semakin tinggi usia semakin baik tingkat kematangan emosi seseorang



serta kemampuan dalam menghadapi berbagai persoalan ([Lestari, 2014](#)).

b. Pendidikan Terakhir

[Diagram 2](#) menunjukkan bahwa sebagian responden kelompok eksperimen dan kelompok kontrol memiliki Pendidikan tamat SMA (Sekolah Menengah Atas)/ sederajat yaitu kelompok eksperimen sejumlah 11 responden (55%) dan Kelompok kontrol sebanyak 9 responden (45%).

Responden memiliki pendidikan SMA sesuai dengan program pemerintah Indonesia bahwa wajib belajar 12 tahun yaitu mulai dari SD, SMP dan SMA.

Kebutuhan dasar manusia yang dibutuhkan untuk pengembangan diri dan kematangan intelektual seseorang adalah pendidikan. Wawasan berpikir seseorang, baik dalam tindakan yang dapat dilihat maupun dalam cara pengambilan keputusan. Tingkat pendidikan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi persepsi seseorang untuk lebih mudah menerima ide teknologi baru. Semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan semakin berkualitas pengetahuannya dan semakin matang intelektualnya ([Janiwarty, 2013](#)).

Tingkat pendidikan juga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi persepsi seseorang untuk lebih mudah menerima ide teknologi baru, dimana semakin tinggi pendidikan seseorang semakin besar peluang untuk mencari pengobatan ke pelayanan kesehatan ([Padila, 2013](#)).

Menurut [Notoatmodjo \(2010\)](#) Pendidikan akan mempengaruhi kognitif seseorang dalam peningkatan pengetahuan, Ibu yang berpendidikan semakin tinggi akan memahami informasi dengan baik penjelasan yang diberikan oleh petugas kesehatan, dan dengan pendidikan yang tinggi pula, ibu akan cenderung mencari informasi baik dari orang lain maupun dari media massa.

Konsep pendidikan merupakan suatu proses belajar yang berarti di dalam pendidikan itu terjadi proses pertumbuhan, perkembangan, atau perubahan ke arah yang lebih dewasa, lebih baik dan lebih matang pada diri individu kelompok atau masyarakat. Semakin tinggi tingkat pendidikan maka ibu akan mudah menerima hal-hal baru dan mudah menyesuaikan hal-hal baru tersebut. Seseorang yang memiliki



pendidikan yang lebih tinggi cenderung mudah menerima informasi baru, mereka akan aktif mencari informasi-informasi terkait kehamilan, persalinan, nifas dan bayi baru lahir. Semakin tinggi tingkat pendidikan ibu, maka akses untuk mencari informasi akan tinggi pula ([Notoatmodjo, 2010](#)).

Sependapat dengan oleh [Heriani \(2016\)](#) yang menyatakan bahwa pendidikan ibu hamil memiliki hubungan yang bermakna dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi masa menjelang persalinan. Semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan semakin besar peluang untuk mencari pengobatan ke tenaga kesehatan.

c. Gravida

Pada [diagram 3](#) menunjukkan bahwa sebagian besar responden baik kelompok eksperimen dan kelompok kontrol termasuk multigravida yaitu 11 responden (55%) pada kelompok eksperimen dan 15 responden (75%) pada kelompok kontrol.

Sebagian responden termasuk multigravida yaitu ibu yang pernah memiliki pengalaman melahirkan. Kecemasan juga dapat dialami oleh ibu

hamil multigravida yang mungkin memiliki pengalaman yang kurang baik pada persalinan sebelumnya, sehingga ibu hamil masih merasa trauma terhadap persalinan yang lalu dan pada akhirnya dapat mengakibatkan kecemasan.

Sependapat dengan [Heriani \(2016\)](#) mengatakan terdapat hubungan antara paritas ibu hamil trimester III dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi masa menjelang persalinan Di UPTD Puskesmas Tanjung Agung Tahun 2016 dengan nilai $p\text{ value}=0,08$ ($p\text{ value}\leq 0,05$).

Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh [Zamriati \(2013\)](#), dimana paritas ibu mempunyai hubungan bermakna dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi masa menjelang persalinan.

4.2 Perbedaan kecemasan sebelum dan setelah perlakuan antar kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh hasil bahwa kelompok eksperimen yang diberikan CULUN KIA (*Curhat Online*) selama 2 minggu terdapat penurunan kecemasan dalam menghadapi proses persalinan pada *era new Normal* Covid-19 dengan nilai rata-rata sebelum perlakuan



sejumlah 46,85 dan setelah perlakuan sejumlah 37,35 dan p value 0=000 (pvalue<0,05).

Kelompok eksperimen sejumlah 20 responden diberikan suatu ruang konsultasi/curhat melalui *Whatsapp group*, sebagai media diskusi dan pertukaran informasi terkait kehamilan, persalinan dan persiapan persalinan. materi yang didiskusikan berisis tentang tanda-tanda persalinan, persiapan persalinan dan persiapan menjelang persalinan pada masa pandemi covid-19 yaitu adanya aturan bahwa setiap ibu yang hamil terutama yang akan melahirkan harus melakukan *screening* penyakit Covid-19 dengan Rapid test atau swab antigen dan pendamping persalinan hanya diperbolehkan 1 orang saja. Jika Ibu bersalin yang terkonfirmasi Covid-19 maka tindakan pertolongan persalinan hanya dapat dilakukan di fasilitas pelayanan kesehatan yang memiliki tempat isolasi untuk covid-19. Disamping itu ibu yang terkonfirmasi covid-19, pada saat persalinan tidak dapat didampingi oleh keluarga.

Pemberian CULUN KIA melalui media whatsapp group efektif bagi ibu hamil, karena pada masa pandemi covid-19 ibu hamil diusahakan untuk meminimalisir

berkerumun dan menjaga jarak. sehingga dengan adanya CULUN KIA ibu akan dengan leluasa melakukan curhat (konseling kelompok) terkait kehamilan dengan leluasa tanpa khawatir akan resiko tertular penyakit Covid-19.

Sejalan dengan Vitria Komala Sari (2017) menyatakan bahwa kecemasan disebabkan karena pengalaman pertama ibu dalam menghadapi persalinan, takut mengalami komplikasi atau masalah pada proses persalinan baik pada ibu ataupun bayinya, takut mengalami nyeri persalinan, takut jalan lahir sobek dan dijahit, takut tidak dapat mengejan dengan benar, berharap bayinya segera lahir dan bebas dari ketidaknyamanan fisik, pengalaman dari orang-orang sekitar bahwa persalinan adalah suatu hal yang menakutkan bahkan dapat berujung pada kematian. Salah satu upaya yang direkomendasikan untuk meningkatkan kepercayaan diri dan menurunkan kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan ([Devilata, 2015](#)). Intervensi berupa curhat online Kesehatan Ibu dan Anak (CULUN KIA) bertujuan memberikan wadah kepada ibu hamil untuk menurunkan situasi stress dengan cara pemberian edukasi dan pertukaran informasi



dari ibu hamil, tenaga kesehatan tanpa harus tetap muka secara langsung dan tanpa khawatir tertular dengan penyakit covid-19.

Pengetahuan yang diperoleh dari pendidikan kesehatan akan disimpan dalam sistem memori untuk diolah dan diberikan makna yang selanjutnya informasi tersebut aka digunakan pada saat diperlukan. Pengetahuan tentang persalinan ini akan berpengaruh terhadap kesiapan fisik dan psikologis ibu dalam menghadapi persalinan. Kurangnya pengetahuan tentang persalinan akan menimbulkan perasaan cemas (Gayatri, 2010).

Peran tenaga kesehatan dalam memberikan Pendidikan Kesehatan sangat penting dalam meningkatkan pengetahuan dan kepercayaan diri ibu. Dengan mengurangi angka kecemasan pada ibu hamil diharapkan komplikasi yang ditimbulkan dapat dikurangi sehingga secara tidak langsung dapat mengurangi AKI dan AKB di Indonesia (Heriani, 2016).

Berbeda dengan kelompok kontrol sebelum dan setelah diberikan perlakuan berupa pemberian Modul KIA didapatkan nilai p value 0,007 (p value>0,05) yang artinya tidak ada perbedaan bermakna antara sebelum dan setelah diberikan Modul KIA.

Responden kelompok kontrol yaitu ibu hamil trimester III yang diberikan infromsai mellaui Modul KIA selama 14 hari. Modul KIA yang telah diberikan dibawa pulang oleh ibu hamil, untuk dibaca lagi di rumah. Akan tetapi, mungkin karena kesibukan ibu di rumah, terkadang ibu lupa atau jarang membaca kembali Modul KIA. Informasi yang diberikan hanya 1 arah yaitu melalui Modul KIA tanpa adanya diskusi 2 arah.

4.2 Efektifitas CULUN KIA (Curhat Online Kesehatan Ibu dan Anak) terhadap penurunan kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan

Berdasarkan [Tabel 2](#) diatas, hasil efektivitas (pengaruh) pemberian CULUN KIA terhadap kecemasan ibu hamil dalam menghadapi proses kelompok eksperimen dan kelompok kontrol didapatkan p value 0,000 artinya Ho ditolak dan Ha diterima sehingga ada perbedaan tingkat kecemasan ibu hamil setelah diberikan CULUN KIA (Curhat *Online* Kesehatan Ibu dan Anak).

Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Armika dan [Nunung \(2021\)](#) mengatakan bahwa terdapat pengaruh Curhat Online (CULUN) terhadap kualitas hidup perawat dalam penanganan Covid-19.

Media sosial dapat digunakan sebagai



sarana untuk menggali perasaan ibu hamil dan berdiskusi terkait persiapan proses persalinan pada masa Era New Normal Covid-19. Ibu hamil yang mengalami kecemasan bisa disebabkan karena adanya persepsi ibu hamil yang kurang tepat mengenai proses persalinan. Persalinan dipersepsikan sebagai suatu proses yang menakutkan dan menimbulkan rasa nyeri yang luar biasa. Nyeri pada saat proses persalinan merupakan salah satu faktor yang ditakuti oleh ibu hamil sehingga menyebabkan kecemasan saat menjelang persalinan ([Arafah, 2011](#)).

Kecemasan dan stress yang dialami oleh ibu hamil menyebabkan otak akan bekerja dan mengeluarkan *corticotrophin-releasing hormone* (CHR), dimana hormon ini merupakan master hormon stres yang akan memicu pelepasan hormon stress *glukokortikoid* yang menyebabkan otak dan tubuh akan mengalami ketegangan dan krisis. Pada kondisi relaksasi, *primigravida* dapat mengakses sifat primitif pada otak belakang sehingga memicu pengeluaran hormon *endorfin*. Karena *endorfin* adalah hormon alami yang diproduksi oleh tubuh manusia, maka *endorfin* adalah penghilang rasa sakit yang terbaik, selain itu *endorfin* bermanfaat untuk mengurangi stress, meningkatkan sistem

kekebalan tubuh, dan memperlambat proses penuaan. Hal tersebut menunjukkan bahwa faktor psikologis sangat berkaitan dan menentukan reaksi fisiologis kehamilan dan persalinan. Ketenangan yang didapatkan setelah mengikuti proses konseling memberikan ketenangan dan kesiapan secara psikologis sehingga akan membantu memperlancar proses persalinan.

Sependapat dengan penelitian yang dilakukan oleh [Rahmadani \(2019\)](#) yang menyatakan bahwa konseling memberikan pengaruh terhadap tingkat kecemasan ibu hamil primigravida dalam menghadapi persalinan di BPM Hj. Sri Lumintu dengan nilai p value = 0,037. Perubahan yang ditunjukkan dengan penurunan kategori kecemasan menunjukkan bahwa konseling memberikan pengaruh positif bagi ibu hamil, sehingga kecemasan yang dialami dalam menghadapi proses persalinan dapat menurun.

5. KESIMPULAN

Penelitian ini mengungkapkan bahwa pemberian CULUN KIA (Curhat Online) efektif dapat menurunkan kecemasan ibu hamil trimester 3 dalam menghadapi persalinan pada era pandemi covid-19 sehingga dapat menurunkan angka kesakitan dan angka



kematian ibu dan bayi.

6. UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih yang sebesar-besarnya disampaikan kepada Kepala Lembaga Layanan Pendidikan Tinggi (LLDIKTI) Wilayah VI Jawa Tengah, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI yang telah memberikan dana Hibah Penelitian Tahun 2021.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Arafah, C., dan Ellyta Aizar. 2011. *Kecemasan Ibu Primigravida dalam Menghadapi Persalinan Di Klinik Hj. Hadijah Medan setelah Menonton Video Proses Persalinan Normal*. Universitas Sumatera Utara.
- Armika, Remilda dan Hasanah, Nunung. 2021. *Quality of life nurses on covid-19 pandemic with curhat online*. jurnal media ilmi kesehatan vol 10. No.1.
- Astria, Y. 2009. *Hubungan Karakteristik Ibu Hamil Trimester III dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Di Poliklinik Kebidanan dan Kandungan RSUP Fatmawati Tahun 2009*. Jurnal Penelitian. Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Devilata, T and S.Swarna. 2015. *Effectiveness of PreDelivery Preparation on Anxiety Among Primigravida Mothers at Maternal Child Health Centre Tirupati, AP, India*. IOSR Journal of Nursing and Health Science (IOSRJNHS). Volume 4. Halaman : 19-24. Published online .
- (www.iosrjournal.org).
- Heriani. 2016. *Kecemasan dalam menjelang persalinan di ditinjau dari paritas, usia dan tingkat pendidikan*. Jurnal Ilmu Kesehatan Aisyah. Stikes Aisyah pringsewu Lampung.
- Janiwarty, B., Pieter, H. Z. (2013). *Pendidikan Psikologi untuk Bidan*. Yogyakarta: Andi.
- Lestari, T. 2014. *Kumpulan Teori untuk Kajian Pustaka Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nur Rahmadani, Latifah, dkk. 2019. *Pengaruh Konseling terhadap tingkat kecemasan ibu hamil primigravida dalam menghadapi persalinan di BPM. Hj. Sri Lumintu*. Jurnal Placentum. Universitas Sebelas Maret
- Padila. 2013. *Asuhan Keperawatan Penyakit Dalam*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Pasaribu. 2014. *Hubungan paritas dan usia tingkat kecemasan ibu hamil trimester 3 dalam menghadapi persalinan di Puskesmas Sipea-pea kecamatan sorkambara*. Jurnal Penelitian. STIKES Nauli Husada Sibolga
- Sepdianto, T. C., Nurachmah, E., & Gayatri, D. 2010. *Penurunan Tekanan Darah Dan Kecemasan Melalui Latihan Slow Deep Breathing Pada Pasien Hipertensi Primer*. Jurnal Keperawatan Indonesia, Volume 13 Nomor 1, halaman 37–41.
- Zamriati, W.Ode. Hutagaol, E & Wowiling, F. 2013. *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan ibu hamil menjelang persalinan di Poli KIA Puskesmas Tuminting*. Ejournal Keperawatan.