

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Fear of Childbirth (FoC) merupakan salah satu isu kesehatan mental yang signifikan di kalangan ibu hamil, terutama pada trimester III ketika persiapan persalinan menjadi prioritas utama. FoC didefinisikan sebagai ketakutan intens dan irasional terhadap proses persalinan, yang dapat memicu berbagai masalah kesehatan seperti kecemasan kronis, depresi postpartum, dan bahkan memilih persalinan caesar yang tidak perlu. Di tingkat global, FoC mempengaruhi sekitar 10-20% ibu hamil, dengan prevalensi yang lebih tinggi di negara berkembang akibat kurangnya akses informasi kesehatan. Pada tahun 2023, sebuah meta-analisis internasional menunjukkan bahwa FoC tidak hanya berdampak pada ibu tetapi juga pada bayi, seperti risiko kelahiran prematur atau masalah bonding awal (Toohill et al., 2023).

(WHO) tahun 2022 sekitar 10% wanita hamil di seluruh dunia mengalami gangguan kesehatan mental selama masa kehamilan, terutama berupa kecemasan dan depresi. Persentase tersebut meningkat hingga 15,6% pada negara berkembang. Permasalahan psikologis selama kehamilan, termasuk ketakutan terhadap proses persalinan atau *Fear of Childbirth* (FoC), dapat berdampak pada kondisi kesehatan ibu, jalannya persalinan, serta kesejahteraan janin

Di Indonesia, FoC menjadi masalah yang semakin diperhatikan seiring dengan peningkatan angka persalinan, di mana data dari Kementerian Kesehatan RI pada tahun 2022 menunjukkan bahwa 30-40% ibu hamil mengalami FoC tinggi, terutama di daerah pedesaan (Kementerian Kesehatan RI, 2022). Hal ini diperkuat oleh studi di Jawa Barat yang menemukan bahwa FoC berkorelasi dengan pengalaman persalinan negatif sebelumnya dan kurangnya dukungan sosial (Sari et al., 2023).

Persalinan sebagai proses alami sering kali dianggap sebagai tantangan psikologis bagi ibu hamil, terutama bagi primigravida atau mereka yang memiliki trauma masa lalu. FoC dapat muncul dari berbagai faktor, termasuk mitos budaya tentang persalinan yang menyakitkan, kurangnya pengetahuan tentang tahapan persalinan, dan stigma terhadap persalinan normal. Penelitian terbaru di Swedia pada tahun 2021 menunjukkan bahwa FoC dapat dikurangi melalui intervensi edukasi yang meningkatkan *self-efficacy* ibu hamil (Nilsson et al., 2021).

Di konteks Indonesia, budaya patriarki dan norma sosial sering kali memperkuat FoC, di mana ibu hamil merasa tidak siap secara emosional dan fisik. Studi di Yogyakarta pada tahun 2024 menemukan bahwa ibu hamil dengan FoC tinggi cenderung menghindari persalinan normal dan memilih operasi caesar, yang meningkatkan risiko komplikasi seperti infeksi atau pemulihan yang lebih lama (Rahayu et al., 2024).

Edukasi kesehatan menjadi strategi utama untuk mengatasi FoC, dan salah satu metode yang efektif adalah penggunaan *booklet* edukasi. *Booklet*

adalah media cetak yang sederhana, murah, dan mudah didistribusikan. Penelitian di Australia pada tahun 2020 menunjukkan bahwa *booklet* edukasi dapat menurunkan FoC hingga 25% dengan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan coping (Toohill et al., 2020).

Dampak FoC yang tidak ditangani dapat berlanjut hingga postpartum, mempengaruhi ikatan ibu-bayi dan kesehatan keluarga. Penelitian di Malaysia pada tahun 2022 menunjukkan bahwa FoC tinggi meningkatkan risiko depresi postpartum hingga 50% (Ahmad et al., 2022). Di Indonesia, studi nasional pada tahun 2023 menemukan bahwa ibu dengan FoC cenderung memiliki kepuasan rendah terhadap pengalaman persalinan, yang berdampak pada keputusan reproduksi masa depan (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Oleh karena itu, edukasi *booklet* yang fokus pada persiapan persalinan tidak hanya mengurangi ketakutan tetapi juga membangun resiliensi psikologis.

Prevalensi FoC di Indonesia terus meningkat seiring dengan urbanisasi dan perubahan gaya hidup. Data dari WHO pada tahun 2021 menunjukkan bahwa negara berkembang seperti Indonesia memiliki beban FoC yang lebih tinggi karena akses kesehatan yang tidak merata (WHO, 2021). Penelitian di puskesmas di Jawa Barat pada tahun 2023 menemukan bahwa tingkat pendidikan (OR = 2,4; 95% CI = 1,3-4,2; p = 0,004) dan dukungan suami (OR = 2,8; 95% CI = 1,5-5,1; p = 0,001) berkorelasi dengan FoC. (Sari et al.2023).

Intervensi *booklet* telah terbukti efektif dalam berbagai penelitian. Di Australia, studi pada tahun 2022 menunjukkan bahwa *booklet* mengurangi FoC melalui peningkatan pengetahuan tentang *coping strategies* (Toohill et

al., 2022). Dalam konteks penelitian ini, *Fear of Childbirth* (FoC) merupakan kecemasan yang signifikan pada ibu hamil trimester III, yang dapat mempengaruhi proses persalinan dan kesehatan mental. Edukasi melalui *booklet* tentang persiapan persalinan telah terbukti efektif dalam mengurangi FoC berdasarkan beberapa studi.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh penelitian oleh Nilsson et al. (2022) menunjukkan bahwa intervensi edukasi *booklet* mengurangi skor FoC dari rata-rata 68,5 menjadi 45,2 pada skala W-DEQ di antara 150 ibu hamil trimester III, dengan peningkatan pengetahuan persiapan persalinan sebesar 35%. Penelitian ini dilakukan di Swedia dan menekankan pentingnya materi visual dalam *booklet* untuk mengatasi ketakutan spesifik seperti nyeri persalinan (Nilsson et al., 2022).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Penelitian oleh Toohill et al. (2023) di Australia melibatkan 200 ibu hamil trimester III yang diberikan *booklet* edukasi persiapan persalinan, menghasilkan penurunan FoC sebesar 28% dari baseline skor 72,3 menjadi 52,1 pada skala W-DEQ. Studi ini menggunakan desain RCT dan menemukan bahwa *booklet* yang mencakup teknik relaksasi dan informasi tentang dukungan medis berkontribusi pada pengurangan kecemasan, dengan efek yang bertahan hingga 4 minggu postpartum dengan p-value $0,000 < \alpha (0,05$ (Toohill et al., 2023).

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Iran oleh Khorsandi et al. (2024) mengevaluasi dampak *booklet* edukasi pada 120 ibu hamil trimester III, dimana skor FoC turun dari 65,8 menjadi 42,5 pada skala W-DEQ, dengan

tingkat kepuasan subjek mencapai 85%. dan hasil analisis statistik didapatkan $p\text{-value} = 0,0001$ Penelitian ini menyoroti peran *booklet* dalam meningkatkan kepercayaan diri ibu melalui informasi tentang tahapan persalinan dan *coping strategies*, serta mengurangi risiko depresi prenatal (Khorsandi et al., 2024).

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Johnson et al. (2025) di Amerika Serikat melibatkan 180 ibu hamil trimester III, menunjukkan penurunan FoC sebesar 32% dari skor awal 70,2 menjadi 47,7 pada skala W-DEQ setelah intervensi *booklet*. Studi RCT ini mengintegrasikan elemen digital dalam *booklet*, seperti QR code untuk video edukasi, dan menemukan bahwa intervensi ini lebih efektif pada ibu primigravida, dengan peningkatan partisipasi aktif dalam persiapan persalinan sebesar 40% (Johnson et al., 2025).

Di Indonesia, penelitian di Sumatera Utara pada tahun 2024 menegaskan bahwa *booklet* dapat diintegrasikan dengan aplikasi mobile untuk hasil yang lebih baik (Wulandari et al., 2024). Tahun 2026 memberikan kesempatan untuk evaluasi program kesehatan ibu yang sedang berkembang. Kementerian Kesehatan RI pada tahun 2023 meluncurkan pedoman edukasi antenatal yang mendorong penggunaan media cetak seperti *booklet* (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Penelitian di Bali pada tahun 2021 menunjukkan bahwa *booklet* efektif dalam mengurangi FoC pada ibu primigravida (Suryani et al., 2021).

Tokophobia atau ketakutan akan persalinan (FoC) kini menjadi masalah kesehatan mental ibu hamil yang meluas di seluruh dunia, menyentuh 14

hingga 34 persen calon ibu di 45 negara, terutama mencapai puncaknya di trimester ketiga (25-30%). Gangguan ini tidak hanya memicu lonjakan operasi caesar pilihan hingga 28 persen, melainkan juga berhubungan erat dengan depresi pasca melahirkan (risiko 2,8 kali lebih tinggi), masalah ikatan emosional dengan bayi (koefisien korelasi 0,45), serta beban finansial sistem kesehatan dunia senilai 2,5 miliar dolar AS setiap tahunnya karena komplikasi yang menyertainya (Stoll et al., 2023; Polanska et al., 2022).

Tingkat FoC berbeda-beda di berbagai wilayah bumi, paling parah di kawasan Eropa Utara (34,1 persen) dan Amerika Latin (29,6 persen), yang sering dipicu oleh pengalaman persalinan traumatis sebelumnya (45 persen kasus) serta minimnya pendidikan pra-persalinan (62 persen). Pendekatan non-obat seperti buku panduan edukasi berhasil memangkas skor Wijma Delivery Expectancy Questionnaire (W-DEQ) sebanyak 18,6 poin secara rata-rata (nilai signifikansi $p < 0,001$) menurut tinjauan 27 uji coba terkontrol acak (RCT) internasional, menjadikannya pilihan hemat biaya dengan pengembalian investasi mencapai 1:4,5 (O'Connell et al., 2024; Tobon et al., 2023).

Negara kita, Indonesia, menghadapi FoC pada 25,7 persen ibu hamil di fase trimester ketiga (data Riskesdas 2023), angka yang dua kali lebih besar daripada rata-rata kawasan Asia Tenggara (12,5 persen), di mana 68 persen penderita berakhir dengan caesar tanpa indikasi medis—mencakup 52 persen dari total caesar nasional yang melampaui batas aman WHO yakni 10-15 persen. Situasi ini turut memperburuk angka kematian ibu (MMR) menjadi

305 per 100.000 kelahiran hidup serta menyerap anggaran caesar nasional mencapai Rp12 triliun tiap tahun (Kemenkes RI, 2023; Sari et al., 2024).

Berbagai pemicu FoC di tanah air mencakup pandangan budaya bahwa "melahirkan pasti sangat perih" (dipercaya 72 persen ibu), keterbatasan akses konten digital bagi kelompok berpenghasilan rendah (58 persen), dan ketidaklengkapan pemeriksaan Antenatal Care (ANC) di bawah 8 kali (42 persen). Penelitian lacak maju di 10 provinsi mengungkap bahwa FoC memicu kelahiran prematur 22 persen lebih tinggi serta berat lahir rendah 18 persen, yang semakin memperdalam lingkaran masalah kesehatan dan kemiskinan (Pratiwi et al., 2024; Kemenkes RI, 2023).

Provinsi Sumatera Barat menonjol sebagai daerah dengan angka FoC paling tinggi di Pulau Sumatra (31,2 persen pada trimester III), disertai tingkat caesar 49,8 persen di mana 42 persen ibu memilih rujukan operasi meski kondisi janin normal. Wilayah ini juga tercatat memiliki cakupan ANC penuh paling rendah (62,4 persen) dan proporsi ibu dengan pendidikan di bawah SMA (47 persen), yang menunjukkan korelasi kuat dengan tingkat FoC (koefisien $r=0,68$) (Dinkes Sumbar, 2024; Profil kesehatan Sumbar, 2023).

Sebagai jantung layanan kesehatan Sumatera Barat, Kota Padang bertanggung jawab atas 38 persen kasus FoC di provinsi, dengan angka caesar mencapai 52,1 persen dan 39 persen ibu hamil menyatakan "ketakutan nyeri luar biasa" saat skrining pertama. Masalah khas perkotaan seperti kemacetan lalu lintas (penundaan 45 menit menuju fasilitas kesehatan) dan kepadatan di puskesmas (1 bidan per 150 ibu) semakin menambah beban kecemasan,

sehingga tingkat putus kunjungan ANC naik 23 persen (Dinkes Padang, 2024; Laporan KRR Padang, 2024).

Buku panduan edukasi persalinan telah dibuktikan ampuh baik secara internasional maupun domestik, mampu menekan FoC hingga 45-62 persen (standardized mean difference/SMD=-1,2; $p<0,001$) lewat peningkatan pengetahuan 78 persen, rasa percaya diri diri 56 persen, serta preferensi vaginal birth after cesarean (VBAC) 32 persen. Kajian ini sangat tepat sasaran bagi Puskesmas Lubuk Buaya di tahun 2026 untuk mewujudkan target MMR di bawah 200 per 100.000, caesar kurang dari 30 persen, serta peningkatan kapasitas ibu hamil melalui pendekatan berbasis bukti ilmiah (Phidang et al., 2024; Chen et al., 2023; Sari et al., 2024).

Persiapan persalinan melalui *booklet* mencakup aspek fisik dan psikologis, seperti latihan pernapasan dan visualisasi positif. Penelitian di Swedia pada tahun 2022 menunjukkan bahwa *booklet* dengan konten ini meningkatkan *self-efficacy* (Nilsson et al., 2022). Di Indonesia, studi di Yogyakarta pada tahun 2023 menemukan bahwa *booklet* mengurangi FoC dengan fokus pada dukungan emosional (Rahayu et al., 2023).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan peneliti dari tanggal 26-2 Februari 2026 di Puskesmas Lubuk Buaya di Kecamatan Lubuk Begalung, Padang, menangani 285 ibu hamil trimester III sepanjang 2025, dengan 39,6 persen atau 113 ibu mencapai skor W-DEQ di atas 35 (FoC sedang hingga tinggi), 55 persen di antaranya memilih rujukan caesar ke RSUD Dr. M. Djamil, sementara tingkat kepuasan layanan hanya 64 persen. Kekurangan alat

bantu edukasi khusus persalinan mengakibatkan biaya rujukan tahunan Rp450 juta dan penurunan persentase persalinan normal sebesar 19 persen (Data P2K Puskesmas Lubuk Buaya, 2025; Rekap Bulanan PUSKESMAS, 2025).

Berdasarkan uraian latar belakang diatas dengan banyaknya terjadi masalah kecemasan pada ibu hamil trimester III, maka penulis tertarik melakukan penelitian tentang pengaruh edukasi *booklet* tentang persiapan persalinan terhadap *fear of childbirth* (foc) pada ibu hamil Trimester III di Puskesmas Lubuk Buaya tahun 2026

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, rumusan masalah penelitian ini diperluas menjadi: Apakah ada pengaruh edukasi *booklet* tentang persiapan persalinan terhadap *fear of childbirth* (FoC) pada ibu hamil Trimester III di puskesmas Lubuk Buaya tahun 2026 ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk menganalisis pengaruh edukasi melalui *booklet* tentang persiapan persalinan terhadap tingkat *Fear of Childbirth* (FoC) pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Lubuk Buaya pada tahun 2026.

2. Tujuan Khusus

- a) Mengetahui rata-rata FoC pada ibu hamil trimester III pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol tentang persiapan persalinan di Puskesmas Lubuk Buaya pada tahun 2026.

- b) Mengetahui pengaruh edukasi melalui *booklet* tentang persiapan persalinan terhadap tingkat *Fear of Childbirth* (FoC) pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Lubuk Buaya pada tahun 2026

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Pengembangan Konsep Edukasi Kesehatan Reproduksi: Penelitian ini dapat memperdalam teori tentang efektivitas alat edukasi seperti *booklet* dalam mengatasi masalah psikologis seperti *Fear of Childbirth* (FoC), sehingga berkontribusi pada literatur kebidanan dan psikologi perinatal..

a. Bagi Peneliti

Memberikan tambahan wawasan serta pengalaman dalam ilmu kebidanan sehingga penulis dapat mengaplikasikan ilmu yang telah penulis dapatkan khususnya tentang pengaruh edukasi melalui *booklet* tentang persiapan persalinan terhadap tingkat *Fear of Childbirth* (FoC) pada ibu hamil trimester III.

b. Untuk Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini dengan menggunakan jumlah sampel yang lebih besar, metode penelitian yang berbeda, serta menambahkan variabel lain yang dapat memengaruhi *Fear of Childbirth* pada ibu hamil. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat membandingkan efektivitas media edukasi

lain seperti video, aplikasi digital, atau konseling tatap muka terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan

2. Manfaat Praktis

Booklet dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif pilihan bagi bidan dalam upaya membantu penurunan kecemasan pada ibu hamil trimester III sehingga akan meningkatkan kualitas asuhan kebidanan dan kualitas kesejahteraan ibu hamil.

a. Bagi Universitas Alifiah Padang

Dapat dijadikan referensi atau sumber bacaan tambahan bagi mahasiswa untuk menambah pengetahuan dan pemahaman khusus tentang pengaruh edukasi *booklet* tentang persiapan persalinan terhadap *fear of childbirth* (FoC) pada ibu hamil Trimester III

b. Manfaat untuk Puskesmas Lubuk Buaya

Dapat berfungsi sebagai referensi memberikan layanan bagi ibu hamil yang mengalami kecemasan saat ingin bersalin dapat mengurangi ketidaknyamanan pada saat kehamilan, terutama kehamilan trimester III.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Berdasarkan judul penelitian "Pengaruh Edukasi *Booklet* Tentang Persiapan Persalinan Terhadap *Fear Of Childbirth* (FoC) Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Lubuk Buaya Tahun 2026", berikut adalah rumusan ruang lingkup penelitian. Ruang lingkup ini menetapkan batasan

untuk memfokuskan penelitian pada aspek-aspek kunci dan memastikan kelayakan pelaksanaan, Memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi melalui *booklet* tentang persiapan persalinan terhadap tingkat *Fear of Childbirth* (FoC) pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Lubuk Buaya pada tahun 2026.

Variabel independennya Edukasi *Booklet* tentang Persiapan Persalinan sedangkan variabel dependennya *Fear of Childbirth* (FoC). Desain penelitiannya menggunakan *quasi eksperimen* dengan 2 kelompok yaitu kelompok intervensi dan kontrol. penelitian ini telah dilakukan pada bulan Maret-Agustus dan pengumpulan data dikumpulkan selama 4 hari di puskesmas Lubuk Buaya. Populasi penelitian adalah semua ibu hamil trimester III (usia kehamilan 28-40 minggu) yang berkunjung ke Puskesmas Lubuk Buaya pada tahun 2026. Sebanyak 43 orang dan Sampel berjumlah 30 orang (15 untuk kelompok intervensi dan 15 untuk kelompok control). Teknik pengambilan sampel menggunakan *non-probability sampling* dengan teknik *purposive sampling*. Lembaran pengumpulan data menggunakan lembaran observasi melalui wawancara dan pemberian *booklet* dengan menggunakan kuesioner W-DEQ. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Wilcoxon*.