

Hasil Penelitian

COPING STRESS PADA WANITA PASCA EKLAMPSIA

Genevieva Esmeraldine Tanihatu¹, Grace Carol Sipasulta²

¹Bagian Humaniora, Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura,

²POLTEKKES KALTIM, D3 Keperawatan, Kelas Balikpapan

Corresponding author email: mynamegenie@gmail.com

Abstrak

Salah satu tahap penting dalam hidup seorang perempuan meliputi masa kehamilan, kelahiran, dan menjadi seorang ibu. Setiap perempuan mengalami periode kehamilan yang unik, dan setiap individu bereaksi terhadapnya dengan cara yang berbeda. Karena itu, masa kehamilan dianggap sebagai periode yang kritis dalam kehidupan perempuan. Masa kehamilan juga membawa perubahan besar yang mungkin asing bagi perempuan, salah satu contohnya adalah eklampsia. Hal ini dapat menimbulkan kecemasan pada perempuan hamil bahkan setelah dilewatinya masa tersebut. Meskipun terkadang sulit untuk ditegaskan, rasa tidak nyaman dari kecemasan selalu dirasakan. Untuk itu dibutuhkan suatu strategi pengatasan masalah atau biasa disebut strategi *coping* yang bertujuan mengurangi atau meminimalisasikan suatu situasi atau kejadian yang penuh tekanan dengan berbagai usaha baik mental maupun perilaku untuk mengatasi perasaan cemas yang dihadapi sang ibu. Metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus terhadap subjek dengan *deep interview*. Hasil yang didapatkan adalah pada kasus eklampsia, pendekatan *Coping Stress* lebih berguna dalam menanganinya. Adapun Strategi *Coping Stress* yang digunakan lebih sering dengan pendekatan *emotional focused*.

Kata Kunci: *coping stress*, eklampsia, kehamilan, primipara

Abstract

One of the most important stages in a woman's life involves pregnancy, birth and motherhood. Every woman experiences a unique period of pregnancy, and each individual reacts to it in a different way. Because of this, pregnancy is considered a critical period in a woman's life. Pregnancy also brings about major changes that may be unfamiliar to women. One example is Eclampsia, which can cause anxiety in pregnant women even after the period has passed. Although it is sometimes difficult to assert, the discomfort of anxiety is always felt. For this reason, a problem-solving strategy is needed or commonly called a coping strategy that aims to reduce, or minimize a stressful situation or event with various mental and behavioral efforts to overcome the feelings of anxiety faced by the mother. Qualitative method with a case study approach to the subject with a deep interview. The results obtained are in eclampsia cases, the Stress Coping approach is more useful in handling it. The Stress Coping Strategy used is more often with an emotionally focused approach.

Keywords: *coping with stress, eclampsia, pregnancy, primiparous*

Pendahuluan

Salah satu penyebab tingginya Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia adalah eklampsia, dimana berdasarkan data secara nasional Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia telah menurun dari 305 kematian per 100.000 kelahiran hidup menurut survei penduduk antar sensus tahun 2015, menjadi 189 kematian per 100.000 kelahiran hidup menurut sensus penduduk tahun 2020. Hasil tersebut menunjukkan sebuah penurunan yang signifikan, bahkan jauh lebih rendah dari target di tahun 2022 yaitu, 205 kematian per 100.000 kelahiran hidup. Berdasarkan hasil *Sample Registration System* (SRS) Litbangkes Tahun 2016, tiga penyebab utama kematian ibu adalah gangguan hipertensi (33,07%), perdarahan obstetri (27,03%) dan komplikasi non obstetrik (15,7%). Sedangkan berdasarkan data *Maternal Perinatal Death Notification* (MPDN) tanggal 21 September 2021, tiga penyebab teratas kematian ibu adalah eklampsia (37,1%), Perdarahan (27,3%), Infeksi (10,4%) dengan tempat atau lokasi kematian tertingginya adalah di rumah sakit (84%).^{1,2}

Eklampsia di Indonesia masih merupakan penyakit pada kehamilan yang meminta korban besar dari ibu dan bayi. Dari berbagai data, diketahui kematian ibu berkisar antara 9,8-25,5%, sedangkan kematian bayi lebih tinggi lagi yakni, 42,2-48,9%. Sebaliknya, kematian ibu dan bayi di negara maju lebih kecil. Tingginya kematian ibu dan anak di negara-negara yang kurang maju disebabkan oleh kurang sempurnanya pengawasan antenatal dan natal; penderita-penderita eklampsia sering terlambat mendapat pengobatan yang tepat. Kematian ibu biasanya disebabkan oleh perdarahan otak, dekompensasi kordis dengan edema paru-paru, payah ginjal, dan masuknya isi lambung ke dalam jalan pernapasan waktu kejang. Di RS Cipto Mangunkusumo, kematian ibu akibat preeklampsia atau eklampsia pada tahun 1990-1992 tercatat sebesar 61,1% dari seluruh kematian ibu. Eklampsia ialah suatu keadaan yang dimana terjadi serangan kejang tiba-tiba dan diikuti dengan penurunan kesadaran atau koma pada seorang wanita hamil, persalinan atau masa nifas yang menunjukkan gejala preeklampsia sebelumnya. Kejang disini bersifat timbul mendadak pada wanita preeklampsia dan bukanlah diakibatkan oleh kelainan neurologis. Eklampsia merupakan komplikasi dari preeklampsia.³ Pada lingkup kesehatan masyarakat serta kedokteran perinatal, Hipertensi Dalam Kehamilan (HDK), khususnya eklampsia adalah salah satu masalah yang terpenting. Eklampsia merupakan penyebab utama dari morbiditas dan mortalitas maternal diartikan yaitu, hipertensi yang timbul 20 minggu kehamilan pertama kali didiagnosis kemudian diikuti adanya komponen protein pada urin atau yang disebut dengan proteinuria. Eklampsia merupakan preeklampsia yang mengalami komplikasi kejang tonik klonik dan sifatnya umum. Dewasa ini, HDK diklasifikasikan sebagai sub tipe toksemia pada kehamilan yang terdiri atas satu atau lebih gejala hipertensi, proteinuria, dan edema selama kehamilan.⁴

Masalah psikologis yang dirasakan ibu pada masa kehamilan adalah kecemasan. Kecemasan adalah gangguan alam perasaan yang ditandai dengan perasaan ketakutan dan kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan menilai realitas, kepribadian masih utuh, perilaku dapat terganggu, tetapi masih dalam batas-batas normal. Menurut Sutejo,⁵ tanda dan gejala pasien dengan ansietas adalah cemas, khawatir, firasat buruk, takut akan pikirannya sendiri serta mudah tersinggung, pasien merasa tegang, tidak tenang, gelisah dan mudah terkejut, pasien mengatakan takut bila sendiri atau pada keramaian dan banyak orang, mengalami gangguan pola tidur dan disertai mimpi yang menegangkan. Salah satu bentuk penanganan yang dapat diberikan adalah dengan *Coping Stress Strategy*. *Coping* didefinisikan sebagai sebuah cara berpikir realistis dan fleksibel dalam bertindak untuk memecahkan suatu masalah, agar demikian efek berupa stres dapat menurun.⁶ Menurut Lazarus seperti dikutip dari Rahmi Lubis, dkk⁷ dalam mengatasi stres ada berbagai cara yang seseorang dapat lakukan yang disebut dengan strategi coping. Pertama, pengendalian reaksi emosional yang timbul karena suatu masalah atau yang biasa dikenal dengan *emotional focused coping*. Seseorang berusaha untuk meminimalisir 24 kecemasannya dengan cara menarik diri secara mental maupun fisik untuk menghindari masalah. Cara kedua adalah dengan usaha mengubah masalah yang memicu timbulnya stres atau yang biasa dikenal dengan *problem focused coping*.

Metode

Penelitian ini adalah penelitian jenis *Case Study* (Studi Kasus). Rancangan penelitian dilakukan dengan metode kualitatif dimana pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi, wawancara, dan dokumentasi sesuai hasil penelitian di lapangan. Menurut Azwar (dalam Julianto 2018) penelitian dengan pendekatan kualitatif lebih menekankan analisis pada proses penyimpulan terhadap dinamika hubungan antar fenomena yang diamati untuk menjawab pertanyaan penelitian dengan menggunakan logika ilmiah dan cara berfikir formal serta argumentatif.⁸

Hasil

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada subjek, *Coping Stress* yang banyak dapati pada kasus eklampsia pada ibu hamil adalah dengan menggunakan *emotioanal problem focused* aspek *self control* adalah aspek yang memiliki nilai lebih tinggi dari keseluruhan aspek *emotion focused coping*.

Pembahasan

Eklampsia yang merupakan salah satu penyebab AKI (Angka Kematian Ibu) dapat terjadi pada siapa saja dan pada kehamilan mana saja. Beberapa faktor risiko yang menjadi penyebab terjadinya eklampsia adalah usia, makanan atau gizi, dan tempat. Bentuk kecemasan yang timbul dari kejadian ini dapat bersifat realistis yang sangat dekat kaitannya dengan perasaan takut. Peristiwa eklampsia merupakan peristiwa traumatik yang dapat menimbulkan kecemasan akan terulangnya gejala yang sama pada kehamilan berikutnya. *Coping stress* yakni upaya individu dalam mengatasi kesenjangan antara tuntutan-tuntutan yang dipersepsikan padanya dengan sumber-sumber yang ia miliki dalam menghadapi *stressfull*. *Coping* berfungsi untuk mengeluarkan diri dari masalah yang nyata maupun tidak. *Coping* juga merupakan segala usaha baik kognitif maupun perilaku dalam mengatasi, mengurangi, maupun mempertahankan diri terhadap tuntutan-tuntutan (Ekasari & Yuliyana, 2012)⁹. *Coping stress* terbagi menjadi dua yaitu *problem focused coping* dan *emotional focused coping*. *Problem focused coping* terbagi menjadi beberapa jenis yaitu *planful problem solving*, *confrontative coping*, dan *seeking social support*, sedangkan *emotion focused coping* terdiri atas *positive reappraisal*, *accepting responsibility*, *self controlling*, *distancing*, dan *escape avoidance*. Berdasarkan hasil wawancara setelah penelitian terhadap tiga orang subjek penelitian yang melakukan *self control* tinggi.

Kesimpulan

Pada penelitian ini, terlihat bahwa kasus Eklampsia dapat terjadi pada usia kehamilan maupun pada urutan kehamilan berapapun. Kecemasan pada Ibu hamil tidak saja dirasakan pada saat kehamilan pertama. Tingginya perasaan cemas yang dirasakan oleh ibu hamil harus mendapatkan perhatian lebih dari lingkungan terdekat, dalam hal ini keluarga sehingga tidak menyebabkan ibu hamil mengalami kecemasan yang berlebihan sehingga mengakibatkan terjadinya eklampsia yang dapat mengancam nyawa. Strategi *coping* yang lebih cocok untuk digunakan adalah *emotional focused* sehingga penanganan ini merupakan bentuk usaha-usaha individu untuk mengurangi atau menghilangkan stres yang dirasakannya tidak dengan cara menghadapinya secara langsung, tetapi lebih pada usaha untuk mempertahankan keseimbangan afeksinya.

Referensi

1. Laporan Kinerja Instansi Pemerintah, maka Direktorat Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak menyusun laporan kinerja (LAKIP), KEMENKES, 2022.
2. Sirait AM. Prevalensi hipertensi pada kehamilan di Indonesia dan berbagai faktor yang berhubungan (Riset Kesehatan Dasar 2007). Buletin Penelitian Sistem Kesehatan. 2012; 15(2):103-9.
3. Lestari, N. C. A, Utami, S. W, & Rahayu, R. Hubungan Faktor Risiko dengan Kejadian Eklampsia pada Ibu Hamil di RSUD Ambarawa. Jurnal Educational of Nursing (JEN). Juli-Desember 2019; 2 (2): 7-17.
4. Hartawan, I. G. A. G.U. Eklampsia, hellp syndrome, acute respiratory distress, and pneumonia. 2018
5. Sutejo. Keperawatan Jiwa, Konsep dan Praktik Asuhan Keperawatan Kesehatan Jiwa: Gangguan Jiwa dan Psikososial. Yogyakarta : Pustaka Baru Press; 2018.
6. Wildiani, S., Sismiati, A., & Kormalasari, G. (2013). Penggunaan strategi coping pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di jurusan bk angkatan 2008 Fip Unj. Insight: Jurnal Bimbingan Dan Konseling, 2(1), 107–113.
7. Lubis Lumongga Namora & Pieter Zan Herri, 2010. Pengantar Psikologi untuk Kebidanan. Jakarta
8. Julianto, Stefanny. Pemaknaan life satisfaction pada anak laki-laki dalam keluarga orangtua tunggal. Other thesis, Unika Soegijapranata Semarang; 2018.
9. Ekasari, A., dan Yuliyana, S. (2012). Kontrol diri dan dukungan teman sebaya dengan coping stress pada remaja. Jurnal Soul, 5(2), 55- 66.