

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Penelitian Terkait

Berdasarkan review jurnal yang telah dilakukan oleh peneliti, tidak ditemukan penelitian yang sama dengan penelitian yang dilakukan ini yang mengeksplorasi tentang gambaran tingkat stress pada ibu hamil dimasa pandemic Covid 19 di Desa Prupuk Utara Kecamatan Margasari. Namun, terdapat beberapa penelitian terdahulu yang mirip dengan penelitian ini, yaitu sebagai berikut :

Tabel 2.1 Penelitian Terkait

No.	Judul Penelitian	Desain Metodologi	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1	Pengaruh stres pada ibu hamil trimester III terhadap aktivitas janin yang dikandung di wilayah Puskesmas Grabag 1 Magelang	Metode penelitian yang dilakukan adalah <i>cross sectional</i>	Tidak ada hubungan antara stres pada ibu hamil trimester III terhadap aktivitas janin yang dikandung dengan $p=0,000 (<0,05)$. Dan hasil uji diperoleh nilai $p=0,778 (>0,05)$ yang artinya H_0 diterima dan H_a ditolak	Meneliti tentang stress pada ibu hamil	Perbedaan : Pada metode yaitu deskriptif analitik dengan analisis univariat Dan masalah yang diteliti tentang tingkat stress
2	Gambaran Tingkat Stres	Menggunakan desain	Gambaran tingkat stres	Meneliti tentang	Perbedaan pada

No.	Judul Penelitian	Desain Metodologi	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
	Mahasiswa	deskriptif kualitatif dengan pendekatan cross sectional dengan	pada mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Magelang menunjukkan stres sedang sebanyak 33,6 %.	tingkat stress	Subyek yang diteliti ibu hamil
3	Pemahaman Ibu Hamil Tentang Upaya Pencegahan Infeksi Covid-19 Selama Kehamilan	Penelitian menggunakan kuantitatif deskriptif dengan analisis univariat	Responden 57%) memiliki pemahaman yang kurang tentang upaya pencegahan infeksi COVID-19.	Penelitian disat pandemic covid dan analisis dengan univariat	Perbedaan pada variable penelitian dan subyek yang diteliti
4	Mental health of pregnant and postpartum women in response to thr Covid-19 pandemic	Penelitian ini diukur pada ketika periode penilaian menggunakan skala depresi pascanatal endinburgh (EPDS, Cox et al,1987).	System depresi lebih tinggi selama pandemic dibandingkan dengan pra-pandemi (F(1,134)= 44,68, p<0,001, parsial=0,25).	Meneliti tingkat stress pada ibu hamil	Perbedaan : Metode analisis dan desain penelitian

No.	Judul Penelitian	Desain Metodologi	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
5	Effect of pre- and post-exam stress levels on thermal sensation of student	Penelitian diuji dengan actual thermak sensation (ATS) dan profil of mood state(POMS), desain eksperimen pre-test-post-test control (PPC)	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan antara kelompok control dan kelompok eksperimen sebelum pre-test. Setelah post-test tidak ada perbedaan yang signifikan.	Meneliti tentang tingkat stres	Perbedaan : Subyek yang diteliti dan metode yang digunakan
6.	Gambaran tingkat setres menghadapi persalinan di masa pandemic covid 19 di PMB sumarno boyolali	Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif, dengan rancangan deskriptif	Distribusi tingkat setres menghadapi persalinan dengan . terbanyak dengan tingkat setres sedang sejumlah 14 responden (45,3%).	Meneliti tingkat setres ibu hamil menghadapi persalinan	Perbedaan: lokasi penelitian

B. Stres

1. Pengertian Stres

Stres yang sangat beragam menunjukkan bahwa stress bukanlah suatu hal yang sederhana. Salah satu definisi stres adalah gangguan pada fisik maupun psikologis yang disebabkan oleh perubahan dan besarnya tuntutan kahidupan indiviidu Donsu dalam(Peda, 2009). Melihat beberapa pendapat diatas peneliti menyimpulkan bahwa stres adalah suatu respon individu

terhadap *stressor* yang dialaminya, *stressor* dapat berupa perasaan tertekan, ketidaknyamanan akan peran baru, tidak mampu menerima keadaan baru yang terjadi pada dirinya atau bahkan penolakan yang berdampak pada terganggunya pola hidup yang biasa-biasanya individu jalani

2. Tingkat Stres

Susane (2017) mengatakan pada setiap individu mempunyai tingkatstres yang berbeda-beda, stres pada individu disebabkan oleh berbagai macam *stressor*, pada individu salah satu reaksi stresnya dipicu oleh berbagai stimulus, tingkatan stres secara umum diantaranya adalah:

a. Stres normal

Stres normal merupakan bagian alamiah pada kehidupan setiap manusia dan setiap manusia pasti akan mengalami stres normal, bahkan saat dalam kandunganpun seorang bayi mengalami stres normal ini. Gejala stres normal biasanya muncul saat dalam situasi kelelahan, takut, jantung berdebar-debar.

b. Stres ringan

Adalah kejadian stres yang dipicu *stressor* yang dialami selama beberapa menit sampai beberapa jam. Gejala dari stres ringan adalah bibir kering, bernafas terengah-engah, kesulitan menelan merasa lemah, goyah, berke-ringat berlebihan saat temperature normal, takut tanpa alasan yang jelas dan merasa sangat lega saat situasi berakhir, dengan demikian adanya *stressor* ringan dalam jumlah banyak dalam waktu singkat akan menyebabkan peningkatan resiko penyakit individu.

c. Stres sedang

Stres ini berlangsung lebih lama berkisar beberapa jam sampai beberapa hari. Stres sedang dapat terjadi saat terdapat masalah perselisihan yang tak bisa terselesaikan. Gejala yang timbul di antaranya mudah marah, beraksi berlebihan, sulit beristirahat, merasa cemas hingga mengalami kelelahan

d. Stres berat

Adalah stres yang dialami mulai dari beberapa minggu hingga beberapa tahun. Stres ini dapat menimbulkan gejala tidak dapat merasakan perasaan positif, tidak kuat melakukan kegiatan, merasa pesimis secara berlebihan, sedih, tertekan dan sangat mudah untuk putus asa. Pada prinsipnya adalah semakin lama dan sering stressor menyebabkan stres maka semakin tinggi resiko stres yang ditimbulkan dan ketika terdapat resiko stres yang tinggi maka akan menyebabkan penurunan energy dan respon adaptif pada individu. Berdasarkan teori di atas peneliti menyimpulkan bahwa tingkat stress dibagi menjadi empat macam yaitu stres normal, stres ringan, stres sedang, dan stres berat.

3. Aspek-aspek Stres

Hernasyari (2008) menyatakan stres tidak bias dihindarkan oleh siapa-pun. Setiap orang dapat mengalami stres dan membuat individu tersebut mengalami gangguan dalam dirinya. Menurut Hardjana (1994) menyatakan gangguan yang dialami oleh individu tersebut meliputi

empat aspek yaitu Aspek Fisik, Aspek Emosional, Aspek Intelektual, dan Aspek Interposol. Adapun keempat aspek dengan ciri-ciri sebagai berikut:

a. Aspek Fisik

Aspek fisik dari stres berkaitan dengan reaksi-reaksi fisik yang dialami oleh individu, seperti sakit kepala, insomnia atau susah tidur, sakit punggung, mengalami kesulitan untuk BAK, gatal-gatal pada kulit, leher dan bahu terasa berat dan tegang, berkeringat secara berlebihan, selera makan menu-run dan mudah lelah.

b. Aspek Emosional

Stres akan menimbulkan reaksi-reaksi emosional, yaitu perasaan gelisah, cemas, depresi, sedih, suasana hati atau mood yang naik turun secara cepat, mudah sekali marah, merasa gugup, merasa harga diri rendah, mudah ter-singgung, gampang menyerang orang lain dan berumusuhan dengan orang lain.

c. Aspek Intelektual

Stres memiliki dampak terhadap system intelektual seseorang. Orang yang mengalami stres biasanya mengalami kesulitan untuk fokus, sulit mengambil keputusan, daya ingatannya menurun, pikiran kacau, kehilangan rasa humor, produktivitas kerja menurun dan sering berbuat kesalahan.

d. Aspek Interpersonal

Individu yang mengalami gangguan dalam hubungan sosialnya dengan orang lain, seperti merasa hilang kepercayaan kepada orang

lain, mudah memperlakukan orang lain, membatalkan janji secara tiba-tiba atau tidak memenuhi janjinya, semua orang dianggap salah dalam segala hal, mengucap kata-kata yang tidak pantas, tertutup dan terkesan menjauhi orang lain dan mendiamkan orang.

Berdasarkan teori di atas peneliti menyimpulkan bahwa aspek stress ada empat macam yaitu Aspek Fisik, Aspek Emosional, Aspek Intelektual, dan yang terakhir adalah Aspek Interpersonal.

4. Jenis – jenis Stres

Selye dalam (Chusna, 2010) mengatakan bahwa terdapat dua jenis stress, yaitu eustres dan distres. *Eustres*, yaitu hasil dari respon terhadap stress yang bersifat sehat, positif, dan konstruktif (bersifat membangun). Ini adalah semua bentuk stress yang mendorong tubuh untuk beradaptasi dan meningkatkan kemampuan untuk beradaptasi. Ketika beradaptasi dan meningkatkan kemampuan untuk beradaptasi. Ketika tubuh mampu menggunakan stress yang dialami untuk membantu melewati sebuah hambatan dan meningkatkan performa, stress tersebut bersifat positif, sehat, dan menantang (Walker, 2002). Pada penelitian ini stress yang dialami oleh ibu yang baru melahirkan digolongkan ke dalam stress yang positif (*eustres*), karena proses melahirkan seorang wanita bisa menjadi salah satu sebab timbulnya stress, namun kehadiran seorang anak dalam kehidupan seorang wanita adalah suatu kebahagiaan yang sangat didambakan. Sedangkan distres yaitu hasil dari respon terhadap stress yang bersifat tidak sehat, negative, dan destruktif (bersifat merusak).

Distres adalah semua bentuk stres yang melebihi kemampuan untuk mengatasinya, membebani tubuh, dan menyebabkan masalah fisik atau psikologis. Ketika seseorang mengalami distres, orang tersebut akan cenderung bereaksi secara berlebihan, bingung, dan tidak dapat berperforma secara maksimal (Walker, 2002).

5. Tanda dan Gejala Stres

Fitriani dalam (Chusna, 2010) menyatakan beberapa tanda dan gejala yang muncul pada seseorang yang mengalami stres bisa terjadi pada perubahan fisik, mental, dan perilaku. Tanda dan gejala yang sering muncul yaitu:

a. Fisik

Menurut (WHO, 2020) menyatakan tanda fisik yang muncul akibat stres antara lain cemas, panic, adanya tekanan, terburu-buru dan irritable, lelah, insomnia, nyeri kepala, berdebar-debar, nyeri dada, nafas pendek, ekstremitas tinggi, wajah terasa panas, berkeringat, flu, menstruasi terganggu, otot kaku dan tegang terutama bagian leher, bahu, dan punggung bawah.

b. Mental

Tanda dan gejala yang sering muncul antara lain berkurangnya konsentrasi dan daya ingat, ragu-ragu, bingung, pikiran penuh dan kosong.

c. Emosi

Tanda dan gejala yang sering muncul seperti cemas, depresi, putus asa, mudah marah, ketakutan, frustrasi, menangis tiba-tiba, phobia,

rendah diri, merasa tak berdaya, menarik diri dari pergaulan, dan menghindari beberapa kegiatan.

d. Perilaku

Tanda dan gejala yang sering muncul adalah mondar-mandir, gelisah, menggigit kuku jari, perubahan pola makan, merokok, minum-minuman keras, berteriak, mengumpat bahkan melempar barang, memukul, menggosok-gosokan tangan, menggaruk-garuk kepala. Berdasarkan hasil uraian diatas peneliti menyimpulkan bahwa tanda dan gejala stres yang sering ada 4 macam yaitu gejala fisik, gejala mental, gejala emosi, dan gejala perilaku.

6. Sumber Stres

Donsu (2017) mengatakan sumber stres terdiri dari tiga aspek yaitu:

a. Diri Sendiri

Sumber stres dalam diri sendiri, pada umumnya dikarenakan konflik yang terjadi antara keinginan dan kenyataan berbeda. Mengingat bahwa manusia adalah makhluk rohani, dan makhluk jasmani, maka stresor dapat dibagi menjadi tiga yaitu stresor rohani (spiritual), stresor mental (psikologi), dan stresor jasmani (fisikal).

b. Keluarga

Stres yang bersumber dari masalah keluarga dapat terjadi karena adanya perselisihan masalah keluarga, masalah keuangan, serta adanya tujuan yang berbeda di antara anggota keluarga.

c. Masyarakat dan Lingkungan

Masyarakat dan lingkungan juga menjadi salah satu sumber stres. Kurangnya hubungan interpersonal, serta kurang adanya pengakuan di masyarakat, merupakan penyebab stres dari lingkungan dan masyarakat (Hidayat, 2009).

7. Faktor - faktor Yang Mempengaruhi Stres

Fitriani (2016) menyatakan bahwa faktor-faktor mempengaruhi tingkat stres antara lain :

a. Kemampuan Memperkirakan

Kemampuan seseorang untuk memperkirakan timbulnya stres meskipun belum dapat dikontrol.

b. Kontrol Atas Jangka Waktu

Kemampuan seseorang individu mengendalikan berapa lama waktu kejadian stres.

c. Evaluasi Kognitif

Kemampuan memahami stres pada setiap individu yang berbeda.

d. Perasaan Mampu

Rasa percaya seseorang atas kemampuannya dalam menanggulangi

e. Dukungan Masyarakat

Adanya perhatian dari orang lain dapat membuat seseorang bertahan dalam menghadapi stres.

Beberapa situasi yang dapat menegangkan untuk individu menurut Taylor (2003) adalah sebagai berikut:

a. *Negative Events*

Banyak peristiwa yang berpotensi untuk menjadi suatu tekanan maupun ketegangan, terutama untuk peristiwa-peristiwa yang negative. Pada peristiwa-peristiwa negative menunjukkan hubungan yang kuat antara gangguan fisik dan kondisi psikologis seseorang saat berada pada keadaan yang sulit. Dengan demikian, saat peristiwa-peristiwa negative terjadi hal tersebut sangat berpotensi mempengaruhi kondisi psikologis dan kesehatan seseorang.

b. *Uncontrollable Events*

Kejadian yang tidak terkendali, seperti yang sering terjadi misalnya kebi-singan, keramaian atau kegelisahan tampaknya menjadi hal yang tak terpisahkan dengan tekanan yang terjadi pada diri seseorang. Suatu penelitian menemukan, untuk dapat mengantisipasi kejadian yang mengganggu atau hal yang mengarah pada stres salah satunya yaitu dengan mengendalikan dan kesanggupan menyesuaikan diri terhadap kejadian negative yang berlangsung.

c. *Ambiguous Events*

Peristiwa ambigu merupakan kejadian yang tidak terprediksi sebelumnya yang membuat individu tidak memiliki kesempatan untuk melakukan suatu tindakan antisipasi. Pada akhirnya yang dapat dilakukan seseorang pada kejadian tersebut ialah mengerahkan kemampuannya untuk dapat memahami situasi yang pada saat itu, sayangnya hal tersebut justru menjadi sumber pelemah tugas maupun kegiatannya.

d. *Overload*

Individu dengan beban hidup yang terlalu berat lebih merasa tertekan dari pada individu dengan beban hidup yang jauh lebih ringan. Individu yang memiliki tugas terlalu banyak dikehidupannya dapat mengalami stres dengan tingkatan yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang mempunyai tugas lebih sedikit.

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti menyimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya stres ada lima macam yaitu faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya stres ada lima macam yaitu kemampuan memperkirakan, control atas jangka waktu, evaluasi kognitif, perasaan mampu, dukungan masyarakat.

C. Konsep Kehamilan

1. Definisi Kehamilan

Kehamilan merupakan suatu masa dimana seorang wanita membawa embrio atau fetus dalam rahim nya. Istilah medis untuk wanita hamil adalah *gravida* (Lukluk at al., 2008). Adapun istilah untuk wanita hamil pertama kali disebut *primigravida*. Kehamilan merupakan awal dari berbagai fisik dan psikis.

Primigravida adalah ibu yang pertama kali hamil. Kehamilan (*graviditas*) dimulai dengan konsepsi (pembuahan) dan berakhir dengan permulaan persalinan. Kehamilan adalah suatu krisis maturasi yang dapat menimbulkan stress tetapi berharga karena wanita tersebut menyiapkan

diri untuk memberi perawatan dan mengemban tanggung jawab yang lebih besar. Seiring persiapannya untuk menghadapi peran baru, wanita tersebut mengubah konsep dirinya supaya ia siap menjadi orang tua. Setelah bertahap ia berubah dari seseorang yang bebas dan berfokus pada diri sendiri menjadi seorang yang seumur hidup berkomitmen untuk merawat seorang individu lain.

Pertumbuhan ini membutuhkan penguasaan tugas-tugas perkembangan tertentu : menerima kehamilan, mengidentifikasi peran ibu, mengatur kembali hubungan antara ibu dan anak serta antara dirinya dan pasangannya, membangun hubungan dengan anak yang belum lahir dan mempersiapkan diri untuk menghadapi pengalaman melahirkan (Bobak at al., 2005)

Kehamilan berlangsung selama 9 bulan menurut penanggalan internasional, 10 bulan menurut penanggalan lunar atau sekitar 40 minggu. Kehamilan dibagi menjadi tiga periode tiga bulanan atau trimester. Trimester pertama adalah periode minggu pertama sampai minggu ke 13, trimester kedua adalah periode minggu ke-14 sampai ke-26, dan trimester ke tiga minggu ke-27 sampai kehamilan cukup bulan (38-40 minggu) (Bobak at al., 2005).

Menurut Mandriwati (2011), kehamilan merupakan proses yang alamiah dan fisiologis. Selama pertumbuhan dan perkembangan kehamilan dari bulan ke bulan diperlukan kemampuan seorang ibu hamil untuk beradaptasi dengan perubahan-perubahan yang terjadi pada fisik dan

mental nya. Kehamilan secara tradisional dipandang sebagai krisis emosi oleh beberapa ahli psikologi. Penyesuaian terhadap peran orang tua merupakan salah satu peristiwa kehidupan yang paling membuat stress (Henderson, C., Jones, 2006).

Seorang calon ibu akan membayangkan perubahan dan kegembiraan yang akan ia alami selama sembilan bulan berikutnya, akan tetapi bagi beberapa wanita menemukan bahwa dirinya hamil merupakan kejutan dalam artian yang lain dan tidak menimbulkan perasaan gembira (Nolan, 2010). Mungkin pada saat itu ia belum mengharapkan kehamilan atau tidak ingin hamil sama sekali, situasi ini merupakan suatu proses yang bertahap.

Sedangkan *multigravida* adalah wanita yang sudah hamil dua kali atau lebih. Ibu yang menantikan anak kedua memiliki kekhawatiran yang berbeda pada masa hamil (Henderson, C., Jones, 2006). *Multigravida* mungkin memiliki perasaan yang belum diselesaikan tentang persalinan pertamanya. Hal tersebut karena multigravida begitu memperhatikan anak pertamanya sehingga tidak segembira saat kehamilan pertama. Multigravida khawatir akan reaksi anak pertama nya terhadap kelahiran saudaranya dan sadar akan terjadi perubahan hubungan dengan anak pertama jika anak keduanya lahir. Dimana kekhawatiran tersebut akan menimbulkan perasaan sedih dan kehilangan.

2. Dampak perubahan psikologis masa hamil

Menurut Lukluk et al., (2008), kehamilan diartikan periode krisis, saat terjadinya gangguan dan perubahan identitas peran. Wanita hamil merespon terhadap masa krisis dengan cara berbeda-beda menurut sifat dan situasi kehidupan. Definisi krisis merupakan ketidakseimbangan psikologis yang disebabkan situasi atau tahap perkembangan.

Penting bagi kita mengetahui perubahan psikologi dasar pada ibu karena perubahan-perubahan ini dapat menjelaskan sejumlah ketidaknyamanan pada kehamilan yang juga merupakan data dasar untuk menginterpretasikan temuan fisik dan laboratorium yang mungkin abnormal pada kondisi tidak mengandung tetapi dianggap normal pada kondisi kehamilan (Henderson, C., Jones, 2006). Adapun bentuk perubahan psikis yang terjadi menurut (Lukluk, Z., Bandiyah, 2008), yaitu :

a. Perubahan emosional

Perubahan emosional trimester I ialah penurunan kemauan seksual karena letih dan mual, perubahan suasana hati seperti depresi atau khawatir, ibu mulai berfikir mengenai bayi dan kesejahteraannya serta kekhawatiran pada bentuk penampilan diri yang kurang menarik. Perubahan emosional trimester II terjadi pada bulan kelima kehamilan terasa nyata karena bayi sudah mulai bergerak sehingga mulai memperhatikan bayi dan memikirkan apakah akan dilahirkan dengan keadaan sehat.

Perubahan emosional trimester III terutama pada bulan-bulan terakhir kehamilan biasanya gembira bercampur takut karena kehamilan telah mendekati persalinan. Kekhawatiran ibu hamil biasanya seperti apa yang akan terjadi pada saat melahirkan, apakah bayi lahir sehat, dan tugas-tugas apa yang dilakukan setelah kelahiran (Pieter et al., 2011).

b. Cenderung malas

Penyebab wanita hamil cenderung malas tidak begitu saja timbul, melainkan pengaruh perubahan hormon yang sedang dialaminya. Perubahan hormonal akan mempengaruhi gerakan tubuh ibu, seperti gerakannya yang semakin lambat dan cepat merasa letih. Keadaan ini cenderung membuat ibu merasa malas.

c. Sensitif

Awal penyebab wanita hamil lebih sensitif ialah faktor hormon. Reaksi wanita menjadi lebih peka, mudah tersinggung dan mudah marah. Jangan sampai perubahan ini merusak hubungan suami istri tidak harmonis, dan sudah sepantasnya dipahami suami dan jangan membalas dengan kemarahan karena akan menambah perasaan tertekan. Perasaan tertekan akan berdampak buruk dalam perkembangan fisik dan psikis bayi.

d. Perasaan *ambivalen*

Perasaan ambivalen sering muncul saat masa kehamilan trimester pertama. Perasaan ambivalen wanita hamil berhubungan dengan kecemasan terhadap perubahan selama masa kehamilan, rasa tanggung

jawab, takut atas kemampuannya menjadi orang tua, sikap penerimaan keluarga, masyarakat dan masalah keuangan. Perasaan ambivalen akan berakhir seiring dengan adanya sikap penerimaan terhadap kehamilan.

e. Depresi

Depresi adalah kemurungan atau perasaan tidak semangat yang ditandai dengan perasaan yang tidak menyenangkan, menurunnya kegiatan, dan pesimis menghadapi masa depan. Umumnya depresi sering terjadi dalam trimester pertama. Penyebab timbulnya depresi ibu hamil ialah akibat perubahan hormonal yang berhubungan dengan otak, hubungan dengan suami atau anggota keluarga, kegagalan dan komplikasi kehamilan.

f. Stres

Pemikiran yang negatif dan perasaan takut selalu menjadi akar penyebab reaksi stres. Ibu yang mengalami stres selama hamil mempengaruhi perkembangan fisiologis dan psikologis bayi. Apapun yang dipikirkan ibu hamil memiliki hubungan fisik langsung terhadap perkembangan anak dalam rahim. Stres yang tidak berkesudahan dapat menyebabkan kelahiran pre-matur, berat badan dibawah rata-rata, hiperaktif dan mudah marah.

g. Ansietas

Ansietas merupakan istilah yang akrab digunakan untuk kecemasan, khawatir, gelisah, tidak tenang yang disertai dengan gejala fisik. *Ansietas* adalah respon emosional terhadap penilaian

individu yang subjektif yang mana keadaannya dipengaruhi alam bawah sadar dan belum diketahui pasti penyebabnya. Rasa cemas yang berlebihan dengan sendirinya menyebabkan ibu sakit.

Kehamilan adalah suatu tahap perkembangan wanita yang dapat menimbulkan stres. Kelabilan emosional yang terlihat pada perubahan *mood* yang cepat umum dijumpai pada wanita hamil. Perubahan hormonal merupakan bagian dari respon ibu terhadap kehamilan, dapat menjadi perubahan *mood* hampir sama seperti saat akan menstruasi atau selama *meno-pause*. Alasan lain seperti masalah seksual dan rasa takut terhadap nyeri selama melahirkan.

Menjelang akhir trimester ketiga, wanita akan mengalami kesulitan bernafas dan gerakan janin menjadi cukup kuat sehingga mengganggu ibu tidur. Nyeri pinggang, sering berkemih, konstipasi dan timbulnya *varises* dapat sangat mengganggu. Pada saat ini kebanyakan wanita akan tidak sabar untuk menjalani persalinan. Namun meskipun ibu merasa siap menghadapi persalinan, ibu tetap akan merasa takut dan cemas sebagai akibat dari nyeri yang dirasakan, sehingga wanita bersalin harus ditemani oleh orang yang dipercayai dan membuatnya merasa nyaman seperti suami, orang tua dan sahabatnya (Burhan, 2003).

D. Covid-19

1. Pengertian COVID-19

Coronavirus merupakan keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit pada manusia dan hewan. Pada manusia biasanya menyebabkan penyakit infeksi saluran pernapasan, mulai flu biasa hingga penyakit yang serius seperti *Middle East Respiratory Syndrome* (MERS) dan *Sindrom Pernapasan Akut Berat/ Severe Acute Respiratory Syndrome* (SARS). Penyakit ini terutama menyebar di antara orang-orang melalui tetesan pernapasan dari batuk dan bersin. Virus ini dapat tetap bertahan hingga tiga hari dengan plastik dan *stainless steel* SARS CoV-2 dapat bertahan hingga tiga hari, atau dalam aerosol selama tiga jam⁴. Virus ini juga telah ditemukan di feses, tetapi hingga Maret 2020 tidak diketahui apakah penularan melalui feses mungkin, dan risikonya diperkirakan rendah (Van Doremalen et al., 2020).

Corona virus jenis baru yang ditemukan pada manusia sejak kejadian luar biasa muncul di Wuhan China, pada Desember 2019, kemudian diberi nama *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* (SARS-CoV2), dan menyebabkan penyakit *Coronavirus Disease-2019* (COVID-19). *COVID-19* termasuk dalam genus dengan *flor elliptic* dan sering berbentuk pleomorfik, dan berdiameter 60- 140 nm. Virus ini secara genetic sangat berbeda dari virus *SARS-CoV* dan *MERS-CoV*. Homologi antara *COVID-19* dan memiliki karakteristik DNA coronavirus pada kelelawar-SARS yaitu dengan kemiripan lebih dari 85%. Ketika dikultur

pada vitro, COVID-19 dapat ditemukan dalam sel epitel pernapasan manusia setelah 96 jam. Sementara itu untuk mengisolasi dan mengkultur *vero E6* dan *Huh-7* garis sel dibutuhkan waktu sekitar 6 hari. Paru-paru adalah organ yang paling terpengaruh oleh COVID-19, karena virus mengakses sel inang melalui enzim ACE2, yang paling melimpah di sel alveolar tipe II paru-paru. Virus ini menggunakan glikoprotein permukaan khusus, yang disebut “spike”, untuk terhubung ke ACE2 dan memasuki sel inang (Letko, 2020).

Kepadatan ACE2 di setiap jaringan berkorelasi dengan tingkat keparahan penyakit di jaringan itu dan beberapa ahli berpendapat bahwa penurunan aktivitas ACE2 mungkin bersifat protektif. Dan seiring perkembangan penyakit alveolar, kegagalan pernapasan mungkin terjadi dan kematian mungkin terjadi (Xu X et al., 2020).

Sub-family virus corona dikategorikan ke dalam empat *genus*; α , β , γ , dan δ . Selain virus baru ini (COVID 19), ada tujuh virus corona yang telah diketahui menginfeksi manusia. Kebanyakan virus corona menyebabkan infeksi saluran pernapasan atas (ISPA), tetapi *Middle East Respiratory Syndrome Coronavirus* (MERSr CoV), *severe acute respiratory syndrome associated coronavirus* (SARSr CoV) dan *novel coronavirus 2019* (COVID-19) dapat menyebabkan pneumonia ringan dan bahkan berat, serta penularan yang dapat terjadi antar manusia. Virus corona sensitif terhadap sinar ultraviolet dan panas, dan dapat di nonaktifkan (secara efektif dengan hampir semua disinfektan kecuali

klorheksidin). Oleh karena itu, cairan pembersih tangan yang mengandung klorheksidin tidak direkomendasikan untuk digunakan dalam wabah ini (Safrizal et al., 2020).

2. Etiologi

Dalam diagnosis awal dari Rencana Perawatan Penyakit Virus Corona 2019 (yang disusun Pemerintah China), deskripsi etiologi COVID-19 didasarkan pada pemahaman sifat fisikokimia dari penemuan virus corona sebelumnya. Dari penelitian lanjutan, edisi kedua pedoman tersebut menambahkan “coronavirus tidak dapat dinonaktifkan secara efektif oleh *chlorhexidine*”, juga kemudian definisi baru ditambahkan dalam edisi keempat, “*nCov-19* adalah genus beta, dengan envelope, bentuk bulat dan sering berbentuk pleomorfik, dan berdiameter 60-140 nm. Karakteristik genetiknya jelas berbeda dari *SARS-CoV* dan *MERS-CoV*. Homologi antara *nCoV-2019* dan *bat-SL-CoVZC45* lebih dari 85%. Ketika dikultur *in vitro*, *nCoV-2019* dapat ditemukan dalam sel epitel pernapasan manusia setelah 96 jam, sementara itu membutuhkan sekitar 6 hari untuk mengisolasi dan membiakkan *VeroE6* dan jaringan sel *Huh-7*, serta “corona virus sensitif terhadap sinar ultraviolet” (Safrizal et al., 2020).

CoV adalah virus RNA positif dengan penampilan seperti mahkota di bawah mikroskop elektron (corona adalah istilah latin untuk mahkota) karena adanya lonjakan glikoprotein pada amplop. Subfamili *Orthocorona-virinae* dari keluarga *Coronaviridae* (orde *Nidovirales*)

digolongkan ke dalam empat gen *CoV*: *Alphacoronavirus (alphaCoV)*, *Betacoronavirus (betaCoV)*, *Deltacoronavirus (deltaCoV)*, dan *Gammacoronavirus (deltaCoV)*. Selanjutnya, genus *betaCoV* membelah menjadi lima sub- genera atau garis keturunan¹⁰. Karakterisasi genom telah menunjukkan bahwa mungkin kelelawar dan tikus adalah sumber *gen alphaCoVs dan betaCoVs*. Sebaliknya, spesies burung tampaknya mewakili sumber *gen deltaCoVs dan gammaCoVs*. Anggota keluarga besar virus ini dapat menyebabkan penyakit pernapasan, enterik, hati, dan neurologis pada berbagai spesies hewan, termasuk unta, sapi, kucing, dan kelelawar (Safrizal et al., 2020).

Sampai saat ini, tujuh *CoV* manusia (*HCoV*) yang mampu menginfeksi manusia telah diidentifikasi. Beberapa *HCoV 50* diidentifikasi pada pertengahan 1960-an, sementara yang lain hanya terdeteksi pada milenium baru. Dalam istilah genetik, Chan et al. telah membuktikan bahwa genom *HCoV* baru, yang diisolasi dari pasien kluster dengan pneumonia atipikal. Setelah mengunjungi Wuhan diketahui memiliki 89% identitas nukleotida dengan kelelawar *SARSsepertiCoVZXC21* dan 82% dengan gen manusia *SARS- CoV11*. Untuk alasan ini, virus baru itu bernama *SARS-CoV-2*. Genom RNA untai tunggalnya mengandung 29891 nukleotida, yang mengkode 9860 asam amino. Meskipun asalnya tidak sepenuhnya dipahami, analisis genom ini menunjukkan bahwa *SARS-CoV-2* mungkin berevolusi dari strain yang ditemukan pada kelelawar. Namun, potensi mamalia yang memperkuat, perantara antara kelelawar dan

manusia, belum diketahui. Karena mutasi pada strain asli bisa secara langsung memicu virulensi terhadap manusia, maka tidak dipastikan bahwa perantara ini ada (Safrizal at al., 2020).

3. Karakteristik *Epidemiologi*

Menurut Safrizal dkk, (2020) karakteristik epidemiologi meliputi:

a. Orang dalam pemantauan

Seseorang yang mengalami gejala demam ($\geq 38^{\circ}\text{C}$) atau memiliki riwayat demam atau ISPA tanpa pneumonia. Selain itu seseorang yang memiliki riwayat perjalanan ke negara yang terjangkit pada 14 hari terakhir sebelum timbul gejala juga dikategorikan sebagai dalam pemantauan.

b. Pasien dalam pengawasan

1) Seseorang yang mengalami memiliki riwayat perjalanan ke negara yang terjangkit pada 14 hari terakhir sebelum timbul gejala-gejala *COVID-19* dan seseorang yang mengalami gejala-gejala, antara lain: demam ($>38^{\circ}\text{C}$); batuk, pilek, dan radang tenggorokan, pneumonia ringan hingga berat berdasarkan gejala klinis dan/atau gambaran radiologis; serta pasien dengan gangguan sistem kekebalan tubuh (*immune compromised*) karena gejala dan tanda menjadi tidak jelas.

2) Seseorang dengan demam $>38^{\circ}\text{C}$ atau ada riwayat demam atau ISPA ringan sampai berat dan pada 14 hari terakhir sebelum timbul gejala, memiliki salah satu dari paparan berikut: Riwayat

kontak dengan kasus konfirmasi *COVID-19*, bekerja atau mengunjungi fasilitas kesehatan yang berhubungan dengan pasien konfirmasi *COVID-19*, memiliki riwayat perjalanan ke wilayah *endemik*, memiliki sejarah kontak dengan orang yang memiliki riwayat perjalanan pada 14 hari terakhir ke wilayah *endemik*.

4. Mekanisme Penularan

COVID-19 paling utama ditransmisikan oleh tetesan *aerosol* penderita dan melalui kontak langsung. *Aerosol* kemungkinan ditransmisikan ketika orang memiliki kontak langsung dengan penderita dalam jangka waktu yang terlalu lama. Konsentrasi *aerosol* di ruang yang relatif tertutup akan semakin tinggi sehingga penularan akan semakin mudah (Safrizal at al., 2020).

5. Karakteristik Klinis

Menurut Safrizal dkk, (2020) berdasarkan penyelidikan epidemiologi saat ini, masa inkubasi *COVID-19* berkisar antara 1 hingga 14 hari, dan umumnya akan terjadi dalam 3 hingga 7 hari. Demam, kelelahan dan batuk kering dianggap sebagai manifestasi klinis utama. Gejala seperti hidung tersumbat, pilek, pharyngalgia, mialgia dan diare relative jarang terjadi pada kasus yang parah, dispnea dan atau hipoksemia biasanya terjadi setelah satu minggu setelah onset penyakit, dan yang lebih buruk dapat dengan cepat berkembang menjadi sindrom gangguan pernapasan akut, syok septik, asidosis metabolik sulit untuk di-koreksi dan disfungsi perdarahan dan batuk serta kegagalan banyak organ, dll.

Pasien dengan penyakit parah atau kritis mungkin mengalami demam sedang hingga rendah, atau tidak ada demam sama sekali. Kasus ringan hanya hadir dengan sedikit demam, kelelahan ringan dan sebagainya tanpa manifestasi pneumonia. Dari kasus yang ditangani saat ini, sebagian besar pasien memiliki prognosis yang baik. Orang tua dan orang-orang dengan penyakit kronis yang mendasari biasanya memiliki prognosis buruk sedangkan kasus dengan gejala yang relatif ringan sering terjadi pada anak-anak. Beberapa gejala yang mungkin terjadi, antara lain :

a. Penyakit Sederhana (ringan)

Pasien-pasien ini biasanya hadir dengan gejala infeksi virus saluran pernapasan bagian atas, termasuk demam ringan, batuk (kering), sakit tenggorokan, hidung tersumbat, malaise, sakit kepala, nyeri otot, atau malaise. Tanda dan gejala penyakit yang lebih serius, seperti dispnea, tidak ada. Dibandingkan dengan infeksi *HCoV* sebelumnya, gejala non-pernapasan seperti diare sulit ditemukan.

b. Pneumonia Sedang

Gejala pernapasan seperti batuk dan sesak napas (atau takipnea pada anak-anak) hadir tanpa tanda-tanda pneumonia berat.

c. Pneumonia Parah

Demam berhubungan dengan dispnea berat, gangguan pernapasan, *takipnea* (> 30 napas / menit), dan hipoksia ($SpO_2 < 90\%$ pada udara kamar). Namun, gejala demam harus ditafsirkan dengan hati-hati karena bahkan dalam bentuk penyakit yang parah, bisa sedang atau

bahkan tidak ada. Sianosis dapat terjadi pada anak-anak. Dalam definisi ini, diagnosis adalah klinis, dan pencitraan radiologis digunakan untuk mengecualikan komplikasi.

d. Sindrom Gangguan Pernapasan Akut (*ARDS*)

Diagnosis memerlukan kriteria klinis dan ventilasi. Sindrom ini menunjukkan kegagalan pernapasan baru awal yang serius atau memburuknya gambaran pernapasan yang sudah diidentifikasi. Berbagai bentuk *ARDS* dibedakan berdasarkan derajat hipoksia.

6. Pencegahan Penularan *COVID-19*

Menurut Kemenkes RI dalam *Health Line* (2020) pencegahan penularan *COVID-19* meliputi :

a. Sering-Sering Mencuci Tangan

Sekitar 98 persen penyebaran penyakit bersumber dari tangan. Mencuci tangan hingga bersih menggunakan sabun dan air mengalir efektif mem-bunuh kuman, bakteri, dan virus, termasuk virus Corona. Pentingnya menjaga kebersihan tangan membuat memiliki risiko rendah terjangkit berbagai penyakit.

b. Hindari Menyentuh Area Wajah

Virus Corona dapat menyerang tubuh melalui area segitiga wajah, seperti mata, mulut, dan hidung. Area segitiga wajah rentan tersentuh oleh tangan, sadar atau tanpa disadari. Sangat penting

menjaga kebersihan tangan sebelum dan sesudah bersentuhan dengan benda atau bersalaman dengan orang lain.

c. Hindari Berjabat Tangan dan Berpelukan

Menghindari kontak kulit seperti berjabat tangan mampu mencegah penyebaran virus Corona. Untuk saat ini menghindari kontak adalah cara terbaik. Tangan dan wajah bisa menjadi media penyebaran virus *Corona*.

d. Jangan Berbagi Barang Pribadi

Virus *Corona* mampu bertahan di permukaan hingga tiga hari. Penting untuk tidak berbagi peralatan makan, sedotan, handphone, dan sisir. Gunakan peralatan sendiri demi kesehatan dan mencegah terinfeksi virus *Corona*.

e. Etika ketika Bersin dan Batuk

Satu di antara penyebaran virus *Corona* bisa melalui udara. Ketika bersin dan batuk, tutup mulut dan hidung agar orang yang ada di sekitar tidak terpa-par percikan kelenjar liur. Lebih baik gunakan tisu ketika menutup mulut dan hidung ketika bersin atau batuk. Cuci tangan hingga bersih menggunakan sabun agar tidak ada kuman, bakteri, dan virus yang ter-tinggal di tangan.

f. Bersihkan Perabotan di Rumah

Tidak hanya menjaga kebersihan tubuh, kebersihan lingkungan tempat tinggal juga penting. Gunakan disinfektan untuk membersihkan perabotan yang ada di rumah. Bersihkan permukaan perabotan rumah

yang rentan tersentuh, seperti gagang pintu, meja, furnitur, laptop, handphone, apa pun, secara teratur. Bisa membuat cairan disinfektan buatan sendiri di rumah menggunakan cairan pemutih dan air. Bersihkan perabotan rumah cukup dua kali sehari.

g. Jaga Jarak Sosial

Satu di antara pencegahan penyebaran virus *Corona* yang efektif adalah jaga jarak sosial. Pemerintah telah melakukan kampanye jaga jarak fisik atau *physical distancing*. Dengan menerapkan *physical distancing* ketika beraktivitas di luar ruangan atau tempat umum, sudah melakukan satu langkah mencegah terinfeksi virus *Corona*. Jaga jarak dengan orang lain sekitar satu meter. Jaga jarak fisik tidak hanya berlaku di tempat umum, di rumah pun juga bisa diterapkan.

h. Hindari Berkumpul dalam Jumlah Banyak

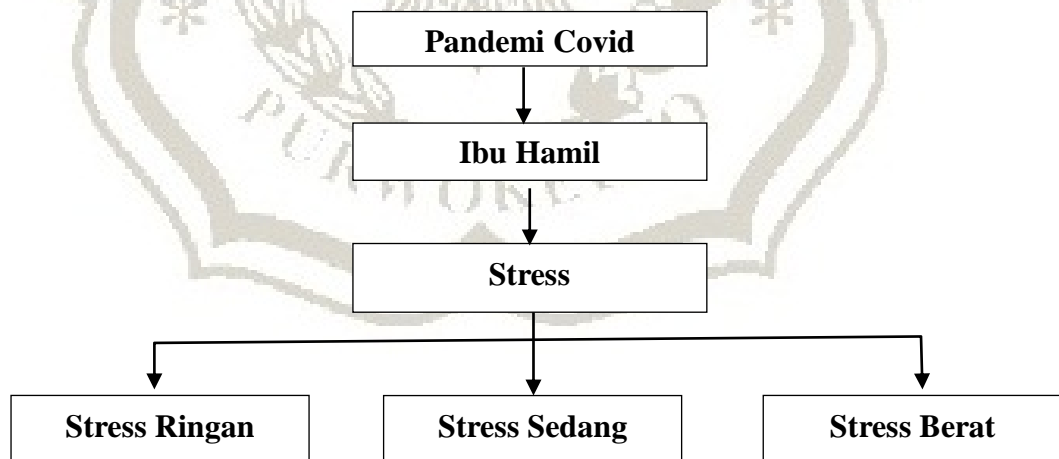
Pemerintah Indonesia bekerja sama dengan Kepolisian Republik Indonesia telah membuat peraturan untuk tidak melakukan aktivitas keramaian selama pandemik virus *Corona*. Tidak hanya tempat umum, seperti tempat makan, gedung olah raga, tetapi tempat ibadah saat ini harus mengalami dampak tersebut. Tindakan tersebut adalah upaya untuk mencegah penyebaran virus *Corona*. Virus *Corona* dapat ditularkan melalui makanan, peralatan, hingga udara. Untuk saat ini, dianjurkan lebih baik melakukan aktivitas di rumah agar pandemik virus *Corona* cepat berlalu.

i. Mencuci Bahan Makanan

Selain mencuci tangan, mencuci bahan makanan juga penting dilakukan. Rendam bahan makanan, seperti buah-buah dan sayur-sayuran menggunakan larutan hidrogen peroksida atau cuka putih yang aman untuk makanan. Simpan di kulkas atau lemari es agar bahan makanan tetap segar ketika ingin dikonsumsi. Selain untuk membersihkan, larutan yang digunakan sebagai mencuci memiliki sifat antibakteri yang mampu mengatasi bakteri yang ada di bahan makanan.

E. Kerangka Teoritis

Sesuai dengan judul maka dapat dijabarkan kerangka teori penelitian sebagai berikut:



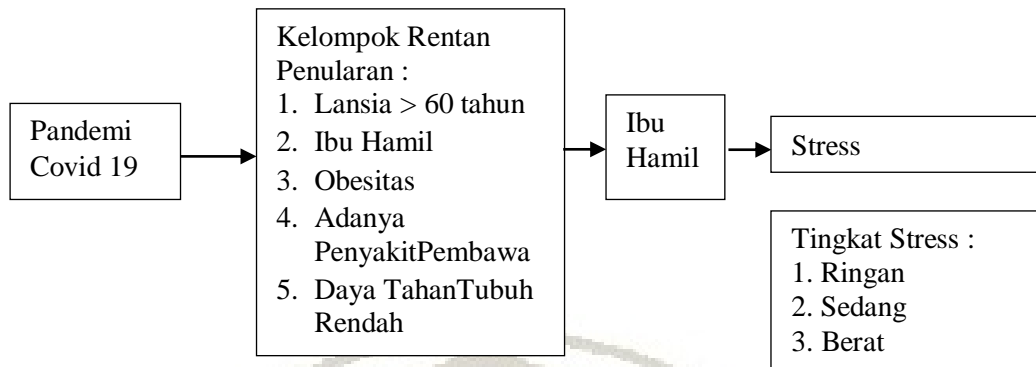
Gambar 2.1 Bagan Kerangka Teoritis

F. Kerangka Konsep

Wabah infeksi virus corona virus *COVID-19* antara manusia di Wuhan (Cina) dan penyebarannya di seluruh dunia sangat berdampak pada kesehatan global dan kesehatan mental. Pandemi *Covid-19* memiliki dampak secara global kesehatan mental seperti stres, kecemasan, gejala depresi, insomnia, penolakan, kemarahan dan ketakutan secara global (Torales at al., 2020)

Stres dapat diartikan sebagai tekanan, ketegangan dan gangguan yang tidak menyenangkan yang dapat berasal dari luar diri seseorang. Menurut WHO (2019) gejala stress pandemi *COVID-19* berupa rasa takut dan cemas mengenai kesehatan diri dan orang terdekat, pola makan berubah, pola tidur berubah, sulit untuk berkonsentrasi, sampai menggunakan obat-obatan (Ananda, S, S, D., Apsari, N, 2020). Begitupun stress yang dialami ibu hamil, menurut Mandriwati (2011), kehamilan merupakan proses yang alamiah dan fisiologis. Selama pertumbuhan dan perkembangan kehamilan dari bulan kebulan diperlukan kemampuan seorang ibu hamil untuk beradaptasi dengan perubahan-perubahan yang terjadi pada fisik dan mentalnya. Kehamilan secara tradisional dipandang sebagai krisis emosi oleh beberapa ahli psikologi. Penyesuaian terhadap peran orang tua merupakan salah satu peristiwa kehidupan yang paling membuat stress (Henderson, C., Jones, 2006).

Stres adalah respon yang dialami ibu yang sedang menghadapi persalinan yang dimungkinkan oleh perasaan takut menghadapi proses persalinan terutama menghadapi persalinan di masa pandemic *Covid* yang mewabah. Ibu hamil adalah salah satu kelompok yang rentan terhadap penularan *Covid 19*.



Gambar 2.2 Kerangka Konsep Penelitian

