

Pengaruh Kelas Ibu Hamil Terhadap Skor GAD-7 Scale Ibu Hamil

Dewi Pitriawati*, Dwi Sri Rahandayani, Nur Laila Faizah, Erieska Safitri Hendarti
Sekolah Tinggi Ilmu KesehatanPembang Jombang
*pitriawatidewi@gmail.com

Abstract

The pregnancy class is a group-based health education activity designed to enhance maternal and child health. Pregnancy is a period vulnerable to psychological disorders, including anxiety. A 2023 study found that knowledge levels influence pregnant women's anxiety before childbirth. The GAD-7 Scale is a tool used for the early detection of anxiety in pregnant women.

This study aims to examine the impact of pregnancy classes on the GAD-7 scale scores of pregnant women using an unpaired numeric-categorical analysis design and total random sampling. The collected research data were analyzed using the Mann-Whitney test, yielding a significant 2-tailed value of 0.000, leading to the acceptance of H1. This indicates that pregnancy classes significantly affect the GAD-7 scale scores of pregnant women.

These findings align with the objectives of pregnancy classes, which aim to increase knowledge, shift attitudes and behaviors of mothers and families regarding pregnancy, and ultimately improve maternal health. It is expected that this study will contribute to the development of obstetric science, particularly in the implementation of pregnancy classes.

Keywords: GAD-7, Pregnancy, Class, Psychology.

Abstrak

Kelas ibu hamil merupakan kegiatan edukasi kesehatan berbasis kelompok yang dirancang untuk meningkatkan kesehatan ibu dan anak. Kehamilan merupakan masa yang rentan terhadap gangguan psikologis, termasuk kecemasan. Sebuah studi tahun 2023 menemukan bahwa tingkat pengetahuan memengaruhi kecemasan ibu hamil menjelang persalinan. Skala GAD-7 merupakan alat yang digunakan untuk deteksi dini kecemasan pada ibu hamil.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji dampak kelas ibu hamil terhadap skor skala GAD-7 ibu hamil dengan menggunakan desain analisis numerik-kategorikal tak berpasangan dan total random sampling. Data penelitian yang terkumpul dianalisis menggunakan uji Mann-Whitney, menghasilkan nilai signifikan 2-tailed sebesar 0,000, sehingga H1 diterima. Hal ini menunjukkan bahwa kelas ibu hamil secara signifikan memengaruhi skor skala GAD-7 ibu hamil.

Temuan ini sejalan dengan tujuan kelas ibu hamil yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, mengubah sikap dan perilaku ibu dan keluarga terkait kehamilan, dan pada akhirnya meningkatkan kesehatan ibu. Diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu kebidanan, khususnya dalam penyelenggaraan kelas ibu hamil.

Kata Kunci: GAD-7, Kehamilan, Kelas, Psikologi.

Pendahuluan

Kelas ibu hamil adalah wahana edukasi dan pembelajaran kelompok yang bertujuan untuk memberikan edukasi kepada ibu hamil, keluarga, dan masyarakat tentang kondisi hamil, bersalin, pasca salin dalam rangka peningkatan derajat kesehatan. Pelaksanaan kelas ibu hamil memberikan manfaat antara lain materi yang diberikan menyeluruh, terencana, dan komprehensif, waktu yang digunakan efektif, efisien, dan berkelanjutan serta memungkinkan tenaga ahli berinteraksi langsung secara berkualitas dengan ibu hamil.

Pada kondisi hamil, ibu mengalami bermacam kondisi yang berubah, tidak hanya fisik namun kondisi emosional dan psikologisnya yang rentan menimbulkan masalah atau gangguan psikologis selama masa kehamilannya. WHO pada tahun 2024 memaparkan bahwa data ibu hamil di dunia yang mengalami gangguan psikologis terutama depresi sebesar 10% dan di negara berkembang sebesar 13%. Gangguan psikologis kehamilan dapat berdampak pada proses persalinan seperti BBLR, lahir prematur dan dapat berlanjut menjadi masalah bagi ibu berupa gangguan psikologis pada masa nifas sehingga masalah kesehatan psikologis ibu hamil sangat memerlukan manajemen perawatan yang baik demi kesehatan ibu dan bayi yang berkualitas. Hasil penelitian Sari 2023 menjelaskan bahwa tingkat pengetahuan berpengaruh terhadap kecemasan ibu hamil menjelang persalinan. GAD-7 Scale merupakan instrumen berupa kuesioner yang dapat digunakan untuk mendeteksi dini masalah kecemasan pada ibu hamil. Bentuk instrumen yang sederhana membuat GAD-7 scale mudah diaplikasikan di lapangan. Oleh karena alasan diatas maka peneliti ingin mengetahui pengaruh kelas kehamilan ini terhadap skor GAD-7 scale.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan pra eksperimen menggunakan rancangan analisis kategorik tidak berpasangan dimana rerata skor GAD-7 scale ibu hamil yang mengikuti kelas ibu hamil akan dibandingkan dengan rerata skor GAD-7 scale yang tidak mengikuti dengan rancangan *posttest control group design*. Seluruh ibu hamil di Desa Pulo Jombang merupakan populasi yang kemudian dengan total random sampling didapatkan sampel penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang bersedia sebagai responden. Pengumpulan data dilakukan melalui identifikasi presensi kehadiran kelas ibu hamil. Kemudian dilakukan pengukuran kesehatan psikologis ibu hamil dengan menggunakan instrumen GAD-7 scale. Data temuan yang telah teridentifikasi selanjutnya dianalisis secara univariat untuk informasi data mean, modus, median data kemudian dilanjutkan dengan analisis bivariat dengan uji *mann whitney*.

Hasil

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang dengan jumlah responden sebanyak 30 orang sebagai kelompok kontrol dan 30 orang sebagai kelompok perlakuan. Nilai rerata yang didapatkan yaitu 7,13 dan nilai *p* value pada uji normalitas data 0,0023 pada kelompok kontrol dan 0,0000 pada kelompok perlakuan. Hasil uji normalitas didapatkan bahwa sebaran data berdistribusi tidak normal, sehingga uji statistic menggunakan uji non parametrik.

Berikut tabel 1 yang menguraikan tentang data univariate dalam penelitian ini.

Tabel : 1 Data Univariat Skor GAD-7 Scale

Responden	Jumlah Responden	Skor Minilam	Skor Maksimum	Rerata	<i>P-value</i> Uji Normalitas	<i>P-value</i> Uji Homogenitas
Kelompok Kontrol	30	4	12	7,13	0,023	0,001
Kelompok Perlakuan	30	0	4	0,80	0,000	

Pembahasan

Data hasil penelitian diuji normalitas dan homogenitas sebagai prasyarat analisis bivariat. Hasil uji prasyarat didapatkan bahwa distribusi data tidak normal dan tidak homogen sehingga peneliti memutuskan untuk uji bivariat dengan uji Mann *Whitney*. Analisis uji *Mann Whitney* memberikan hasil nilai signifikansi 2-tailed sebesar 0,000 jadi lebih kecil dari 0,05 yang berarti mengindikasikan perbedaan yang signifikan antara skor GAD-7 scale group kontrol dan group perlakuan sehingga hipotesis pertama diterima, adanya dampak pengaruh kelas kehamilan terhadap skor GAD-7 scale . Kelas kehamilan merupakan kegiatan kelompok belajar dengan tujuan untuk peningkatan pengetahuan, mengubah sikap hingga perilaku terhadap kehamilan yang sedang dialami, sehingga diharapkan kesehatan ibu dan janin dapat lebih berkualitas. Temuan penelitian membuktikan kelas kehamilan mempengaruhi skor GAD-7 scale yang merupakan salah satu indikator kesehatan psikologis. Kegiatan dalam kelas kehamilan yang salah satunya berupa pertukaran informasi serta pengalaman memungkinkan peserta kelas ibu hamil memperoleh tambahan pengetahuan yang dapat memengaruhi sikap dan perilaku sehingga dapat memberikan dampak positif dalam peningkatan derajat kesehatan ibu hamil.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menggarisbawahi pentingnya pelaksanaan kelas kehamilan sebagai bagian dari intervensi promotif dan preventif dalam pelayanan antenatal. Keterlibatan ibu hamil secara aktif dalam kelas kehamilan terbukti memberikan manfaat tidak hanya secara fisik tetapi juga secara psikologis, khususnya dalam upaya penurunan kecemasan selama kehamilan.

Interaksi langsung antara peserta dan fasilitator, serta diskusi antar sesama ibu hamil dalam forum tersebut, menciptakan ruang aman bagi ibu untuk menyampaikan kekhawatiran dan pertanyaan. Proses ini membantu mengurangi rasa takut atau ketidakpastian yang kerap menjadi pemicu kecemasan. Selain itu, keberadaan informasi yang valid dan terstruktur, serta keterlibatan emosional dalam suasana kelompok, dapat meningkatkan rasa kontrol dan ketenangan ibu terhadap kondisi kehamilannya.

Partisipasi aktif juga mendorong terjadinya perubahan perilaku positif, seperti kepatuhan dalam melakukan pemeriksaan kehamilan, konsumsi gizi seimbang, hingga kesadaran akan pentingnya dukungan keluarga. Semua aspek tersebut memiliki kontribusi tidak langsung namun signifikan terhadap penurunan skor

kecemasan (GAD-7) pada ibu hamil, sebagaimana yang tercermin dalam hasil penelitian ini. Oleh karena itu, kelas kehamilan bukan hanya wadah edukasi, tetapi juga merupakan bentuk intervensi psikososial yang efektif dalam mendukung kesejahteraan mental ibu hamil.

Simpulan

Kesimpulan yang didapat dari temuan penelitian yaitu terdapat dampak pengaruh pelaksanaan kelas kehamilan bagi skor GAD-7 *scale* ibu hamil. Keterlibatan ibu hamil secara aktif dalam kelas kehamilan terbukti memberikan manfaat tidak hanya secara fisik, tetapi juga secara psikologis. Keikutsertaan yang aktif memungkinkan ibu hamil untuk lebih memahami proses kehamilan yang sedang dijalani, mengenali perubahan tubuh, serta mempersiapkan diri menghadapi persalinan dan masa nifas dengan lebih percaya diri. Aspek psikologis seperti kecemasan selama kehamilan dapat ditekan melalui peningkatan pengetahuan, pemberdayaan diri, dan dukungan sosial yang diperoleh selama mengikuti kelas kehamilan.

Saran

Peneliti berharap ibu hamil dapat rutin mengikuti kelas kehamilan dan hasil penelitian ini dapat digunakan untuk pengembangan ilmu kebidanan khususnya dalam asuhan kehamilan di komunitas agar dapat memberikan manfaat yang lebih bagi ibu hamil dan masyarakat.

Ucapan Terima Kasih

Kami menyampaikan banyak terima kasih pada ibu hamil, Bidan & pemerintah Desa Pulo Jombang serta Stikes Pemkab Jombang yang telah berkontribusi penuh dalam proses penelitian ini.

Daftar Pustaka

1. Armyati E O, Modul Praktikum Psikologi Kebidanan, Ponorogo : UMP.
2. Centers for Disease Control and Prevention (2016) Pregnancy Risk Assessment Monitoring System www.cdc.gov/PRAMS/
3. ForoughMortazavi1 and Arash Akaberi2,3, 2016, Worries of Pregnant Women: Testing the Farsi Cambridge Worry *Scale*, Hindawi Publishing Corporation Scientifica Volume 2016, Article ID 5791560, 10 pages <http://dx.doi.org/10.1155/2016/5791560>
4. Green, J.M., Kafetsios, K., Statham, H.E., & Snowden, C.M. (2003). Factor structure, validity, and reliability of the Cambridge Worry *Scale* in a pregnant population. *Journal of Health Psychology*, 8, 753-764.
5. Greene, J., Cohen, D., Siskowski, C., & Toyinbo, P. (2017). The relationship between family caregiving and the mental health of emerging young adult caregivers. *The Journal of Behavioral Health Services & Research*, 44(4), 551-5663. doi: 10.1007/s11414-016-9526-7

6. Kementerian Kesehatan Indonesia, 2014. Pedoman Pelaksanaan Kelas Ibu Hamil. Jakarta : Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
7. Kroenke, K., Spitzer, R.L., Williams, J.B.W. Monahan, P.O., & Lowe, B. (2007). Anxiety disorders in primary care: prevalence, impairment, comorbidity, and detection. *Annals of Internal Medicine*, 146, 317-325.
8. Maria Aurelina Machado de Oliveira¹, Welyton Paraíba da Silva Sousa², Eulália Maria Chaves Maia³, 2017, Adaptation and validity of content of the brazilian version of the cambridge worry scale, English/Portuguese: J Nurs UFPE on line., Recife, 11(Suppl. 5):2083-9, May., 2017
9. Priest, S.R., Austin, M.P., Barnett, B.B., & Buist, A. (2008). A psychosocial risk assessment model (PRAM) for use with pregnant and postpartum women in primary care settings. *Arch Womens Ment Health*, 11, 307-317.
10. Prodi D-III Kebidanan, 2015, Modul Praktikum Psikologi Ibu Dan Anak, Surabaya : AKGH.
11. Sari dkk. 2023. Hubungan antara tingkat pengetahuan ibu dan dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan. Jurnal Riset Kesehatan Nasional. Bali. Doi : <https://doi.org/10.37294>.
12. Sopiudin, 2009. Besar Sampel Dan Cara Pengambilan Sampel Dalam Penelitian Kedokteran Dan Kesehatan. Jakarta : Salemba medika.
13. Spielberger, C. D. (1989). *State-Trait Anxiety Inventory: Bibliography* (2nd ed.). Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
14. Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., Lushene, R., Vagg, P. R., & Jacobs, G. A. (1983). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
15. Sri esthini , 2016, Pengaruh Kelas Ibu Hamil Terhadap Kecemasan Ibu Primigravida Di Puskesmas Wates Kabupaten Kulon Progo Tahun 2016 , Skripsi, POLTEKESKEMENKES Yogyakarta.
16. Swarjana, I. K., & I Ketut Swarjana, S. (2012). Metodologi Penelitian Kesehatan. Yogyakarta: ANDI
17. Ugalde, A., Krishnasamy, M., & Schofield, P. (2014). The relationship between self-efficacy and anxiety and general distress in caregivers of people with advanced cancer. *Journal of Palliative Medicine*, 17(8), 939-41. doi: 10.1089/jpm.2013.0338.
18. Yusnidar, 2020, Buku Ajar Psikologi Kebidanan, Palopo: LPPI UM Palopo.