

ABSTRAK

Hubungan Regulasi Emosi Dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Tirto 1

Rizqy Fadlilah, Ratnawati

Latar Belakang : Kehamilan merupakan periode penting bagi seorang ibu yang dapat menimbulkan kecemasan. Kecemasan pada ibu hamil berhubungan dengan berbagai perubahan emosional yang terjadi selama kehamilan. Oleh karena itu, ibu hamil memerlukan ketrampilan mengelola emosi untuk mengatasi kecemasan yang dirasakan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil.

Metode : Penelitian ini merupakan kuantitatif desain korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Tempat penelitian di Wilayah Kerja Puskesmas Tirto 1 . Sampel diambil dengan cara *cluster random sampling* sebanyak 77 responden. Responden pada penelitian yaitu Ibu Hamil trimester 1-3. Instrumen penelitian berupa kuesioner regulasi emosi *Emotion Regulation Questionnaire*, sedangkan kuesioner tingkat kecemasan *Perinatal Anxiety Screening Scale*. Analisis bivariat menggunakan uji *spearman rank*.

Hasil : Hasil penelitian didapatkan regulasi emosi tinggi (*Cognitive reappraisal*) sebanyak 39 responden (50,6%) dan terdapat 52 responden (67,5%) mengalami tingkat kecemasan ringan-sedang. Uji *Spearman rank* menunjukkan nilai *p value* 0,405 ($p > 0,05$) artinya tidak ada hubungan regulasi emosi dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil.

Simpulan : Dengan demikian tidak terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dengan kecemasan pada ibu hamil. Petugas kesehatan diharapkan menyediakan layanan kesehatan jiwa dan memperhatikan tanda gejala kecemasan pada ibu hamil.

Kata kunci : Regulasi emosi, tingkat kecemasan, ibu hamil

Daftar pustaka : 41 (2015-2024)

ABSTRACT

The Correlation Between Emotional Regulation and Anxiety Levels in Pregnant Women in the Tirto 1 Health Centre Work Area

Rizqy Fadlilah, Ratnawati

Background : Pregnancy is an important period for a mother that can cause anxiety. This anxiety is related to the various emotional changes that occur during pregnancy. Therefore, pregnant women need emotional management skills to overcome the anxiety they feel. The study aimed to determine the correlation between emotional regulation and anxiety levels in pregnant women.

Method : This research is a quantitative correlation design with a cross-sectional approach. The place was the Tirto 1 Health Centre Work Area and the sample was taken using cluster random sampling of 77 respondents. The respondents were Pregnant women trimester 1-3. Furthermore, the research instrument was the Emotion Regulation Questionnaire, while the anxiety level questionnaire was the Perinatal Anxiety Screening Scale. Besides, Bivariate analysis using the Spearman rank test.

Result : From the result, it obtained 39 respondents (50.6%) had high emotional regulation (Cognitive reappraisal) and 52 respondents (67.5%) experienced mild/moderate levels of anxiety. Otherwise, the Spearman rank test showed a p value of 0.405 ($p > 0.05$), which means there is no correlation between emotional regulation and anxiety levels in pregnant women.

Conclusion : There is no significant correlation between emotional regulation and anxiety in pregnant women. Therefore, health workers are expected to provide mental health services and pay attention to signs of anxiety in pregnant women.

Keywords : *emotional regulation, anxiety level, pregnant women*

References : 41 (2015-2024)