

Review Literatur: Mengkaji Hubungan Pengetahuan dan Tingkat Kecemasan terhadap Hubungan Seksual pada Kehamilan

Arum Meiranny^{1*}, Alfiah Rahmawati², Verawati³

^{1,2,3} *Program Studi Kebidanan Program Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang; Jl. Kaligawe Raya No.KM. 4; Semarang 50112; Indonesia*

**Email: Correspondence authors: arummeiranny@unissula.ac.id*

ABSTRAK

Seks merupakan kebutuhan biologis yang harus terpenuhi di dalam kehidupan pasangan suami istri. Dengan melakukan hubungan seksual, rumah tangga menjadi harmonis dan damai. Hubungan seksual menjadi kegiatan rutin bahkan hampir setiap hari. Hal ini tentunya berbeda ketika istri sedang hamil, hubungan seksual pasangan suami istri tentunya akan mengalami penurunan. Tujuan: Untuk mengetahui apakah ada hubungan pengetahuan dan tingkat kecemasan terhadap hubungan seksual pada kehamilan. Metode: Literatur mancanegara ditelusuri melalui sarana media elektronik dengan penuntun kata kunci. Artikel terseleksi sejumlah 5, yang masing-masing mewakili satu Hubungan Pengetahuan dan Tingkat Kecemasan terhadap Hubungan Seksual pada Kehamilan dan memberikan informasi yang bervariasi. Hasil: Hampir setengah responden mengalami tingkat kecemasan sedang dalam melakukan hubungan seksual selama kehamilan. 53,7% ibu pengetahuan tinggi pada Kehamilan Primigravida Trimester I, 78% mengalami kecemasan pada Kehamilan Primigravida Trimester I. Kesimpulan: Simpulan berdasarkan analisis yang telah dilakukan adalah Adanya hubungan antara pengetahuan dan tingkat kecemasan terhadap hubungan seksual pada kehamilan.

Kata kunci : pengetahuan, kecemasan, seksual

ABSTRACT

Sex is a biological need that must be met in the life of a married couple. With sexual intercourse, the household becomes harmonious and peaceful. Sexual intercourse is a routine activity almost every day. This is of course different when the wife is pregnant, the sexual relations between husband and wife will certainly decrease. To determine whether there is a relationship between knowledge and anxiety levels on sexual intercourse in pregnancy. International literature is traced through electronic media with keyword guidance. 5 articles were selected, each of which represents a Knowledge Relationship and Anxiety Levels on Sexual Relations in Pregnancy and provides various information. Nearly half of the respondents experienced moderate anxiety during sexual intercourse during pregnancy. 53.7% of mothers have high knowledge on Trimester I Primigravida Pregnancy. 78% experience anxiety in Trimester I Primigravida Pregnancy. The conclusion based on the analysis that has been done is that there is a relationship between knowledge and anxiety levels about sexual relations in pregnancy.

Keywords: knowledge, anxiety, sexual

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan waktu yang sangat penting untuk membangun kedekatan pasangan suami isteri dan merencanakan masa depan bersama. Proses terjadinya kehamilan akan dipengaruhi oleh aktivitas seksual. Aktivitas seksual yaitu suatu kegiatan yang dilakukan dua manusia yang saling membutuhkan, saling melengkapi dan saling memberi. Aktivitas ini terjadi dikarenakan ada dorongan atau keinginan bersetubuh atau coitus, tetapi bila terdapat perasaan cemas maka proses ini tentunya akan terganggu (Saifuddin, 2010).

Masalah yang sering muncul Salah satunya yaitu beberapa pasangan mengkhawatirkan tentang hubungan seksual mereka selama kehamilan. Mereka merasa takut apabila hubungan seksual tersebut akan mengganggu pertumbuhan janin dan juga merasa cemas jika terjadi keguguran ataupun lahir prematur. Faktor yang berpengaruh terjadinya abortus disebabkan

karena kelainan atau cedera saat ibu sedang hamil, sakit kronis yang diderita ibu hamil, komplikasi saat hamil yang akan berpengaruh terhadap tekanan jiwa yaitu kecemasan (Depkes RI, 2010). Banyak pertanyaan yang ada di pasangan suami istri saat masa kehamilan seperti apakah seks harus dihindari oleh ibu hamil, apakah seks akan aman bagi bayi, apakah orgasme akan membahayakan kehamilan, posisi yang aman bagi ibu hamil saat berhubungan seks, dan banyak pertanyaan lain yang membuat pasangan suami isteri bingung dan cemas mengenai seks ketikat hamil (Lensa Konawe dalam Elis & Milka, 2018).

Selama kehamilan frekuensi hubungan seksual sangat bergantung kepada kondisi wanita. Kepuasan ketika hubungan seksual bisa dipengaruhi oleh persepsi diri wanita seperti daya tarik yang menurun. Ketika usia kehamilan semakin tua maka akan mengalami penurunan saat pencapaian orgasme dan kepuasan seksual kemudian terjadinya peningkatan nyeri saat aktivitas seksual (Claire, Chan, & Farine, 2011).

Hasil penelitian di Jawa Timur di Puskesmas Caruban pada 43 ibu hamil didapatkan hasil 56% mengalami penurunan hubungan seksual di kehamilan trimester II dan III, hal tersebut diakibatkan karena ibu takut akan persalinan dini, ibu hamil sering mengalami kenceng-kenceng, dan ibu hamil sering mengalami nyeri punggung (Cahyani, 2013). Banyak ibu hamil mengeluh merasa nyeri di vaginanya ketika berhubungan seksual, nyeri di pinggang, dan gairah seksualnya menurun. Hampir 78% ibu hamil mengalami hal yang sama (Tjandra, 2013). Ibu hamil mengalami gangguan hubungan seksual seperti gangguan nyeri pinggang sebanyak 70,9%, kelainan orgasme 56,4%, kelainan arosol 54,5% dan gangguan libido 38,2% (Nugraha, 2014). Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah ada hubungan pengetahuan dan tingkat kecemasan terhadap hubungan seksual pada kehamilan.

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini dilakukan pencarian literatur melalui media, Medline, SAGE journals, BioMed Central, dan Link Springer dan WHO regional databases. Tujuan dari artikel ini adalah yang mengulas masalah hubungan seksual. Kata kunci yang dipakai untuk penelusuran literatur yaitu “pengetahuan dan kecemasan”, “hubungan seksual”. Cara yang digunakan dalam mencari artikel menggunakan bahasa Inggris dan Indonesia yang relevan dengan topik. Pencarian dilakukan dengan menggunakan beberapa database antara lain Google Scholar dan Science Direct. Artikel yang diperoleh di review untuk memilih artikel yang sesuai dengan kriteria dan didapatkan 4 artikel nasional yang selanjutnya akan di review.

Artikel Penelitian yang diteliti oleh Khasanah, (2015) yang berjudul “Kecemasan Ibu dalam Melakukan Hubungan Seksual pada Masa kehamilan di RSUD dr. Wahidinsudiro Husodo Mojokerto”. Desain penelitian adalah Desriptif observasional. Respoden pada penelitian ini adalah ibu hamil, sampel sebanyak 18 responden dan menggunakan teknik non probability sampling dengan teknik accidental sampling. Variabel dalam penelitian ini kecemasan ibu dalam melakukan hubungan seksual selama kehamilan. Alat ukur menggunakan kuesioner dengan skala hars.

Artikel Penelitian yang dilakukan oleh Afriyanti & Oktaviani, (2019) yang berjudul “Hubungan Pengetahuan dan Tingkat Kecemasan pada Kehamilan Primigravida dengan Fungsi Seksual di Kota Bukittinggi”. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif Cross Sectional. Penelitian ini telah dilaksanakan 25 Maret –21 Juni 2019 di wilayah kerja Puskesmas Kota Bukittinggi. Populasi penelitian ini yaitu ibu hamil trimester I dengan kehamilan primigravida dan tinggal di Kota Bukittinggi dengan jumlah 41 ibu hamil. Alat pengumpulan data penelitian adalah kuesioner dan wawancara. Sumber data yang akan digunakan peneliti adalah data primer dan sekunder. Analisis data yang akan peneliti gunakan adalah analisis univariat dan bivariat.

Artikel Penelitian yang diteliti Elis & Milka, (2018) yang berjudul “Hubungan Pengetahuan dan Kecemasan Ibu Hamil dengan Frekuensi Berhubungan Seks Selama Masa Kehamilan di Puskesmas Rangas Kab. Mamuju Tahun 2017”. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah survey analitik dengan pendekatan “Cross Sectional Study”. Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Ragas Kab. Mamuju pada bulan September s/d Oktober 2017. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 201 ibu hamil. Besar sampel yang ditetapkan yaitu 67 ibu hamil. Alat pengumpulan data yaitu kuesioner. Sumber data yang akan digunakan peneliti adalah data primer dan sekunder. Analisis data yang digunakan yaitu analisis univariat dan analisis bivariat.

Artikel Penelitian yang dilakukan penelitian oleh Nurymasari, Kharisto, & Shofiyah, (2017) yang berjudul “Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil dengan Tingkat Kecemasan saat Coitus

Selama Kehamilan”. Jenis penelitian dalam penelitian ini adalah analitik dengan rancangan “Cross Sectional”. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Kesamben Kabupaten Jombang bulan Februari-Juni 2016. Populasi dalam penelitian ini 38 responden. Sampling yang digunakan yaitu total sampling karena sampel nya kurang dari 100. Instrument dalam penelitian ini menggunakan kuesioner tertutup tentang pengetahuan dan Kuesioner tentang kecemasan menggunakan skala Gutmann, untuk mengukur tingkat kecemasan menggunakan skala Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). Uji statistik yang di gunakan peneliti yaitu Rank Spearman menggunakan batas kemaknaan $\alpha=0,05$.

Artikel yang diteliti oleh Nelsi, Vitayani, & Abbas, (2019) yang berjudul “Analisis Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan pada Ibu Hamil terhadap Hubungan Seksual di RSIA Siti Khadijah I Makassar”. Desain penelitian menggunakan observasional melalui pendekatan Cross Sectional. Penelitian ini dilakukan di RSIA Siti Khadijah I Makassar sejak September - Oktober 2018. Populasinya yaitu semua ibu hamil yang memeriksakan kehamilannya di RSIA Sitti Khadijah I Kota Makassar dengan pengambilan sampel dengan Accidental Sampling.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil literature review yang telah dipaparkan Adanya Hubungan antara Pengetahuan dan Tingkat Kecemasan terhadap Hubungan Seksual pada Kehamilan, dapat disebabkan oleh akibat perubahan fisik dan psikologis ibu hamil seperti kelelahan, sakit pinggang, mual, perubahan hormon serta mood, nyeri selama aktivitas seksual, sensitifitas payudara dan takut membahayakan janin sehingga ibu memilih untuk tidak berhubungan seksual. Dari keempat jurnal yang digunakan untuk mereview ketiganya menggunakan metode accidental sampling dan 1 total sampling, uji analisisnya menggunakan uji Chi Square.

Pengetahuan ibu hamil tentang seks selama kehamilan merupakan salah satu faktor penting untuk dikaji karena tingkat pengetahuan akan mempengaruhi kecemasan ibu hamil. Produksi hormon kortisol yang berlebihan akan meningkatkan tekanan darah dan emosi yang tidak stabil (Wals, 2019). Pengetahuan ibu tinggi tentang seksualitas maka ibu tahu sebenarnya berhubungan seksual selama kehamilan itu diperbolehkan dengan syarat ibu sehat dan dalam kehamilan normal. Dikatakan sehat dan normal apabila tidak ada riwayat keguguran, tidak pernah melahirkan prematur, tidak ada penyakit menular seksual, tidak ada plasenta previa, tidak hamil kembar (gemelli) dan tidak mengalami perdarahan setelah berhubungan seksual (Hartuti, 2010).

Menurut ahli andrologi dan seksologi Wimpie Pangkahila, hubungan seksual selama kehamilan itu boleh dilakukan. Tetapi, pada tiga bulan pertama kehamilan, sebaiknya frekuensi hubungan seksual tidak dilakukan seperti biasanya, jika dipaksakan, dikhawatirkan akan terjadi keguguran. Hal-hal yang perlu diperhatikan ketika melakukan hubungan seksual yaitu posisi hubungan seks, dan waktu melakukan hubungan seks. Salah satu cara untuk mengurangi resiko yang timbul yaitu mengurangi frekuensi hubungan seksual, perlunya berkonsultasi kepada petugas kesehatan terkait. Kecemasan hubungan seksual selama kehamilan bisa diakibatkan karena takut akan berdampak negatif terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin yang dikandungnya, terutama pada ibu yang baru pertama kali hamil (Turnady Et All, 2013).

Penelitian pada 298 ibu hamil di Cina, 80% ibu khawatir atau cemas ketika melakukan hubungan seksual selama hamil dan akan memberi efek negatif pada janinnya sehingga ibu hamil enggan melakukan hubungan seksual selama kehamilan (Pasaribu, Ramadhan, & Nugraheni, 2016). Pada penelitian yang dilakukan oleh Christine Dubkel Schetter dan Lynlee Tanner menyatakan bahwa ibu hamil trimester pertama merasa khawatir, cemas, panik, dan takut terhadap kehamilannya sehingga hubungan seksual tidak dapat dilakukan selama kehamilan, akan tetapi frekuensi yang sangat bervariasi untuk melakukan hubungan seksual mengalami penurunan seiring bertambahnya usia kehamilan (Claire et al., 2011).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Septia dalam (Khasanah, 2015), hubungan pengetahuan dan kecemasan ibu hamil, ada hubungan signifikan antara pengetahuan dengan kecemasan berhubungan seksual selama kehamilan. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Astuti, (2010), didapatkan 80 responden sebanyak 53,75% mengalami kecemasan. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurymasari et al., (2017), terdapat 3 responden (7,9%) tidak mengalami kecemasan dan 35 responden (92,1%) mengalami kecemasan.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Simpulan berdasarkan analisa yang telah dilakukan oleh penulis, disimpulkan bahwa Adanya hubungan antara pengetahuan dan tingkat kecemasan terhadap hubungan seksual pada kehamilan. Saran yang dapat diberikan untuk pelaksanaan literature review selanjutnya adalah sebaiknya database yang digunakan lebih banyak sehingga bisa mendapatkan artikel yang lebih banyak dan baik dan batasan tahun pencarian artikel dengan kata kunci yang ditetapkan adalah lima tahun terakhir agar literature lebih update. 53,7% ibu pengetahuan tinggi pada Kehamilan Primigravida Trimester I. 78% mengalami kecemasan pada Kehamilan Primigravida Trimester I.

Saran

1. Ibu hamil dan suami diharapkan pro-aktif mencari informasi mengenai hubungan seksual selama kehamilan.
2. Perlu adanya keterbukaan antara ibu hamil dan suami dalam hubungan seks sehingga bisa mengatur waktu yang tepat untuk melakukannya, dengan demikian diharapkan ibu hamil dan suami tidak merasa cemas dan dapat menikmati aktivitas seks dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriyanti, D., & Oktaviani, U. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Tingkat Kecemasan pada Kehamilan Primigravida dengan Fungsi Seksual di Kota Bukittinggi. *Jurnal Human Care*, 4(3), 220–230.
- Astuti, P. (2010). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Ibu Kehamilan*. Yogyakarta: Rohima Press.
- Claire, J., Chan, C., & Farine. (2011). *Sex In Pregnancy*.
- Depkes RI. (2010). *Pedoman Pelaksanaan Kelas Ibu Hamil*. Jakarta.
- Elis, A., & Milka. (2018). Hubungan Pengetahuan dan Kecemasan Ibu Hamil dengan Frekuensi Berhubungan Seks Selama Masa Kehamilan di Puskesmas Rangas Kab. Mamuju Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Media Bidan*, 1(3), 27–35.
- Hartuti. (2010). *Panduan ibu hamil melahirkan & merawat bayi*. UBA Press.
- Khasanah, T. S. R. (2015). *Kecemasan Ibu dalam Melakukan Hubungan Seksual pada Masa Kehamilan di RSUD dr. Wahidinsudiro Husodo Mojokerto*.
- Nelsi, Y., Vitayani, S., & Abbas, H. H. (2019). Analisis Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan pada Ibu Hamil terhadap Hubungan Seksual di RSIA Siti Khadijah I Makassar. *Kesehatan*, 2(2), 128–136.
- Nurymasari, U. W., Kharisto, M., & Shofiyah, S. (2017). Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil dengan Tingkat Kecemasan Saat Coitus Selama Kehamilan. *Midwifery Journal of STIKES Insan Cendekia Medika Jombang*, 14(1), 57–65.
- Pasaribu, M. F., Ramadhan, T., & Nugraheni, E. (2016). Hubungan Kehamilan terhadap Fungsi Seksual Wanita Usia 20–35 Tahun di Kecamatan Singaran Pati Kota Bengkulu. *Jurnal Kedokteran Rafflesia*, 2(2), 38–46. Retrieved from https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKEwjOsu-l4pTsAhXYzzgGHUAgDigQFjABegQIBRAC&url=https%3A%2F%2Fejournal.unib.ac.id%2Fin dex.php%2Fjkerafflesia%2Farticle%2Fdownload%2F5621%2F2744&usg=AOvVaw3Do06M M7ZygKUqKxhJU_Oi
- Saifuddin. (2010). *Ilmu Kebidanan* (4th ed.). Jakarta: Bina Pustaka.
- Turnady Et All. (2013). *Perubahan Fungsi Seksual Pada Masa Kehamilan Primigravida*. Universitas Hasanuddin Makassar.
- Wals, L. (2019). *Seks Kehamilan*.