



TINGKAT EMOSIONAL IBU PADA MASA PRENATAL MEMPENGARUHI PERKEMBANGAN BAYI PASCANATAL

Eka Pentiernitasari¹, Lina Lina², Silvia Novi Yanti³.

ekapentiernitasari23@gmail.com¹, lina.new2017@gmail.com², silvianovi@stai-ydi.ac.id³.

¹Universitas Merangin, Jambi, Indonesia.

²Universitas Merangin, Jambi, Indonesia.

³STAI-YDI Lubuk Sikaping Pasaman, Indonesia.

Korespondensi: lina.new2017@gmail.com; Telp.: 085279381378

Submit: 26/07/2025

Review: 18/08/2025 s.d 28/08/2025

Publish: 09/09/2025

Abstract

A mother who undergoes prenatal period is a very important period that needs to be considered because during this period the development of the fetus develops comprehensively from all aspects. Not only nutritional needs that need to be maintained but the psychological aspects of pregnant women also need to be considered. Psychologically, this aspect is related to emotions which include feelings of sadness, happiness, anxiety, fear and so on. Likewise in this study which has the aim of finding out how the emotional level of a pregnant woman influences the development of the baby in the postnatal period. This study uses qualitative research with a case study approach. The results of the study show that the higher the feelings of sadness or anxiety in pregnant women, the more it will affect the emotional aspects experienced by the fetus in the womb until the baby is born.

Keywords: Emotional level, Prenatal period, postnatal Period.

Abstrak

Seorang ibu yang menjalani masa prenatal merupakan masa yang sangat penting yang perlu diperhatikan dikarenakan pada masa ini perkembangan janin berkembang secara menyeluruh dari semua aspek. Tidak hanya kebutuhan nutrisi yang perlu dijaga akan tetapi aspek psikologis ibu hamil juga perlu diperhatikan. Secara psikologis, aspek ini salah satunya berkaitan dengan emosional yang mana meliputi perasaan sedih, senang, cemas, takut dan lain sebagainya. Begitu pun pada penelitian ini yang memiliki tujuan yaitu untuk mengetahui bagaimana tingkat emosional seorang ibu hamil dalam memberikan pengaruh pada perkembangan bayi pada masa pascanatal. Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi perasaan sedih atau cemas pada ibu hamil maka akan berdampak juga pada aspek emosional yang dialami pada janin yang ada dalam kandungan hingga bayi dilahirkan.

Kata kunci: Tingkat emosional, masa prenatal, masa pascanatal.

PENDAHULUAN

Masa prenatal merupakan masa kehamilan seorang ibu yang sangat perlu diberikan perhatian secara optimal. Dalam hal ini penting artinya bahwa masa prenatal bukan persoalan yang bisa diabaikan begitu saja. "Masa kehamilan (prenatal) merupakan awal kehidupan seorang manusia, pada masa ini hubungan antara ibu dan bayi dalam kandungannya sangatlah erat." Masa prenatal adalah proses pertumbuhan dan perkembangan di awal kehidupan manusia.¹ Pada masa (waktu) di mana manusia mengalami perkembangan untuk pertama kalinya atau biasa disebut dengan awal perkembangan. Masa ini terjadi selama dalam rahim seorang ibu, yaitu berkisar sekitar 9 bulan lebih 10 hari, ini merupakan perkiraan rata-rata yang sering dialami oleh sebagian besar perkembangan manusia di dalam rahim meskipun terkadang sering juga ditemukan usia janin yang kurang dari usia tersebut yang biasa disebut dalam ilmu kedokteran sebagai janin prematur (waktu yang semestinya bayi belum bisa dilahirkan).² Pengertian lain prenatal adalah sebelum peristiwa melahirkan, berkenaan dengan hal-hal apa saja yang dialami selama masa kehamilan.³

Kesehatan emosional ibu selama kehamilan sering kali dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk tingkat stres, kecemasan, depresi, dukungan sosial, serta kondisi ekonomi dan lingkungan. Ketika seorang ibu mengalami stres berlebihan, tubuhnya akan memproduksi hormon stres seperti kortisol dan adrenalin, yang dapat memengaruhi perkembangan janin dalam kandungan. Hormon-hormon ini dapat menembus plasenta dan mempengaruhi sistem saraf janin, sehingga berpotensi mengubah pola perkembangan otak serta respons fisiologis bayi terhadap stres di kemudian hari.⁴ Sebaliknya, ibu yang mengalami kehamilan dengan kondisi emosional yang stabil dan positif cenderung memberikan lingkungan intrauterin yang lebih baik bagi janin, yang dapat mendukung perkembangan yang optimal.

¹Kambali, K. Pertumbuhan dan perkembangan emosional serta intelektual di masa prenatal. *Risalah, Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam*, 4(2, Sept), 129-148 (2018).

²Jannah, W., & Mirta, L. Periodisasi Perkembangan Masa Prenatal Dan Post Natal. *Periodisasi Perkembangan Masa Prenatal Dan Post Natal*, 1-7. (2018).

³Purnomo, P., Sulistiono, E., Pramudia, J. R., & Sukmana, C. Perilaku Orangtua Dalam Menstimulasi Anak Pada Masa Kandungan (Prenatal). *Tunas Siliwangi: Jurnal Program Studi Pendidikan Guru PAUD STKIP Siliwangi Bandung*, 8(2), 90-100. (2022).

⁴Ningrum, S. P. (2017). Faktor-faktor psikologis yang mempengaruhi postpartum blues. *Psychopathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(2), 205-218.

Stres yang berkepanjangan pada ibu hamil juga dapat menyebabkan berbagai komplikasi kehamilan, seperti kelahiran prematur, berat badan lahir rendah, serta gangguan pertumbuhan janin.⁵ Selain itu, beberapa penelitian menunjukkan bahwa bayi yang lahir dari ibu dengan tingkat stres atau depresi yang tinggi selama kehamilan memiliki risiko lebih besar mengalami masalah emosional dan perilaku, seperti kecemasan, hiperaktivitas, serta kesulitan dalam regulasi emosi pada masa kanak-kanak.⁶ Oleh karena itu, memahami bagaimana tingkat emosional ibu memengaruhi perkembangan bayi pascanatal menjadi sangat penting untuk mengoptimalkan kesehatan dan kesejahteraan anak sejak dalam kandungan.

Selain itu, hubungan antara tingkat emosional ibu dan perkembangan bayi pascanatal dapat dijelaskan melalui konsep epigenetik. Epigenetik adalah studi tentang bagaimana faktor lingkungan, termasuk stres dan emosi ibu selama kehamilan, dapat mengubah ekspresi gen tanpa mengubah urutan DNA itu sendiri.⁷ Stres prenatal dapat mempengaruhi ekspresi gen yang berkaitan dengan perkembangan otak, sistem imun, serta respons stres bayi. Akibatnya, anak yang lahir dari ibu dengan tingkat stres yang tinggi mungkin lebih rentan terhadap gangguan psikologis dan masalah kesehatan di masa depan.

Tidak hanya itu, faktor sosial dan dukungan lingkungan juga berperan dalam membentuk kondisi emosional ibu selama kehamilan. Ibu yang mendapatkan dukungan dari pasangan, keluarga, serta lingkungan sosialnya cenderung memiliki tingkat stres yang lebih rendah dan kesehatan mental yang lebih baik. Sebaliknya, ibu yang mengalami tekanan sosial, kesulitan ekonomi, atau kurangnya dukungan emosional lebih berisiko mengalami gangguan psikologis selama kehamilan, yang pada akhirnya dapat berdampak negatif pada perkembangan anak mereka. Oleh karena itu, intervensi dini yang berfokus pada kesejahteraan emosional ibu hamil menjadi sangat penting dalam upaya meningkatkan kualitas hidup anak sejak dini.

⁵Marwah, D. S., Zata, K. N., Naufal, M., Fadhillah, M. I., & Fithri, N. K. (2023). Literature Review: Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Stres Ibu Hamil dan Implikasinya pada Kesehatan Janin. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 10(8), 2578-2587.

⁶Ulfah, R. F., Karimah, K., & Prasetyo, B. (2022). Faktor resiko yang berhubungan dengan tingkat kecemasan ibu hamil usia remaja di puskesmas rongga. *Jurnal riset kesehatan poltekkes depkes bandung*, 14(2), 393-401.

⁷Saraswaty, I., Azizah, F. N., Aisyah, A., & Diki, D. (2024, February). Epigenetik Sebagai Proses Pewarisan Sifat Non Genetik Pada Anggrek *Cattleya* SP. In *Prosiding Seminar Nasional Sains dan Teknologi" SainTek"* (Vol. 1, No. 1, pp. 258-265).

Berdasarkan berbagai kajian ilmiah, intervensi yang dapat dilakukan untuk mengurangi dampak negatif dari stres prenatal meliputi terapi psikologis, konseling, program dukungan sosial, serta teknik relaksasi seperti meditasi dan yoga.⁸ Program edukasi bagi ibu hamil tentang pentingnya menjaga keseimbangan emosional juga menjadi langkah strategis dalam meningkatkan kesadaran akan dampak psikologis terhadap perkembangan anak. Selain itu, tenaga medis dan profesional kesehatan juga berperan dalam membantu ibu hamil mengelola emosinya dengan lebih baik melalui pendekatan holistik yang mencakup aspek fisik, mental, dan sosial.

Seorang ibu berkewajiban dalam menjaga pola hidup yang saat agar bayi yang dikandungnya mendapatkan asupan yang baik untuk tumbuh kembangnya. Bukan hanya saat bayi lahir saja diberikan asupan yang baik akan tetapi sangat penting diberikan sejak bayi dalam kandungan Ibu. "Menjadi seorang ibu hamil memiliki tugas utama dalam menjaga kandungannya diantaranya, makan makanan yang sehat dengan nilai gizi yang seimbang, menghindari benturan ataupun jatuh, menjaga perasaan secara emosional yang berlebihan, menjauhi minuman keras, merokok, dan berbagai jenis makanan yang dilarang oleh Allah SWT." Dalam kondisi ini, masa prenatal dapat terjaga serta bayi yang akan dilahirkan sempurna tanpa kurang apapun.⁹

Beberapa faktor yang memberikan pengaruh pada masa prenatal ini yaitu faktor ibu secara psikis maupun fisik, usia ibu, faktor ayah dalam memberikan perhatian dan menghasilkan sperma dengan kualitas yang baik, serta lingkungan yang mendukung kesehatan ibu dan janin dalam kandungan.¹⁰ Saat masa prenatal kebanyakan Ibu-ibu hamil mengalami tekanan yang berlebihan dalam menjalani kehidupannya. Tekanan ini tidak hanya ibu hamil yang merasakan melainkan anak yang sedang di kandung juga akan merasakan. "Seorang ibu hamil yang sedang mengalami rasa cemas dan bingung mempengaruhi kontraksi uterine, sehingga saat melahirkan akan memakan waktu yang lama daripada normal dan kemungkinan

⁸Imaroh, I., & Mesra, R. (2024). Peranan Dinas kesehatan dalam Peningkatan Kesehatan Mental Ibu Hamil untuk Mencegah Stunting pada Anak di Indonesia. *ETIC (Education And Social Science Journal)*, 1(5), 411-423.

⁹Rokayah, Y., Pd, S., Fatimiyah, C., Pd, M., & Rizqimah, Z. *Pola Mendidik Anak Metode 3A (Asah, Asih, Asuh)*. Dunia Akademisi Publisher. (2022).

¹⁰Wulandari, dkk. Perkembangan Masa Prenatal. *Afeksi: Jurnal Psikologi*, 2(2) (2023).

akan terjadi komplikasi yang lebih besar karena bayi seringkali harus dilahirkan dengan metode lain." Rasa khawatir, cemas, stres, sedih, sering berdampak pada pola makan yang berlebihan atau sebaliknya mengakibatkan berat badan lebih dalam masa kehamilan yang akan menyulitkan proses lahiran nantinya.¹¹

Salah satu faktor penyebab adanya resiko pada periode pranatal yaitu keadaan emosional ibu selama kehamilan juga mempunyai resiko yang besar pada periode prenatal. Hal ini adalah karena ketika seorang ibu hamil mengalami ketakutan, kecemasan, stres, dan emosi lain yang mendalam, maka terjadi perubahan psikologis, antara lain meningkatnya pernafasan dan sekresi oleh kelenjar. Adanya produksi hormon adrenalin sebagai tanggapan terhadap ketakutan akan menghambat aliran darah ke daerah kandungan dan membuat janin kurang udara.¹²

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tingkat emosional ibu selama kehamilan memiliki dampak yang signifikan terhadap perkembangan bayi pascanatal. Stres, kecemasan, dan depresi pada ibu hamil dapat meningkatkan risiko gangguan perkembangan pada bayi, baik dalam aspek kognitif, emosional, maupun sosial. Oleh karena itu, menjaga stabilitas emosional ibu hamil bukan hanya penting bagi kesejahteraan ibu itu sendiri, tetapi juga bagi masa depan anak yang dikandungnya. Dengan pemahaman yang lebih baik mengenai hubungan antara tingkat emosional ibu dan perkembangan bayi, diharapkan dapat dilakukan upaya preventif yang lebih efektif guna memastikan generasi yang lebih sehat dan sejahtera di masa mendatang.

LANDASAN TEORI

1. Perkembangan Emosi pada Masa Kehamilan (Prenatal)

Evolusi keadaan emosional selama fase kehamilan atau prenatal sangat dibentuk oleh transformasi fisiologis dan hormonal yang terjadi dalam organisme ibu.¹³ Selama trimester awal, sejumlah besar individu hamil mengalami sensasi

¹¹Wiarso, Psikologi Perkembangan Manusia. Yogyakarta: Psikosain (2015).

¹²Mattocks, K. M. Varying Experiences of Mental Health Care in the Prenatal Period. Indonesian Journal of Midwifery, 20(1) (2020).

¹³Hill, J., Pickles, A., Wright, N., Braithwaite, E., & Sharp, H. (2019). Predictions of children's emotionality from evolutionary and epigenetic hypotheses. Scientific Reports. <https://doi.org/10.1038/S41598-019-39513-7>.

kecemasan, gentar, atau bahkan keadaan depresi sebagai konsekuensi dari fluktuasi hormon yang substansif. Eskalasi hormon yang cepat seperti estrogen dan progesteron dapat secara nyata mempengaruhi keadaan afektif.¹⁴ Selain itu, sensasi mual, lesu, dan perubahan jasmani lainnya dapat lebih berdampak pada kesehatan emosional ibu hamil.

Pada trimester berikutnya, fluktuasi hormon mulai mencapai tingkat keseimbangan, menyebabkan banyak ibu hamil mengalami rasa tenang dan peningkatan kebahagiaan. Sang ibu sering mengembangkan hubungan emosional yang lebih dalam dengan janin yang dia pelihara, dan sentimen positif yang terkait dengan kehamilan mungkin menjadi lebih jelas. Namun demikian, ibu-ibu tertentu mungkin terus bergulat dengan kecemasan terkait dengan persiapan untuk melahirkan atau transisi kehidupan yang signifikan.

Trimester terakhir sering memunculkan spektrum emosi campuran. Sementara ibu hamil mungkin merasa lebih siap untuk merangkul kelahiran yang akan datang, kekhawatiran mengenai proses persalinan dan transisi menjadi orang tua dapat muncul. Selain itu, ketidaknyamanan fisik, termasuk nyeri pinggang, gangguan tidur, dan edema, dapat memperburuk ketegangan emosional.¹⁵

2. Pengaruh Emosi Ibu Terhadap Janin

Keadaan afektif ibu hamil memberikan dampak besar pada ontogeni janin, bermanifestasi baik secara somatis maupun psikologis. Sepanjang kehamilan, ibu mengalami fluktuasi hormon yang mempengaruhi keadaan emosinya, dengan sentimen seperti stres, kecemasan, depresi, atau kegembiraan yang dialami dengan intensitas yang nyata. Pengalaman emosional ini tidak hanya mempengaruhi ibu tetapi juga memiliki potensi untuk mempengaruhi janin yang sedang berkembang.¹⁶

¹⁴ Hinchcliffe, J. K., Mendl, M., & Robinson, E. S. J. (2020). Investigating hormone-induced changes in affective state using the affective bias test in male and female rats. *Psychoneuroendocrinology*. <https://doi.org/10.1016/J.PSYNEUEN.2020.104647>.

¹⁵ Gertsog, A., Vorob'eva, O. V., Morozova, T. E., Reze, A., Zaugolnikova, T., & Samokhina, E. O. (2023). Influence of premorbid psychosocial stressors on chronic localized pain syndromes clinical characteristics (observational study). *Медицинский Совет*. <https://doi.org/10.21518/ms2022-028>.

¹⁶ Isaacs, N. Z., & Andipatin, M. (2020). A systematic review regarding women's emotional and psychological experiences of high-risk pregnancies. *BMC Psychology*. <https://doi.org/10.1186/S40359-020-00410-8>.

Salah satu mekanisme di mana emosi ibu mempengaruhi janin adalah melalui respons hormonal. Tingkat stres yang meningkat dapat meningkatkan konsentrasi hormon stres, seperti kortisol, dalam organisme ibu. Kortisol yang berlebihan memiliki kemampuan untuk melintasi plasenta dan kemudian mempengaruhi perkembangan janin. Penelitian menunjukkan bahwa paparan prenatal terhadap tingkat stres yang tinggi dapat berkorelasi dengan peningkatan risiko gangguan perkembangan, masalah perilaku, dan komplikasi kesehatan di kemudian hari, termasuk kelahiran prematur atau penurunan berat badan lahir.

Selain itu, kehadiran kecemasan atau depresi pada ibu dapat mengganggu pola tidur, asupan gizi, dan keseimbangan emosional, yang masing-masing dapat secara signifikan mempengaruhi kesehatan janin. Keadaan stres yang berkepanjangan dapat mengganggu homeostasis hormonal ibu, mempengaruhi penyerapan nutrisi, dan mengurangi aliran darah plasenta, yang pada akhirnya membahayakan pengiriman oksigen dan nutrisi penting ke janin.¹⁷

Sebaliknya, keadaan emosional positif seperti kebahagiaan dan rasa aman dapat memberikan efek menguntungkan pada perkembangan janin. Dukungan sosial yang memadai, interaksi yang harmonis dengan pasangan, dan strategi manajemen stres yang efektif dapat meningkatkan suasana hati ibu dan menghasilkan hasil yang menguntungkan bagi kesehatan janin.

3. Perkembangan Bayi Pasca kehamilan

Perkembangan bayi pascanatal, yang terjadi dalam jangka waktu setelah kelahiran, mencakup segudang fase kritis yang secara signifikan mempengaruhi pertumbuhan dan pematangan mereka selama bulan-bulan awal keberadaan.¹⁸ Pada saat kelahiran, bayi memiliki refleks bawaan yang memfasilitasi kelangsungan hidup mereka, termasuk tetapi tidak terbatas pada refleks mengisap, menggenggam, dan kerutan wajah. Pada minggu-minggu awal, fokus utama mereka berkisar pada pemenuhan kebutuhan mendasar seperti nutrisi, istirahat, dan pemulihan dari proses persalinan.

¹⁷Valsamakis, G., Chrousos, G. P., & Mastorakos, G. (2019). Stress, female reproduction and pregnancy. *Psychoneuroendocrinology*. <https://doi.org/10.1016/J.PSYNEUEN.2018.09.031>.

¹⁸Cameron, N., & Demerath, E. W. (2002). Critical periods in human growth and their relationship to diseases of aging. *American Journal of Physical Anthropology*. <https://doi.org/10.1002/AJPA.10183>.

Antara usia 1 sampai 3 bulan, bayi biasanya menunjukkan kemajuan penting dalam perkembangan fisik. Mereka mulai mengangkat kepala mereka saat diposisikan di perut mereka, menunjukkan ketajaman visual yang semakin jelas, dan menunjukkan peningkatan minat pada lingkungan sekitarnya. Secara bersamaan, mereka memulai pengembangan kompetensi sosial, seperti merespons dengan senyum terhadap interaksi interpersonal, di samping mengenali suara dan wajah pengasuh mereka.

Saat bayi beralih ke rentang usia 4 hingga 6 bulan, mereka umumnya mulai mengembangkan keterampilan motorik yang lebih rumit. Mereka dapat menunjukkan kemampuan untuk berguling, memegang benda, dan memulai proses belajar duduk dengan dukungan eksternal. Selama periode ini, perkembangan kognitif juga mengalami percepatan yang patut dicatat, karena bayi mulai menjelajahi lingkungan mereka dengan menempatkan benda di mulut mereka. Selanjutnya, bayi mulai menunjukkan tanda-tanda awal komunikasi verbal, termasuk mengoceh atau upaya untuk mereplikasi suara.

Dari usia 7 hingga 12 bulan, ada peningkatan yang nyata dalam perkembangan motorik bayi. Bayi dapat mulai merangkak, berdiri dengan bantuan, atau bahkan mulai berjalan dengan dukungan. Perkembangan kognitif semakin matang, dengan bayi mulai memahami hubungan sebab-akibat dan mengenali refleksi mereka sendiri di cermin. Kemampuan bahasa mengalami kemajuan pesat selama tahap ini, dengan banyak bayi mengartikulasikan kata-kata pertama mereka, seperti “mama” atau “papa.”¹⁹

4. Keterikatan Ibu dan Bayi

Keterikatan yang berkembang antara ibu dan bayinya, yang biasa disebut sebagai ikatan, merupakan proses emosional yang sangat penting untuk pematangan psikologis dan sosial neonatus. Proses ini dimulai selama kehamilan, di mana hubungan emosional antara ibu dan bayi mulai terbentuk.²⁰ Setelah melahirkan,

¹⁹ Crotty, J., Martin-Herz, S. P., & Scharf, R. J. (2023). Cognitive Development. *Pediatrics in Review*. <https://doi.org/10.1542/pir.2021-005069>.

²⁰ Ciarrusta, J., Dimitrova, R., McAlonan, G., & McAlonan, G. (2020). Early maturation of the social brain: How brain development provides a platform for the acquisition of social-cognitive competence. <https://doi.org/10.1016/BS.PBR.2020.05.004>.

keterikatan ini semakin diperkuat melalui interaksi sentuhan, seperti belaian dan pelukan, di samping pertukaran komunikatif yang difasilitasi oleh kontak mata dan vokalisasi. Keterikatan yang kuat antara ibu dan bayi dapat memberikan pengaruh yang sangat menguntungkan pada kedua individu yang terlibat.

Keterikatan ibu-bayi yang kuat meletakkan dasar bagi perkembangan emosional dan sosial bayi pada tahap kehidupan selanjutnya. Ikatan semacam itu menanamkan rasa aman dan perlindungan pada bayi, yang sangat penting untuk kemajuan kognitif mereka. Bayi yang mengalami keterikatan yang aman dengan ibu mereka cenderung menunjukkan peningkatan kepercayaan diri dan peningkatan kemampuan manajemen stres, karena mereka menganggap sumber dukungan yang dapat diandalkan.²¹

Dari perspektif fisiologis, proses ikatan secara signifikan dimodulasi oleh hormon, terutama oksitosin, sering disebut "hormon cinta." Hormon ini disintesis selama proses persalinan, selama menyusui, dan melalui kontak fisik antara ibu dan bayi, sehingga memperkuat hubungan emosional (Shorey et al., 2022).²² Selain itu, laktasi memainkan peran penting dalam pembentukan keterikatan, karena tidak hanya memasok nutrisi penting tetapi juga meningkatkan dinamika relasional antara ibu dan bayi.

Keterikatan positif menghasilkan manfaat tidak hanya untuk bayi tetapi juga bagi ibu. Proses ini menumbuhkan hubungan yang lebih dalam antara ibu dan bayinya, mengurangi stres ibu, dan memperkuat identitas orang tuanya. Namun, dalam keadaan tertentu, seperti terjadinya depresi pascapersalinan, ibu mungkin menghadapi tantangan dalam membentuk keterikatan yang kuat. Akibatnya, dukungan sosial dan intervensi medis sangat diperlukan untuk memastikan bahwa proses keterikatan dapat berlangsung dengan cara yang sehat.

²¹ Tognasso, G., Gorla, L., Ambrosini, C., Figurella, F., De Carli, P., Parolin, L., Sarracino, D., & Santona, A. (2022). Parenting Stress, Maternal Self-Efficacy and Confidence in Caretaking in a Sample of Mothers with Newborns (0-1 Month). *International Journal of Environmental Research and Public Health*. <https://doi.org/10.3390/ijerph19159651>.

²² Shorey, S., Asurlekar, A. R., Chua, J. S., & Lim, L. H. K. (2022). Influence of oxytocin on parenting behaviors and parent-child bonding: A systematic review. *Developmental Psychobiology*. <https://doi.org/10.1002/dev.22359>.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Studi kasus atau case study adalah suatu model yang memfokuskan eksplorasi “sistem terbatas” (bounded system) atau satu kasus khusus pada sebagian kasus secara terperinci dengan penggalan data secara mendalam. Dengan ragam informasi yang penuh akan konteks yang dilakukan dalam rangka menggali sebuah informasi.²³

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bentuk, faktor penyebab dalam tingkat emosional Ibu masa prenatal yang mempengaruhi perkembangan bayi pascanatal. Peneliti berkedudukan sebagai instrumen kunci yakni sebagai pengumpul data dan mengetahui kondisi pada salah satu Posyandi yang berada di kabupaten Merangin, Provinsi Jambi. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini yaitu data yang berkaitan dengan pihak yang terlibat dalam topik penelitian ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada saat melakukan observasi, subjek dengan inisial PYS berusia 33 tahun. Memiliki rambut yang panjang, kulit kuning langsung, terlihat kurang sehat, dengan wajah yang murung. Saat observasi yang dilakukan di Posyandu peneliti melakukan percakapan dengan maksud dan tujuan penelitian serta akan melakukan sebuah wawancara terhadap subjek. Selama wawancara berlangsung subjek begitu kooperatif dan menjawab semua pertanyaan terkait emosional yang dirasakan oleh subjek selama masa kehamilan saat ini. Subjek bekerja sebagai ibu rumah tangga dengan pekerjaan tambahan berdagang. Subjek tinggal bersama dengan tiga orang anak dan suaminya.

Berdasarkan hasil analisis dokumentasi yang ditemui dari buku KIA menunjukkan bahwa Ny. PYS jarang melakukan pemeriksaan kehamilan dikarenakan kurangnya pengetahuan serta perhatian terhadap janin yang

²³Creswell, J. W. Penelitian kualitatif & desain riset. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. (2015).

dikandungnya. Ditambahkan dengan ungkapan oleh Ny. PYS bahwa ia memang sangat jarang melakukan pemeriksaan kandungan pada layanan kesehatan.

Berdasarkan hasil penelitian dengan menggunakan teknik wawancara secara langsung, observasi langsung, serta analisis dokumentasi untuk mengetahui kondisi ibu hamil secara fisik maupun psikologis mendapatkan temuan bahwa Ny. PYS kurang mendapatkan perhatian penuh, merasa stres yang berlebihan selama kehamilan, cemas dan rasa sedih yang terjadi terus menerus selama kehamilan anak ketiga ini. Asupan nutrisi yang tidak terjaga, serta lingkungan yang kurang kondusif.

Pertanda yang sering terjadi saat ibu hamil sedang mengalami stres atau biasa disebut dengan depresi merupakan perasaan sedih yang berlebihan, murung, perasaan yang kosong dan menyendiri. Pada akhirnya akan memberikan dampak pada perubahan pola makan (bisa menjadi lebih nafsu makan atau sebaliknya) yang akan berpengaruh pada asupan gizi ibu hamil. Depresi yang dialami oleh ibu hamil mengakibatkan kelelahan dan hilangnya semangat dalam melakukan aktivitas sehari-hari. "Menjadi seorang ibu hamil memiliki tugas utama dalam menjaga kandungannya." diantaranya, makan makanan yang sehat dengan nilai gizi yang seimbang, menghindari benturan ataupun jatuh, menjaga perasaan secara emosional yang berlebihan, menjauhi minuman keras, merokok, dan berbagai jenis makanan yang dilarang oleh Allah SWT.²⁴

Munculnya depresi pada ibu hamil dapat terjadi karena berbagai alasan, diantaranya: 1) Rasa cemas yang berlebihan pada kondisi kesehatan (trauma dikarenakan pernah mengalami masalah kesehatan yang buruk atau kesehatan bayi di masa lampau); 2) Kecemasan pada keadaan sosial ekonomi; 3) Mengalami komplikasi pada masa prenatal (seperti kehamilan ektopik, hamil anggur atau lahiran secara prematur); 4) Pasangan atau lingkungan yang kurang memberikan dukungan serta perhatian. Diantara alasan penyebab emosional yang berlebihan sehingga mengakibatkan ibu hamil mengalami depresi akan berpengaruh pada kesehatan perkembangan anak yang akan dilahirkan.

²⁴ Ramdan, U. M., & Novitriani, K. Peduli Kesehatan Ibu Hamil di Masyarakat Melalui Penyuluhan Asupan Gizi Bagi Ibu Hamil di Kelurahan Kahuripan Kota Tasikmalaya. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 311-316 (2020).

Perasaan yang bahagia, tenang, lingkungan yang aman, dan pasangan memberikan dukungan serta perhatian akan berdampak positif pada tumbuh kembang bayi dalam kandungan. Secara tidak langsung hal tersebut memudahkan ibu hamil dalam proses melahirkan dan melahirkan bayi yang sehat.

Berdasarkan temuan penelitian, memang adanya fakta-fakta yang ditemukan terkait kondisi psikologis pada Ny. PYS dalam masa kehamilannya diantaranya, pada saat wawancara Ny. PYS menunjukkan raut wajah yang kurang bersemangat, merasa sedih, seperti memiliki beban pikiran yang berlebihan. Hal ini tentu akan berdampak pada kesehatan janin kandungannya serta pola makan juga akan berpengaruh. Dokumentasi yang ditemukan pada buku KIA kurangnya kontrol pemeriksaan tiap bulannya pada kehamilan. Setelah masa kehamilan dan akan melakukan proses persalinan yang dilakukan pada salah satu Rumah Bersalin. Persalinan dengan metode normal Ibu dan Bayi dalam keadaan sehat.

Dalam hari ke harinya, peneliti melanjutkan observasi untuk memantau perkembangan bayi yang sudah lahir. Secara langsung peneliti menyaksikan bagaimana perkembangan bayi yang mana secara fisik bayi berkembang dan tumbuh secara normal sesuai dengan tahapan perkembangan usia namun secara emosional bayi selalu menunjukkan rasa takut dan rasa sedih yang berlebihan, sering menunjukkan isak tangis karena selalu ingin dekat dengan Ibunya hingga ia berusia satu tahun. Ibunya juga menyampaikan hal yang serupa bahwa sedari bayi hingga ia berusia satu tahunan ini anak Ny. PYS mudah menangis dan takut dengan orang-orang walaupun dengan keluarga terdekat.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut peneliti menyimpulkan bahwa terdapat suatu hubungan terkait tingkatan emosional Ibu prenatal pada perkembangan bayi pascanatal khususnya secara emosional karena penelitian ini berfokus pada perkembangan emosional bayi pascanatal. Jadi, untuk para ibu hamil agar proses kehamilan aman dan nyaman sangat diperlukan kontrol emosional pada diri Ibu hamil berusaha selalu tenang dan bahagia selama kehamilan, hindari stres berlebihan, serta pasangan juga harus ikutserta dalam menjaga perasaan maupun pikiran ibu hamil agar janin dikandungannya sehat secara fisik maupun psikologis.

KESIMPULAN

Penelitian ini memberi penjelasan adanya hubungan antara kondisi emosional ibu selama kehamilan dengan perkembangan emosional bayi setelah lahir. Ny. PYS mengalami stres, kecemasan, dan kurangnya perhatian selama kehamilan, yang berdampak pada pola makan dan kesehatan janin. Setelah lahir, bayinya menunjukkan tanda-tanda ketakutan dan mudah menangis hingga usia satu tahun. Oleh karena itu, penting bagi ibu hamil untuk menjaga kestabilan emosional, mendapatkan dukungan dari pasangan serta lingkungan agar kehamilan berjalan sehat dan perkembangan bayi optimal secara fisik maupun emosional

DAFTAR PUSTAKA

- Cameron, N., & Demerath, E. W. Critical periods in human growth and their relationship to diseases of aging. *American Journal of Physical Anthropology*. (2002).
- Ciarrusta, J., Dimitrova, R., McAlonan, G., & McAlonan, G. Early maturation of the social brain: How brain development provides a platform for the acquisition of social-cognitive competence. (2020)
- Creswell, J. W. *Penelitian kualitatif & desain riset*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. (2015)
- Crotty, J., Martin-Herz, S. P., & Scharf, R. J. Cognitive Development. *Pediatrics in Review*. (2023)
- Gertsog, A., Vorob'eva, O. V., Morozova, T. E., Reze, A., Zaugolnikova, T., & Samokhina, E. O. Influence of premorbid psychosocial stressors on chronic localized pain syndromes clinical characteristics (observational study). (2023)
- Hill, J., Pickles, A., Wright, N., Braithwaite, E., & Sharp, H.. Predictions of children's emotionality from evolutionary and epigenetic hypotheses. *Scientific Reports*. (2019)
- Hinchcliffe, J. K., Mendl, M., & Robinson, E. S. J. Investigating hormone-induced changes in affective state using the affective bias test in male and female rats. *Psychoneuroendocrinology*. (2020)
- Imaroh, I., & Mesra, R. (2024). *Peranan Dinas kesehatan dalam Peningkatan Kesehatan Mental Ibu Hamil untuk Mencegah Stunting pada Anak di Indonesia*. *ETIC (Education And Social Science Journal)*, 1(5), 411-423.

- Isaacs, N. Z., & Andipatin, M. A systematic review regarding women's emotional and psychological experiences of high-risk pregnancies. *BMC Psychology*. (2020)
- Jannah, W., & Mirta, L. *Periodesasi Perkembangan Masa Prenatal Dan Post Natal. Periodesasi Perkembangan Masa Prenatal Dan Post Natal*, 1-7. (2018)
- Kambali, K. *Pertumbuhan dan perkembangan emosional serta intelektual di masa prenatal. Risalah, Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam*, 4(2, Sept), 129-148 (2018)
- Marwah, D. S., Zata, K. N., Naufal, M., Fadhillah, M. I., & Fithri, N. K. (2023). Literature Review: Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Stres Ibu Hamil dan Implikasinya pada Kesehatan Janin. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 10(8), 2578-2587.
- Mattocks, K. M. *Varying Experiences of Mental Health Care in the Prenatal Period. Indonesian Journal of Midwifery*, 20(1) (2020)
- Ningrum, S. P. (2017). *Faktor-faktor psikologis yang mempengaruhi postpartum blues. Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(2), 205-218.
- Oktaviani, L. *Apilkasi Aromaterapi lemon pada Ny. N Dan Ny. I Trimester I dengan Ketidakseimbangan Nutrisi Kurang Dari Kebutuhan Tubuh (Doctoral dissertation, Tugas Akhir, Universitas Muhammadiyah Magelang)* (2020)
- Purnomo, P., Sulistiono, E., Pramudia, J. R., & Sukmana, C. *Perilaku Orangtua Dalam Menstimulasi Anak Pada Masa Kandungan (Prenatal). Tunas Siliwangi: Jurnal Program Studi Pendidikan Guru PAUD STKIP Siliwangi Bandung*, 8(2), 90-100. (2022)
- Ramdan, U. M., & Novitriani, K. *Peduli Kesehatan Ibu Hamil di Masyarakat Melalui Penyuluhan Asupan Gizi Bagi Ibu Hamil di Kelurahan Kahuripan Kota Tasikmalaya. ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 311-316 (2020)
- Rokayah, Y., Pd, S., Fatimiyah, C., Pd, M., & Rizqimah, Z. *Pola Mendidik Anak Metode 3A (Asah, Asih, Asuh). Dunia Akademisi Publisher*. (2022)
- Saraswaty, I., Azizah, F. N., Aisyah, A., & Diki, D. (2024, February). *Epigenetik Sebagai Proses Pewarisan Sifat Non Genetik Pada Anggrek Cattleya SP. In Prosiding Seminar Nasional Sains dan Teknologi" SainTek" (Vol. 1, No. 1, pp. 258-265).*

- Shorey, S., Asurlekar, A. R., Chua, J. S., & Lim, L. H. K. Influence of oxytocin on parenting behaviors and parent-child bonding: A systematic review. *Developmental Psychobiology*. (2022)
- Tognasso, G., Gorla, L., Ambrosini, C., Figurella, F., De Carli, P., Parolin, L., Sarracino, D., & Santona, A.. Parenting Stress, Maternal Self-Efficacy and Confidence in Caretaking in a Sample of Mothers with Newborns (0-1 Month). *International Journal of Environmental Research and Public Health*. (2022)
- Ulfah, R. F., Karimah, K., & Prasetyo, B. (2022). *Faktor resiko yang berhubungan dengan tingkat kecemasan ibu hamil usia remaja di puskesmas rongga*. *Jurnal riset kesehatan poltekkes depkes bandung*, 14(2), 393-401.
- Valsamakis, G., Chrousos, G. P., & Mastorakos, G. Stress, female reproduction and pregnancy. *Psychoneuroendocrinology*. (2019)
- Wiarso, *Psikologi Perkembangan Manusia*. Yogyakarta: Psikosain (2015)
- Wulandari, dkk. Perkembangan Masa Prenatal. *Afeksi: Jurnal Psikologi*, 2(2) (2023)