

LITERATURE REVIEW: ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN TINGKAT STRES IBU HAMIL DAN IMPLIKASINYA PADA KESEHATAN JANIN

**Diaz Syahidah Marwah^{1*}, Keisha Najmina Zata², Muhamad Naufal³,
Muhammad Imam Fadhillah⁴, Nayla Kamilia Fithri⁵**

^{1,2,3,4,5}Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta

^{*}Email korespondensi : diazsyahidahmarwah29@gmail.com

Abstract: Literature Review: Analysis of factors Associated with Stress Levels of Pregnant Women and Implications for Fetal Health Pregnancy can be a happy experience, but it can also be a significant source of stress and anxiety. In a study conducted in Indonesia, as many as 33.93% experienced stress in the third trimester. Stress is one of the factors that can affect the health of pregnant women and the fetus. This study aims to review several literatures that contain the influence of stress and its relationship with fetal health in pregnant women. The research design used was literature review, where articles were collected through electronic databases namely Google Scholar, Garuda and Sciencedirect from 2018-2023. The results of this literature review indicate that stress in pregnant women can be triggered by various factors such as maternal age, occupation, social support, marital status, and health conditions of pregnant women. Some psychological factors such as anxiety and depression can also affect stress levels in pregnant women. High levels of stress in pregnant women can have a negative impact on the health of pregnant women and their fetuses, such as stunted fetal growth, LBW, and premature birth. Therefore, it is very important for pregnant women to maintain mental health and manage stress well.

Keywords: Pregnancy, fetal health, stress

Abstrak: Literature Review: Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Stres Ibu Hamil dan Implikasinya pada Kesehatan janin. Kehamilan dapat menjadi pengalaman yang membahagiakan, tetapi dapat juga menjadi sumber stres dan kecemasan yang signifikan. Dalam sebuah penelitian yang dilakukan di Indonesia, sebanyak 33,93% mengalami stres pada trimester ketiga. Stres merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi kesehatan ibu hamil dan janin. Penelitian ini bertujuan untuk melakukan review pada beberapa literatur yang memuat tentang pengaruh stres dan keterkaitannya dengan kesehatan janin pada ibu hamil. Desain penelitian yang digunakan adalah *literature review*, di mana artikel dikumpulkan melalui pangkalan data elektronik yaitu Google Scholar, Garuda dan Sciencedirect dari tahun 2018-2023. Hasil kajian *literature review* ini menunjukkan bahwa Stres pada ibu hamil dapat dipicu oleh berbagai faktor seperti, usia ibu, pekerjaan, dukungan sosial, status perkawinan, dan kondisi kesehatan ibu hamil. Beberapa faktor psikologis seperti kecemasan dan depresi juga dapat memengaruhi tingkat stres pada ibu hamil. Tingkat stres yang tinggi pada ibu hamil dapat berdampak negatif pada kesehatan ibu hamil dan janin yang dikandungnya, seperti pertumbuhan janin yang terhambat, BBLR, dan kelahiran prematur. Oleh karena itu, sangat penting bagi ibu hamil untuk menjaga kesehatan mental dan mengelola stres dengan baik.

Kata Kunci: Kehamilan, kesehatan janin, stres

PENDAHULUAN

Kehamilan seorang wanita adalah masa yang krusial dan sulit dalam hidupnya. Seorang wanita akan

mengalami perubahan fisik dan psikologis selama kehamilan sebagai akibat dari ketidakseimbangan hormon progesteron dan estrogen (Yazia dan

Suryani, 2022). Kehamilan dapat menjadi pengalaman yang membahagiakan, tetapi dapat juga menjadi sumber stres dan kecemasan yang signifikan. Oleh karena itu, seorang ibu harus mempersiapkan diri untuk menghadapi tantangan dalam kehamilan agar terhindar dari berbagai masalah kehamilan. Dalam sebuah penelitian yang dilakukan di Indonesia, sebanyak 33,93% mengalami stres pada trimester ketiga. Penelitian lain menunjukkan bahwa 47,7% ibu hamil normal mengalami stres berat menjelang persalinan, 16,9% stres sedang, dan 35,4% stres ringan. Salah satu unsur yang dapat berdampak pada kesehatan ibu hamil dan janinnya adalah stres. Banyak variabel, termasuk usia ibu, profesi, jaringan dukungan sosial, status perkawinan, dan masalah kesehatan prenatal, dapat menyebabkan stres pada ibu hamil. Ketakutan akan kematian pada saat sebelum bayi lahir menjadi ketakutan utama menjadi sering terjadi ketika orang tua, suami dan semua orang yang bersympati padanya panik atau takut tentang kondisi mereka. Selain itu, ketakutan itu biasanya datang dengan rasa takut sekunder, seperti kurangnya dukungan dari suaminya maupun keluarganya. Beberapa faktor psikologis seperti kecemasan dan depresi juga dapat memengaruhi tingkat stres pada ibu hamil. Tingkat stres yang tinggi pada ibu hamil dapat berdampak negatif pada kesehatan ibu hamil dan janin yang dikandungnya.

Bahkan bagi sang ibu sendiri, stres berdampak buruk bagi pertumbuhan dan perkembangan janin. Disregulasi biokimia tubuh yang dihasilkan dapat menyebabkan stres fisik pada wanita hamil karena peningkatan produksi hormon adrenalin norepinefrin atau epinefrin norepinefrin (Widiani dan Noviani, 2020). Selain itu, stres selama kehamilan bisa berbahaya bagi wanita dan janin yang dikandungnya. Menurut banyak penelitian, stres selama kehamilan meningkatkan kemungkinan masalah seperti preeklampsia, kelahiran dini, dan pertumbuhan janin terhambat (Selfiana *et al.*, 2023).

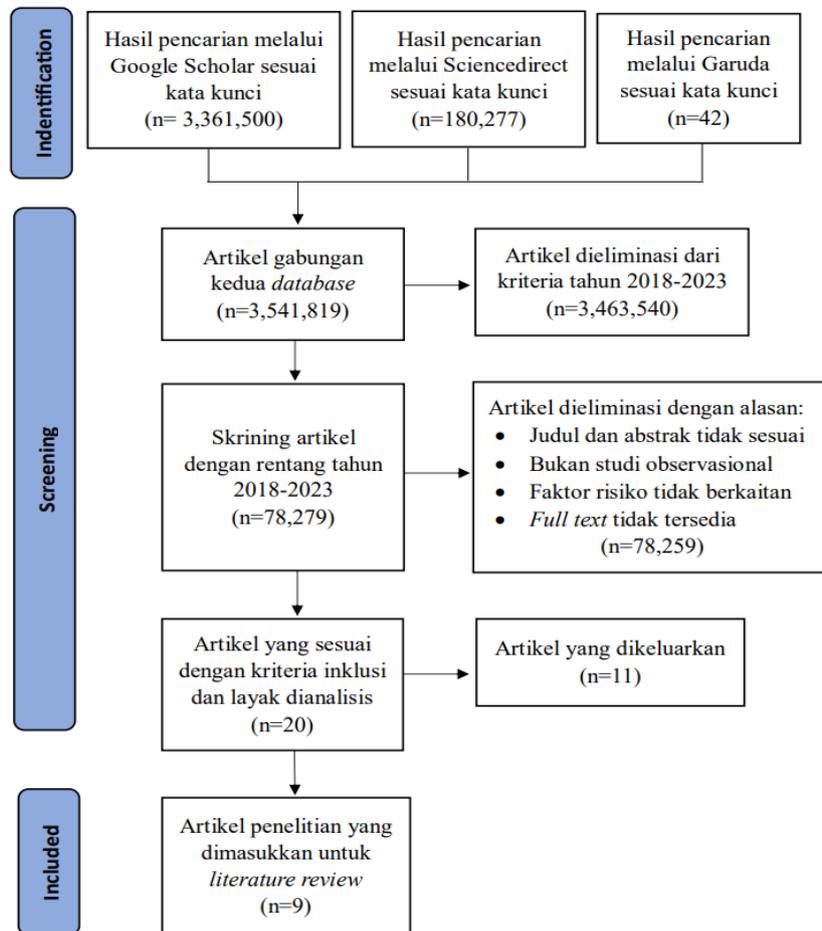
Indeks resistensi di arteri uterina terkait dengan perubahan psikologis yang terjadi selama kehamilan. Hal ini disebabkan oleh peningkatan konsentrasi nonadrenalin dalam plasma, yang mengurangi aliran darah ke rahim. Noradrenalin dapat menyebabkan vasokonstriksi rahim karena rahim sangat sensitif terhadapnya. Karena ketersediaan oksigen dan nutrisi yang terbatas akibat proses ini, pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungan terhambat, yang menyebabkan berat badan lahir rendah (BBLR) (Widiani dan Noviani, 2020).

Tujuan dari studi berdasarkan latar belakang di atas adalah untuk melakukan review pada beberapa literatur yang memuat tentang pengaruh stres dan keterkaitannya dengan kesehatan janin pada ibu hamil.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode *Literature Review* untuk mengumpulkan, menganalisis dan mensintesis data dari penelitian sebelumnya yang relevan. *Literature Review* merupakan sebuah kajian ilmiah yang difokuskan pada suatu topik tertentu (Cahyono, Sutomo dan Harsono, 2019). Topik yang diangkat pada artikel penelitian mengenai analisis faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat stress pada ibu hamil dan implikasinya pada kesehatan janin. Metode ini memungkinkan peneliti untuk menyelidiki dan memahami secara menyeluruh pemahaman yang ada mengenai topik ini.

Pencarian berbagai sumber data dilakukan menggunakan Google Scholar, Garuda dan Scencedirect. Kata kunci yang digunakan dipilih dengan cermat dan melibatkan kata kunci yang relevan seperti "stres", "ibu hamil", "kesehatan janin", "faktor-faktor", dan variasi kata kunci terkait. Total artikel yang dilakukan analisis, yaitu sejumlah 10 dari 20 artikel. Jurnal yang digunakan berskala nasional maupun internasional dalam kurun waktu 5 tahun terakhir, yaitu 2018 hingga 2023.



Bagan 1. Alur Identifikasi dan Pencarian Jurnal

Berdasarkan hasil penelusuran melalui Google Scholar dengan mengetikkan tiga kata kunci "stress" AND "ibu hamil" AND "janin" dan "stress" AND "pregnancy" AND "fetus" ditemukan sebanyak 3.361.500 artikel. Sedangkan, pencarian artikel melalui Sciencedirect dengan mengetikkan kata kunci "stress" AND "ibu hamil" AND "janin" ditemukan sebanyak 42 artikel. Selanjutnya,

dilakukan penyeleksian artikel menggunakan kriteria yang telah ditetapkan sehingga didapatkan sebanyak 20 artikel. Lalu, eliminasi artikel dilakukan dengan memilih artikel dengan isi yang sesuai dan didapatkan 9 artikel untuk dianalisis. Sedangkan, 11 artikel lainnya dieliminasi karena pembahasan tidak lengkap dan tidak sesuai.

HASIL

Tabel 1. Hasil Penelusuran Literatur yang Menggambarkan Tingkat Stres Ibu Hamil pada Janinnya

Peneliti	Judul	Tujuan	Metode	Hasil Penelitian
(Eick <i>et al.</i> , 2022)	Prenatal PFAS and psychosocial stress exposures in relation to fetal growth in two pregnancy cohorts: Applying environmental mixture methods to chemical and non-chemical stressors	Untuk menganalisis efek bersama antara bahan kimia per- dan poli-fluoroalkil (PFAS), stres yang dirasakan, dan depresi terhadap pertumbuhan janin.	<i>ECHO.CA .IL COHORT</i>	Adanya hubungan antara paparan PFAS prenatal dan stres psikososial dengan pertumbuhan janin. Paparan PFAS prenatal berkaitan dengan penurunan pertumbuhan janin, sedangkan stres psikososial berkaitan dengan peningkatan risiko pertumbuhan janin yang terhambat.
(Chiarello <i>et al.</i> , 2020)	Oxidative stress: Normal pregnancy versus preeclampsia	Untuk membandingkan tingkat stres oksidatif antara kehamilan normal dan preeklampsia	<i>Systematic Review</i>	Menunjukkan bahwa stres oksidatif dapat menjadi faktor yang berperan dalam perkembangan preeklampsia.
(Niela-Vilen <i>et al.</i> , 2023)	Comparing prenatal and postpartum stress among women with previous adverse pregnancy outcomes and normal obstetric histories: A longitudinal cohort study	Untuk menganalisis tingkat stres prenatal dan postpartum antara wanita yang sebelumnya mengalami komplikasi kehamilan dan riwayat obstetri normal.	<i>Longitudinal Cohort Study Design</i>	Wanita yang memiliki riwayat komplikasi kehamilan mengalami tingkat stres prenatal dan postpartum yang lebih tinggi dibandingkan dengan wanita yang memiliki riwayat obstetri normal
(Romero-Gonzalez <i>et al.</i> , 2018)	Newborn infants' hair cortisol levels reflect chronic maternal stress during pregnancy	Menyelidiki hubungan antara tekanan psikologis pada ibu selama kehamilan dan masa pasca persalinan dengan tingkat kortisol rambut, sekaligus tingkat kortisol rambut pada bayi baru lahir.	<i>Longitudinal Design Retrospective Study</i>	Temuan ini menunjukkan bahwa tingkat kortisol yang tinggi pada ibu dapat mempengaruhi perkembangan janin.

(Selfiana <i>et al.</i> , 2023)	Pengaruh Stress pada Ibu Hamil	Untuk menganalisis faktor-faktor pengaruh stress pada ibu hamil	Penelitian non eksperimen jenis deskriptif kualitatif	Salah satu akibat buruk yang diakibatkan oleh stress pada saat hamil adalah terjadinya keguguran atau bayi lahir prematur.
(Arinda dan Herdayati, 2021)	Masalah Kesehatan Mental pada Wanita Hamil Selama Pandemi COVID-19	Untuk mengkaji dampak masalah kesehatan psikologis pada ibu hamil selama pandemi COVID-19.	<i>Literature Review</i>	Wanita hamil sering merasakan tingkat kecemasan yang lebih tinggi. Penyakit ini dapat meningkatkan risiko pada janin dengan menyebabkan berat badan lahir rendah, kelahiran prematur, atau perkembangan janin yang buruk.
(Zahria Arisanti, 2021)	Dampak Psikologis Ibu Hamil pada Masa Pandemi Covid-19	Untuk memahami lebih mendalam tentang permasalahan psikologis yang dialami oleh wanita hamil selama pandemi.	<i>Literature Review</i>	Pandemi Covid-19 memberikan dampak gangguan psikologis pada ibu hamil karena memiliki rasa takut untuk pergi ke pelayanan kesehatan karena khawatir terpapar oleh virus. Perubahan emosi yang terjadi dapat berdampak pada kesehatan psikologis ibu dan kesejahteraan janin.
(Septianingrum, 2018)	Efektivitas Relaksasi Selama Kehamilan Terhadap Penyesuaian Stres, Kecemasan Ibu Hamil dan Respon Janin dalam Kandungan	Untuk merekomendasikan terapi bagi perawat dalam memberikan intervensi untuk mengurangi stres maternal	<i>Literature review</i>	Stress serta kecemasan dapat mempengaruhi pada ibu hamil serta janin dalam kandungan. Dengan adanya relaksasi selama kehamilan dapat menurunkan tingkat stres dan kecemasan pada ibu hamil dan memberikan respon yang baik pada janin yang ada dalam kandungan

(Saleha, Delfina dan Maiyulis, 2019)	Derajat Stres Ibu Hamil dan Preeklamsia Mempengaruhi Kejadian Persalinan Prematur	Untuk menganalisis mengenai hubungan antara stres psikologis yang dialami ibu hamil dan kemungkinan terjadinya persalinan prematur yang disebabkan preeklamsia	Case control study	Hasil penelitian menunjukkan stres berhubungan dengan kejadian persalinan prematur. Mayoritas ibu mengalami stres mulai dari stres ringan hingga berat.
--------------------------------------	---	--	--------------------	---

PEMBAHASAN

Analisis faktor-faktor yang berhubungan dengan stres pada ibu hamil

Stres yang berkepanjangan dapat meningkatkan hormon kortisol dalam tubuh. Hal ini dapat menyebabkan penyempitan pembuluh darah. Sehingga saat pembuluh darah menyempit mengakibatkan pasokan darah dan oksigen ke janin tidak optimal. Pada akhirnya dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungan (Selfiana *et al.*, 2023). Selama masa kehamilan, serangkaian proses psikologis individu berkaitan erat dengan perubahan biologis. Gerakan dan pembesaran janin rahim, keduanya adalah menjadi pengaruh stres pada ibu hamil.

1. Usia

Usia memiliki pengaruh besar pada konsentrasi saat melahirkan. Semakin muda ibunya maka kurangnya perhatian dan pengalaman pada ibu hamil karena kurangnya persiapan ibu untuk menerima kehamilannya. mempengaruhi terutama tentang

2. Kesulitan Ekonomi

Ekonomi menjadi salah satu faktor risiko penyebab stres pada ibu hamil. Hal ini dikarenakan ibu hamil sangat mudah untuk merasa cemas akan suatu hal, salah satunya adalah ekonomi keluarganya. Ketika ibu hamil tersebut termasuk dalam keluarga dengan ekonomi menengah ke bawah, maka hal tersebut dapat menambah pikiran ibu hamil, seperti halnya biaya persalinan yang akan dikeluarkan, biaya rumah sakit, dan lain-lain. Tentunya hal

tersebut akan menambah beban pikiran yang nantinya dapat meningkatkan stres pada ibu hamil (Zahria Arisanti, 2021)

3. Status Pekerjaan

Perempuan yang bekerja sambil mengurus rumah tangga menghadapi tugas ganda yang tidak mudah sehingga mempunyai beban aktivitas yang cukup berat, hal ini akan berpengaruh terhadap kehamilannya. Beban kerja rumah tangga yang cukup berat ditambah dengan beban pekerjaan yang diperoleh ibu hamil dapat menyebabkan stres dan mempengaruhi psikisnya. Adapun juga bagi ibu hamil yang masih mendapatkan waktu kerja malam hari yang menyebabkan kurangnya tidur akan berdampak juga terhadap tingkat kestresannya (Saleha, Delfina dan Maiyulis, 2019)

4. Kehamilan pada saat Pandemi COVID-19

Berdasarkan usia kehamilan, terlihat bahwa wanita yang sedang hamil dengan usia kehamilan pada trimester pertama saat pandemi COVID-19, cenderung mengalami kecemasan yang lebih tinggi serta dampak psikologis yang lebih parah daripada saat trimester kedua ataupun ketiga. Ini akibat dari kekhawatiran ibu hamil bahwa virus COVID-19 akan membahayakan janin yang dikandungnya. 16,7% dari 18 wanita yang melahirkan selama pandemi COVID-19 meminta operasi *caesar*, yang masing-masing dilakukan satu. Hal ini terjadi akibat faktor emosional, ketakutan cedera janin, dan ketakutan kematian janin (Arinda dan Herdayati, 2021)

Implikasi Stress Ibu Hamil

Sebagian besar ibu hamil mengalami periode kritis yang dapat mempengaruhi keadaan psikologis dengan munculnya perasaan cemas, stres, atau depresi dalam menghadapi perubahan fisik serta biologis terkait kehamilannya. Berbagai penelitian dilakukan untuk mengetahui faktor-faktor yang berkontribusi sebagai predisposisi kondisi psikologis serta implikasinya pada komplikasi kehamilan. Berdasarkan analisis kualitatif mengenai pengaruh stres pada ibu hamil (Selfiana *et al.*, 2023) disimpulkan bahwa stres dapat menghambat pertumbuhan janin, risiko bayi terlahir prematur tinggi, berat badan lahir rendah, keguguran, penurunan waktu tidur, penurunan selera makan, dan infeksi dalam rahim.

1. Pertumbuhan Janin Terhambat dan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR)

Selama kehamilan, ibu dengan kondisi stres psikologis dapat meningkatkan probabilitas terjadinya komplikasi kehamilan seperti *Intrauterine Growth Restriction* (IUGR) atau disebut juga pertumbuhan janin terhambat (PJT) hingga bayi lahir dengan berat badan rendah (BBLR). Berat badan lahir rendah (BBLR) didefinisikan sebagai berat lahir bayi kurang dari 2500 gram. Kondisi ini dapat terjadi akibat adanya PJT/IUGR dan/atau akibat kelahiran prematur (Arya *et al.*, 2022). *Pregnancy outcome* merupakan hasil akhir dari peristiwa fertilisasi pada bayi baru lahir dari usia viabilitas (28 minggu) hingga minggu pertama kehidupan. Hasil ini bervariasi pada setiap kehamilan termasuk lahir hidup (cukup bulan atau prematur), lahir mati (*early pregnancy loss*, aborsi spontan, aborsi yang diinduksi).

Adverse pregnancy outcome (APO) merupakan istilah luas yang terdiri dari masalah kesehatan yang terjadi pada ibu, bayi baru lahir, atau keduanya selama kehamilan, persalinan, dan periode pascapersalinan. Kondisi ini berperan dalam morbiditas dan mortalitas maternal dan perinatal seperti preeklampsia atau eklampsia, keguguran berulang, kematian janin intrauterine,

dan pertumbuhan janin terhambat (PJT). Ibu hamil dengan *Adverse pregnancy outcome* (APO) pada riwayat kehamilan sebelumnya berpotensi mengalami kondisi stres psikologis pada kehamilan berikutnya dibandingkan ibu hamil dengan riwayat obstetri normal (Niela-Vilen *et al.*, 2023). Selain akibat riwayat kehamilan sebelumnya, sekitar 46% ibu hamil memiliki tingkat kecemasan tinggi yang berkaitan dengan transmisi penyakit vertikal terutama terkait pandemi COVID-19 (Zahria Arisanti, 2021). Situasi pandemi terutama menumbuhkan kecemasan pada ibu hamil terkait dengan risiko penularan penyakit yang tinggi terutama di fasilitas kesehatan dalam kunjungan antenatal yang dilakukan pada setiap trimester. Kehamilan dengan tingkat kecemasan yang tinggi memiliki korelasi dalam penurunan sistem imunitas sehingga akan semakin rentan terinfeksi penyakit lain (Zahria Arisanti, 2021).

Keadaan stres dapat mempengaruhi sistem hormon maternal terutama terjadinya disfungsi pada HPA axis. Stres akan mengaktifkan sistem saraf simpatik dan mencapai respons fisiologis yang berbeda dalam tubuh manusia. Secara umum, tubuh pulih dari situasi stres dengan menormalkan respons fisiologis. Namun, periode stres yang memanjang dapat menyebabkan kondisi patologis seperti kelelahan atau depresi. Keadaan stres pada ibu selama kehamilan sering dikaitkan dengan kelahiran prematur, BBLR, hipertensi dalam kehamilan. Hipertensi dalam kehamilan yang tidak terkontrol jika tidak segera dilakukan penanganan dapat berkembang menjadi suatu keadaan preeklampsia. Kejadian PJT merupakan salah satu komplikasi dari preeklampsia (Saleha, Delfina dan Maiyulis, 2019). Perubahan pada hormon terutama hormon kortisol dipengaruhi oleh kondisi stres yang dialami saat kehamilan sehingga dapat memberi dampak terhadap pertumbuhan janin. Hormon kortisol dilepaskan akibat terjadinya pelepasan *Adrenocorticotropic hormone* (ACTH) di hipofisis oleh rangsangan yang didapatkan oleh hipotalamus akibat stres. Normalnya,

kortisol tidak dilepaskan dalam jumlah yang besar. Namun pada kondisi stres, jumlah pelepasan hormon kortisol akan naik berlipat. Pada kondisi adanya lonjakan pada kadar kortisol tersebut tidak dapat menghambat sekresi CRH dan ACTH (Romero-Gonzalez *et al.*, 2018).

Kortisol sangat penting untuk pengembangan embrionik dan janin. Selama kehamilan, kortisol ibu dapat melintasi plasenta hingga masuk ke aliran darah janin. Hormon kortisol yang terlalu banyak melewati plasenta dapat mempengaruhi perkembangan janin. Kortisol ibu akan merangsang sekresi hormon CRH pada janin, dan sekresi tersebut akan merangsang sintesis kortisol. Oleh karena itu, kadar kortisol yang terlalu tinggi melintasi plasenta pada tahap awal pembentukan janin dapat mengubah *fetal programming* dari HPA axis, sehingga mengganggu regulasi produksi kortisol yang benar pada janin sehingga mempengaruhi perkembangan pada janin yaitu terjadinya berat badan lahir rendah dan terganggunya perkembangan otak janin (Romero-Gonzalez *et al.*, 2018).

2. Stres Berisiko Keguguran

Ibu hamil yang mengalami tingkat stres yang tinggi dan sering menangis dapat mengakibatkan risiko keguguran, terutama saat usia kehamilan masih muda (Selfiana *et al.*, 2023). Ketika ibu hamil mengalami kesedihan yang disebabkan oleh stres, hal ini dapat mengakibatkan kelemahan pada kondisi janin. Kelemahan ini meningkatkan kemungkinan terjadinya keguguran pada janin. Selain itu, ibu yang mengalami keguguran juga membutuhkan tingkat ketahanan yang kuat. Dalam beberapa kasus, keguguran akan mengakibatkan ibu melakukan tindakan-tindakan negatif, seperti memiliki keinginan untuk bunuh diri atau bahkan penculikan bayi. Namun, penting untuk dicatat bahwa tidak semua ibu mengalami reaksi serupa atau mengambil tindakan semacam itu. Faktanya, masih banyak ibu yang tetap kuat meskipun menghadapi situasi yang sulit dan bahkan tidak takut untuk hamil kembali serta melibatkan diri dalam tindakan positif.

Penelitian yang dilakukan oleh Selfiana *et al.* (2023), menunjukkan bahwa ibu yang mengalami gangguan tersebut dapat menghadapi masalah fisik dan psikologis. Masalah fisik yang mungkin timbul meliputi, pendarahan, mudah lelah, sakit maag, dan demam. Sementara itu, masalah psikologis yang mungkin muncul mencakup perasaan sedih, kurang semangat, merasa kehilangan, merasa bersalah, kurang percaya diri, sulit tidur, stres, penurunan nafsu makan, dan sering merasa kaget.

Oleh karena itu, seorang ibu yang sedang hamil harus menghindari pikiran atau aktivitas yang dapat memicu adanya stres. Hal tersebut dapat dilakukan dengan selalu menjaga mood untuk tetap berpikir positif yang mana dapat menjaga hormon tetap stabil. Selain itu, adanya dukungan suami dan keluarga sangat diperlukan oleh ibu hamil supaya terhindar dari gangguan stres dan janin dalam kandungan terjaga.

3. Kelahiran Prematur

Stres pada ibu hamil dapat memiliki dampak negatif terhadap kesehatan dan bayi dalam kandungan. Salah satu implikasi serius yang dapat terjadi akibat stress pada ibu hamil adalah prematur. Ibu yang terus-menerus mengalami stres berpotensi mengalami tekanan darah tinggi yang meningkatkan risiko persalinan prematur dibandingkan dengan ibu yang tidak mengalami stres. Selain itu, kelahiran prematur juga berisiko menyebabkan gangguan kesehatan lainnya seperti dislipidemia, penyakit jantung, diabetes melitus, dan hipertensi. Hal itu terjadi karena bayi yang dilahirkan belum cukup bulan (Selfiana *et al.*, 2023).

Menurut studi oleh Saleha *et al.* (2019), tingkat stres berdampak besar pada kemungkinan persalinan prematur, dengan nilai $p = 0,036$ dan rentang kepercayaan 0,682–6,308 (Saleha, Delfina dan Maiyulis, 2019). Ibu hamil yang mengalami preeklampsia akan berisiko 6.960 kali lebih sering melahirkan prematur dibanding yang tidak. Preeklampsia juga memiliki hubungan yang substansial dengan kejadian persalinan prematur. Sehingga

dapat disimpulkan bahwa derajat stress yang tinggi dapat dan preeklampsia dapat menjadi faktor penyebab dari adanya kelahiran prematur.

KESIMPULAN

Hasil dari literature review pada seluruh artikel ditemukan adanya stres pada ibu hamil memiliki implikasi yang cukup serius bagi janin yang dikandungnya. Terdapat beberapa faktor yang dapat menyebabkan stres pada ibu hamil, yaitu usia ibu, keadaan ekonomi yang sulit, kehamilan pada masa pandemi COVID-10, serta status pekerjaan. Faktor tersebut dapat membuat ibu hamil stress sehingga dapat berdampak negatif pada kesehatan janin, antara lain pertumbuhan janin terhambat, BBLR, risiko keguguran lebih tinggi, dan kelahiran prematur. Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menunjang literature review bagi peneliti selanjutnya untuk memperdalam permasalahan ini, misalnya dengan menambahkan analisis solusi dari permasalahan stres pada ibu hamil agar mengurangi dampak implikasi pada kesehatan janinnya serta dengan menambah jurnal terdahulu agar lebih akurat dan informasi yang didapatkan lebih lengkap.

DAFTAR PUSTAKA

- Arinda, Y. D. dan Herdayati, M. (2021) "Masalah Kesehatan Mental pada Wanita Hamil Selama Pandemi COVID-19," *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 6(1), hal. 32. doi: 10.22146/jkesvo.62784.
- Arya, S. et al. (2022) "Impact of Intrauterine Growth Restriction and Placental Insufficiency on Nutritional Outcomes of Extremely Low Birth Weight Infants," *Cureus*, 14(11), hal. 3–9. doi: 10.7759/cureus.31611.
- Cahyono, E. A., Sutomo dan Harsono, A. (2019) "Literatur Review: Panduan Penulisan dan Penyusunan," *Jurnal Keperawatan*, hal. 12.
- Chiarello, D. I. et al. (2020) "Oxidative stress: Normal pregnancy versus preeclampsia," *Biochimica et Biophysica Acta - Molecular Basis of Disease*, 1866(2), hal. 165354. doi: 10.1016/j.bbadis.2018.12.005.
- Eick, S. M. et al. (2022) "Prenatal PFAS and psychosocial stress exposures in relation to fetal growth in two pregnancy cohorts: Applying environmental mixture methods to chemical and non-chemical stressors," *Environment International*, 163(April), hal. 107238. doi: 10.1016/j.envint.2022.107238.
- Niela-Vilen, H. et al. (2023) "Comparing prenatal and postpartum stress among women with previous adverse pregnancy outcomes and normal obstetric histories: A longitudinal cohort study," *Sexual and Reproductive Healthcare*, 35(October 2022), hal. 100820. doi: 10.1016/j.srhc.2023.100820.
- Romero-Gonzalez, B. et al. (2018) "Newborn infants' hair cortisol levels reflect chronic maternal stress during pregnancy," *PLoS ONE*, 13(7), hal. 1–13. doi: 10.1371/journal.pone.0200279.
- Saleha, N., Delfina, R. dan Maiyulis, M. (2019) "Derajat Stres Ibu Hamil Dan Preeklampsia Mempengaruhi Kejadian Persalinan Prematur," *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 2(1), hal. 34–42. doi: 10.33369/jvk.v2i1.10652.
- Selfiana, V. et al. (2023) "Pengaruh Stress pada Ibu Hamil," *Journal on Education*, 05(04), hal. 11702–11706. Tersedia pada: <https://www.jonedu.org/index.php/joe/article/view/2125/1765>.
- Septianingrum, Y. (2018) "Efektivitas Relaksasi Selama Kehamilan Terhadap Penurunan Stres, Kecemasan Ibu Hamil Dan Respon Janin Dalam Kandungan," *Journal of Health Sciences*, 8(2), hal. 206–212. doi: 10.33086/jhs.v8i2.206.
- Widiani, N. N. A. dan Noviani, N. W. (2020) "Pengaruh Senam Hamil Terhadap Tingkat Stres Ibu Hamil Trimester III," *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 11(2), hal. 2549–

4058. doi:
10.33859/dksm.v11i2.630.
- Yazia, V. dan Suryani, U. (2022) "Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stres Pada Ibu Hamil Dalam Menghadapi Persalinan," *JKJ: Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 10(4), hal. 837–856.
- Zahria Arisanti, A. (2021) "Dampak Psikologis Ibu Hamil pada Masa Pandemi COVID-19 (Literature Review)," *Jurnal Sehat Masada*, 15(2), hal. 241–250. doi: 10.38037/jsm.v15i2.220.