

**PENGARUH *EXPRESSIVE WRITING THERAPY* TERHADAP  
TINGKAT KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER III  
DALAM MENGHADAPI PERSALINAN DI  
PUSKESMAS TALISE**

**SKRIPSI**



**MUAMMAR  
201901019**

**PROGRAM STUDI NERS  
UNIVERSITAS WIDYA NUSANTARA  
PALU  
2023**

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi berjudul “Pengaruh *Expressive Writing Therapy* Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Dalam Menghadapi Persalinan Di Puskesmas Talise” adalah benar karya saya dengan arahan dari pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi manapun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta skripsi saya kepada UNIVERSITAS WIDYA NUSANTARA.

Palu, 25 Juli 2023



Muammar

201901019

**PENGARUH EXPRESSIVE WRITING THERAPY TERHADAP TINGKAT  
KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER III DALAM MENGHADAPI  
PERSALINAN DI PUSKESMAS TALISE**

*The Effect Of Expressive Writing Therapy On The Anxiety Level Of The Third  
Trimester Pregnant Women In Facing Intranatal Process At  
Talise Public Health Center*

Muammar, Ni Nyoman Elfiyunai, Hadidjah Bando  
Ilmu Keperawatan, Universitas Widya Nusantara

**ABSTRAK**

Kecemasan menjelang persalinan merupakan masalah kesehatan mental ibu hamil yang masih memiliki prevalensi yang cukup tinggi di Indonesia. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Talise menunjukkan 4 dari 5 ibu hamil trimester III mengalami kecemasan. Ibu hamil dengan kecemasan akan meningkatkan resiko komplikasi persalinan bila tidak ditangani dengan serius. *Expressive Writing Therapy* merupakan terapi psikologis non farmakologis yang digunakan sebagai media untuk mengungkapkan rasa cemas. Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh *Expressive Writing Therapy* terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan di Puskesmas Talise sebelum dan setelah diberikan *expressive writing therapy*. Jenis penelitian ini adalah Kuantitatif dengan desain *Pre-experimen* menggunakan rancangan *One Group Pre Test and Post Test Design*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 51 ibu hamil dan sampel berjumlah 15 ibu hamil dengan teknik pengambilan sampel *Purposive Sampling*. Tingkat kecemasan responden sebelum melakukan *Expressive Writing Therapy* adalah sebagian besar cemas ringan sebanyak 8 responden (53,3%), sedangkan tingkat kecemasan responden setelah melakukan *Expressive Writing Therapy* adalah sebagian besar tidak cemas sebanyak 9 responden (60,0%). Hasil penelitian dari 15 responden menggunakan uji *Nonparametric Wilcoxon* diperoleh nilai  $p=0,001$  ( $p \leq 0,05$ ). Kesimpulan ada pengaruh *Expressive Writing Therapy* terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan di Puskesmas Talise. Saran bagi ibu hamil dan tenaga kesehatan diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi bahan dan masukan sebagai intervensi non farmakologis dalam menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan.

Kata Kunci: *Expressive Writing Therapy*, Kecemasan, Persalinan

## **ABSTRACT**

*Anxiety before intranatal is a mental health problem for pregnant women that still has a fairly high prevalence in Indonesia. Based on the results of pre studies conducted at the Talise Public Health Center found that 4 of 5 the third trimester pregnant women have experienced anxiety. Pregnant women with anxiety will increase the risk of intranatal process complications if not treated well and seriously. Expressive Writing Therapy is a non-pharmacological psychological therapy that is used as a medium to express the anxiety. The aim research was to analyze the effect of expressive writing therapy on the anxiety level of the third trimester pregnant women in facing intranatal process at Talise Public Health Center before and after being given expressive writing therapy. This is Quantitative research with Pre-experiment design by using One Group Pre Test and Post Test Design. Total of population was 51 pregnant women and the sample only 15 pregnant women that taken by Purposive Sampling technique. The anxiety level of respondents before doing expressive writing therapy about 8 respondents (53.3%) had mild anxiety, but the anxiety level of respondents after doing expressive writing therapy found about 9 respondents (60.0%). The results of research mentioned that 15 respondents using the Wilcoxon Nonparametric test obtained a p-value = 0.001 ( $p \leq 0.05$ ). The conclusion is that there is an effect of expressive writing therapy on the anxiety level of the third trimester pregnant women in facing intranatal process at the Talise Public Health Center. Suggestions for pregnant women and health workers are expected that the results of this research could be a referrences as a non-pharmacological intervention in reducing the anxiety level of the third trimester pregnant women in facing intranatal process.*

**Keywords:** *Expressive Writing Therapy, Anxiety, Intranatal Process*



**PENGARUH *EXPRESSIVE WRITING THERAPY* TERHADAP  
TINGKAT KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER III  
DALAM MENGHADAPI PERSALINAN DI  
PUSKESMAS TALISE**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Pada Program Studi Ners  
Universitas Widya Nusantara



**MUAMMAR  
201901019**

**PROGRAM STUDI NERS  
UNIVERSITAS WIDYA NUSANTARA  
PALU  
2023**

**LEMBAR PENGESAHAN**

**PENGARUH *EXPRESSIVE WRITING THERAPY* TERHADAP  
TINGKAT KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER III  
DALAM MENGHADAPI PERSALINAN DI  
PUSKESMAS TALISE**

**SKRIPSI**

**MUAMMAR  
201901019**

Skripsi Ini Telah Diujikan Tanggal 25 Juli 2023

**Penguji I**  
**Ns. Katrina Feby Lestari, S.Kep.,M.P.H**  
**NIK. 20120901027**

  
(.....)

**Penguji II**  
**Ns. Ni Nyoman Elfiyunai, S.Kep.,M.Kes**  
**NIK. 20210901130**

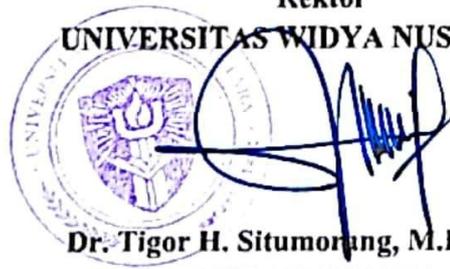
  
(.....)

**Penguji III**  
**Hadidjah Bando, SST.,Bd.,M.Kes**  
**NIK. 20080901003**

  
(.....)

**Mengetahui,  
Rektor**

**UNIVERSITAS WIDYA NUSANTARA**



**Dr. Tigor H. Situmorang, M.H.,M.Kes**  
**NIK. 20080901001**

## PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan, dan terimakasih sebesar-besarnya kepada kedua orang tua yang amat penulis cintai Ayahanda Birsan dan Ibunda Jum'ati yang selalu memberikan doa, kasih sayang, serta dukungan baik moral dan materil kepada penulis.

Tema yang dipilih dalam penelitian yang dilaksanakan sejak bulan Maret 2023 sampai Juli 2023 ini ialah “Pengaruh *Expressive Writing Therapy* Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Dalam Menghadapi Persalinan Di Puskesmas Talise”.

Dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini, penulis telah banyak menerima bimbingan, bantuan, dorongan, arahan dan doa dari berbagai pihak, teristimewa adik-adik saya Nastiar, Munzir dan Renaldi yang selalu memberikan doa dan dukungan baik secara moral dan meteril. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Widyawati L. Situmorang, B.Sc.,M.Sc., selaku Ketua Yayasan Universitas Widya Nusantara
2. Dr. Tigor H. Situmorang, M.H., M.Kes., selaku Rektor Universitas Widya Nusantara.
3. Ns.Yulta Kadang, S.Kep.,M.Kep selaku Ketua Prodi Ners Universitas Widya Nusantara
4. Ns. Ni Nyoman Elfiyunai, S.Kep.,M.Kes., selaku pembimbing I yang telah memberikan masukan dan dukungan moral dalam penyusunan skripsi ini.
5. Hadidjah Bando, SST.,Bd.,M.Kes., selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan saran dalam perbaikan skripsi ini.
6. Ns. Katrina Feby Lestari, S.Kep.,M.P.H., selaku penguji utama yang telah memberikan kritik dan saran untuk perbaikan skripsi ini.
7. Dosen dan Staff Universitas Widya Nusantara yang telah memberikan motivasi dan dukungan kepada saya sehingga dapat menyusun skripsi ini

8. Rahmat Massi, S.K.M.,M.AP selaku Kepala Puskesmas Talise, beserta staf Polik KIA atas bantuan dan kerjasamanya sehingga penelitian ini dapat terselesaikan sesuai waktu yang telah ditetapkan.
9. Ibu Hamil Trimester III, yang telah bersedia bekerja sama dan menjadi responden sehingga penelitian ini dapat dilaksanakan.
10. Semua album lagu dari Mas Pamungkas (MasPam) terhususnya *Walk The Talk* (2018), *Flying Solo* (2019), *The End Of Flying Solo Era* (2020), *Solipsism* (2020), *Solipsism 0.2* (2021), *Birdy* (2022), dan *Birdy South East Asia Tour* (2023) yang selalu menemani dan memberikan semangat baru kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Terimakasih untuk teman-teman “PSM Universitas Widya Nusantara”, “Geng Mburiti”, “Penghuni Kos Kamar 7”, “KKN Desa Doda Dusun I”, dan “Team Maternitas” yang selalu memberikan dukungan dan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.
12. Teman-teman Perawat Angkatan XII tahun 2019 terkhususnya kelas 4A Keperawatan, terimakasih atas doa dan dukungannya selama proses penyelesaian skripsi ini.
13. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Penulis mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun demi perbaikan skripsi ini. Semoga skripsi ini memberikan manfaat bagi kemajuan ilmu pengetahuan, khususnya dibidang ilmu keperawatan.

Palu, 25 Juli 2023



Muammar

201901019

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
PERNYATAAN	ii
ABSTRAK	iii
<i>ABSTRACT</i>	iv
HALAMAN JUDUL SKRIPSI	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
PRAKATA	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Tinjauan Teori	7
B. Kerangka Konsep	25
C. Hipotesis	25
BAB III METODE PENELITIAN	26
A. Desain Penelitian	26
B. Tempat dan Waktu Penelitian	27
C. Populasi dan Sampel	27
D. Variabel Penelitian	28
E. Definisi Operasional	28
F. Instrumen Penelitian	29
G. Teknik Pengumpulan Data	30

H. Analisis Data	32
I. Bagan Alur Penelitian	34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	36
A. Gambaran Lokasi Penelitian	36
B. Hasil	36
C. Pembahasan	40
D. Keterbatasan Penelitian	48
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	49
A. Simpulan	49
B. Saran	49
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Usia Kehamilan, Pekerjaan dan Pendidikan Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Talise ( $f=15$ ) <sup>a</sup>	37
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Responden Sebelum Melakukan <i>Expressive Writing Therapy</i> ( $f=15$ ) <sup>a</sup>	38
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Responden Setelah Melakukan <i>Expressive Writing Therapy</i> ( $f=15$ ) <sup>a</sup>	39
Tabel 4.4	Pengaruh <i>Expressive Writing Therapy</i> Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dalam Menghadapi Persalinan di Puskesmas Talise ( $f=15$ ) <sup>a</sup>	39

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kerangka Konsep	25
Gambar 3.1	Desain Penelitian	26
Gambar 3.2	Bagan Alur Penelitian	34

## DAFTAR LAMPIRAN

1. Jadwal Penelitian
2. Lembar Persetujuan Etik (*Ethical Clearance*)
3. Surat Permohonan Pengambilan Data Awal
4. Surat Balasan
5. Permohonan Turun Penelitian
6. Permohonan Menjadi Responden
7. Kuesioner
8. Standar Prosedur Operasional *Expressive Writing Therapy*
9. Lembar Observasi
10. Persetujuan Responden (*Informed Consent*)
11. Surat Balasan Selesai Penelitian
12. Dokumentasi Penelitian
13. Riwayat Hidup
14. Lembar Bimbingan Proposal/Skripsi

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan sesuatu yang lumrah terjadi pada perempuan yang produktif. Beberapa perubahan akan dialami ibu hamil pada setiap masa kehamilannya, seperti perubahan fisik maupun perubahan psikologis, yang merupakan reaksi yang ibu rasakan ketika masa kehamilannya. Oleh karena itu, saat calon ibu akan menghadapi proses persalinan, ibu hamil di trimester ketiga (28-41 minggu) sering mengalami kecemasan menurut Rinata dan Gita, (2018) dalam (Retnomawati dan Fitria, 2023). Kecenderungan khawatir dan takut akan proses persalinan merupakan akibat dari perubahan psikologis yang terjadi pada akhir kehamilan (Sauliyusta dan Rekawati, 2022).

Kecemasan merupakan keadaan pikiran manusia yang penuh dengan kekhawatiran dan ketakutan tentang apa yang mungkin atau tidak mungkin terjadi. Kondisi ini merupakan salah satu gangguan psikologis ibu yang juga terjadi pada ibu hamil risiko tinggi. Ibu hamil dengan gangguan jiwa pada dasarnya akan mengalami kekhawatiran terhadap kesehatan dan kondisinya, dan ibu akan takut akibat perasaan khawatir seperti, dalam sewaktu-waktu anak akan lahir dalam kondisi yang tidak normal, atau anak tidak akan pernah lahir dan terjadi sesuatu pada anak, sama halnya juga seperti ibu hamil yang pernah melakukan aborsi, hal itu membuat lebih mudah bagi ibu untuk mengalami gangguan psikologis (kecemasan) selama masa kehamilan (Janiwarty, B., dan Pieter, 2013).

*World Health Organization* (WHO) melaporkan masalah mental terutama depresi yang dialami ibu hamil berkisar 10% dan ibu yang baru melahirkan 15% (WHO, 2020). Di beberapa negara maju di dunia seperti Ethiopia, Nigeria, Senegal, Afrika Selatan, Uganda, dan Zimbabwe beresiko tinggi mengalami gangguan psikologis (kecemasan) dengan persentase ibu hamil sebanyak 15,6% dan ibu pasca persalinan 19,8% (WHO, 2019).

Ada sekitar 373.000 ibu hamil di Indonesia mengalami kecemasan dengan persentase hingga 107.000 (28,7%) ibu hamil mengalami kecemasan menjelang persalinan (Kemenkes RI, 2018). Berdasarkan Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) terdapat 349 per 100.000 kelahiran hidup kasus Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia pada tahun 2012, kasus tersebut terbilang masih tinggi. Data statistik mencatat setiap tahunnya AKI dalam kehamilan dan persalinan mencapai 515.000 jiwa, dimana persentase di negara-negara berkembang 99%. Hal yang berkaitan dengan kehamilan merupakan pencetus kematian wanita usia subur, sekitar 20-50% terjadi di negara miskin (Kemenkes RI, 2018).

Kematian ibu meningkat dari 82 kasus pada 2018 menjadi 92 kasus pada 2019, menurut Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah. Angka kematian saat persalinan sebesar 30,9%, disebabkan meningkatnya angka kematian saat persalinan akibat lambatnya penanganan proses persalinan dan komplikasi (Dinkes Provinsi Sulteng, 2019). Sementara itu, angka kematian ibu (AKI) di Sulawesi Tengah akan meningkat dan mencapai puncaknya pada tahun 2021, dimana angka kematian ibu (AKI) tercatat sebanyak 109 kasus atau sekitar 207/100.000 kelahiran hidup (Dinkes Provinsi Sulteng, 2021)

Dinas Kesehatan Kota Palu mencatat pada tahun 2022 sasaran kontak minimal 4 kali selama masa kehamilan (K4) pada ibu hamil di seluruh puskesmas yang tersebar di kota Palu sekitar 7.727 ibu hamil dengan cakupan pelayanan 7.622 dengan persentase 98,6%, dimana berdasarkan data tersebut masih terdapat sekitar 644 ibu hamil yang belum mendapatkan pelayanan. Berdasarkan data Puskesmas Talise Kunjungan K4 di Puskesmas pada bulan Januari-Februari 2023 Talise sekitar 125 ibu hamil dengan total sasaran 895 total keseluruhan ibu hamil, dan tercatat kunjungan ibu primigravida pada bulan Januari-Mei berjumlah 98 ibu hamil (Dinkes Kota Palu, 2022).

Di Kota Palu sendiri berdasarkan Data Dinas Kesehatan pada tahun 2017 angka kematian ibu hamil (AKI) terbilang masih sangat tinggi dimana pada tahun 2017 tercatat 11 kematian dari 7.053 kelahiran hidup atau sekitar 156/100.000 kelahiran hidup kejadian tersebut diakibatkan karena komplikasi

selama kehamilan dan persalinan dimana sekitar 90% kasus diakibatkan perdarahan, infeksi dan eklampsia (Dinkes Kota Palu, 2022).

Berdasarkan beberapa riset, kecemasan dan depresi pada ibu hamil sekitar 7-20% di negara maju, lebih dari 20% di negara berkembang. Jumlah keseluruhan persentase ansietas saat hamil di beberapa negara yaitu Bangladesh 18%, China 20,6% dan Pakistan 18%. Berdasarkan sebuah riset yang dilakukan di Indonesia, sekitar 28,7% ibu hamil mengalami kecemasan selama trimester III (Puspitasari dan Wahyuntari, 2020).

Janiwarty dan Pieter (2013) mengatakan bahwa kecemasan dan gangguan psikologis lainnya selama kehamilan merupakan salah satu masalah selama kehamilan, dan ibu hamil yang belum siap melahirkan akan lebih cemas dan menunjukkan perilaku diam bahkan sampai menangis. Hal ini tentunya tidak jauh berbeda dengan rasa cemas saat persalinan, yang juga dapat menimbulkan reaksi negatif terhadap kondisi ibu, hingga menimbulkan perdarahan, rasa sakit yang luar biasa, rasa takut, bahkan menjadi penyebab kematian ibu dan janin saat proses persalinan. (Abdullah, Ikraman dan Harlina, 2021).

Riset yang dilakukan oleh Siregar *dkk.* (2021) menunjukkan bahwa ansietas paling banyak ditemukan dengan ibu primipara sebab hal tersebut adalah kehamilan pertama mereka. Banyak ibu hamil, terutama ibu yang baru pertama kali melahirkan, mengalami kecemasan karena takut dengan fase persalinan yang dihadapinya, menurut Rinata dan Andayani, (2018). Ketakutan ini dipicu karena cerita-cerita seram dan mitos yang berasal kerabat atau teman tentang pengalaman yang menimbulkan kecemasan berlebihan saat hamil dan melahirkan

Menurut penelitian, risiko terjadinya preeklamsia pada ibu hamil dengan kecemasan akan meningkat sebanyak 7,84 kali, jika ibu hamil dengan preeklamsia mengalami kecemasan, pasti akan memperberat preeklamsianya. Kecemasan atau stres akibat preeklamsia pada ibu hamil, jika tidak ditangani, dapat berdampak pada kesejahteraan ibu dan bayi (Nisa dan Mustikarani, 2022). Oleh karena itu, kecemasan ibu hamil menjelang persalinan harus

disikapi dengan baik agar tidak membahayakan kehamilan (Vidayanti dan Pratiwi, 2019).

Perawatan untuk kecemasan kehamilan bervariasi, pendekatan non-obat seperti terapi menulis adalah salah satu cara untuk mengatasi kecemasan. Terapi menulis adalah seni mengungkapkan emosi melalui tulisan. Pendekatan konseling ini mengubah perasaan yang tidak jelas dan tidak berdasar menjadi kata-kata yang bermakna dan meningkatkan kesadaran akan ketakutan dalam hidup (Montazeri *et al.* 2020).

Rihiantoro *dkk.* (2019) menyatakan bahwa terdapat banyak pendekatan yang digunakan untuk mengurangi ansietas terhadap pasien, antara lain: menggunakan obat-obatan, pendekatan dengan *support*, dan terapi psikologis. *Expressive Writing Therapy* tergolong dalam terapi psikologis sebab memakai modul selaku sarana untuk mengungkapkan rasa cemas. Sebuah studi terdahulu menunjukkan efek *Expressive Writing Therapy* pada tingkat ansietas. Berdasarkan riset Montazeri *et al.* (2020) tentang *The Effect of Writing Therapy on Anxiety in Pregnant Women*, menunjukkan bahwa terapi menulis memberikan efek yang sangat positif dalam menurunkan kecemasan pada ibu hamil, dan rata-rata skor kecemasan pada kelompok intervensi lebih rendah secara signifikan dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 13 Maret 2023 di Poli KIA Puskesmas Talise terhadap 5 orang ibu hamil, 4 ibu hamil mengatakan merasa cemas saat akan menghadapi persalinan, dimana berdasarkan pertanyaan yang diajukan ibu hamil merasa mudah tersinggung, takut akan pikirannya sendiri dan merasakan firasat buruk. Hal ini disebabkan karena ibu hamil termasuk dalam kategori *Primigravida* atau kehamilan yang pertama kali dan memasuki kehamilan Trimester III. Sedangkan 1 orang lainnya mengatakan tidak merasa cemas, hal tersebut dikarenakan kehamilan ibu tersebut masih memasuki trimester ke II dimana ibu hamil dengan kategori ini cenderung belum merasakan kecemasan yang berlebih dikarenakan ibu belum dekat dengan masa menghadapi persalinannya.

Berdasarkan masalah diatas maka, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh *Expressive Writing Therapy* Terhadap Tingkat

Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Dalam Menghadapi Persalinan di Puskesmas Talise”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh *Expressive Writing Therapy* terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan di Puskesmas Talise?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan umum dilakukan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh *Expressive Writing Therapy* terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan di Puskesmas Talise.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diidentifikasi kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan di Puskesmas Talise sebelum diberikan *expressive writing therapy*.
- b. Diidentifikasi kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan di Puskesmas Talise setelah diberikan *expressive writing therapy*.
- c. Dianalisis pengaruh *Expressive Writing Therapy* terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan di Puskesmas Talise.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Ilmu Pengetahuan**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sumber informasi untuk kegiatan penelitian dan pengembangan ilmu pengetahuan, atau sebagai bahan bacaan, guna menambah wawasan dan ilmu pengetahuan

terkhususnya dalam hal yang berkaitan dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan.

**2. Bagi Masyarakat**

Penelitian ini kiranya dapat menambah wawasan dan juga ilmu pengetahuan tentang pengaruh *Expressive Writing Therapy* terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan agar bisa diterapkan pada anggota keluarga terkhususnya ibu hamil yang mengalami kecemasan saat menghadapi persalinan.

**3. Bagi Instansi Tempat Meneliti**

Penelitian ini kiranya dapat menjadi bahan informasi dan masukan bagi Puskesmas Talise tentang pengaruh *Expressive Writing Therapy* terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan sehingga ibu hamil yang mengalami kecemasan mampu mengatasi kecemasannya dengan baik.