

stres, berhubungan erat dengan berbagai faktor, seperti faktor ekonomi, keluarga, sosial, lingkungan, dan ras/ etnis, karena hampir setengah wanita yang sedang hamil mengalami stres sedang hingga berat selama kehamilan (Husain, N dan Chaudhry, 2007). Beberapa stressor yang umumnya mempengaruhi wanita dalam kehamilan di seluruh dunia adalah energi yang rendah, kondisi kerja yang tidak menyenangkan, tanggung jawab keluarga dan rumah tangga yang berat, ketegangan dalam hubungan intim, dan komplikasi kehamilan (Schetter, C & Tanner, L., 2012).

Penelitian ini menjabarkan bahwa tiap trimester kehamilan mengalami tingkat stres yang berbeda, mulai dari stres ringan, sedang, hingga berat. Pada trimester I yang terdiri dari 42 orang ibu hamil, 62%, menyatakan bahwa mereka dalam taraf tingkat stres yang sedang. Artinya, masa kehamilan pada trimester I sangat perlu diperhatikan oleh orang-orang yang ada di sekitarnya, terutama keluarga maupun pasangannya. Hal ini dikarenakan pada kehamilan trimester I sering dianggap sebagai masa penyesuaian menerima perubahan fisik maupun psikologisnya bahwa ia sedang hamil. Sering kali ibu hamil mengalami perasaan sedih dan kecewa pada dirinya sendiri (Ramadani & Sudarmiati, 2013), maupun dihubungkan dengan *morning sick* yang dapat mengganggu aktivitas ibu hamil sehari-hari, seperti mual, muntah, dan enggan untuk makan.

Trimester awal kehamilan merupakan suatu penentuan serta mengkhawatirkan dari penantian (Nirwana, 2011), seperti mencari tahu tanda-tanda kehamilan agar dapat memastikan bahwa dirinya hamil. Para wanita hamil banyak mengalami stres maupun ketakutan pada fase ini, seperti perubahan fisik yang terjadi pada dirinya, bahkan psikologisnya pun ikut terguncang, jika ada pengalaman masa lalu yang membuatnya cemas. Menurut Burnasrd (1991), stres selama masa reproduksi dapat dihubungkan dengan tiga aspek, yaitu stres di dalam individu, stres yang disebabkan pihak lain, dan stres yang disebabkan oleh penyesuaian terhadap tekanan sosial. Stres yang terjadi dalam diri sendiri bisa disebabkan oleh adanya kegelisahan terhadap kemampuan beradaptasi dengan kejadian kehamilannya.

Hal tersebut, berbanding terbalik dengan masa kehamilan di trimester II. Sebanyak 50% menyatakan bahwa ketika masa kehamilan di trimester II ini, mereka merasa senang,