

GAMBARAN KEJADIAN MOMNESIA PADA IBU HAMIL DI KABUPATEN INDRAMAYU

OVERVIEW OF THE INCIDENCE MOMNESIA IN PREGNANT WOMEN IN INDRAMAYU DISTRICT

Yati Nurhayati, Purwandyarti Apriliani, Meran Dewina

Dosen Program Studi Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indramayu

E-mail: purwandyapril@gmail.com HP: 082317812535

ABSTRACT

Background : Momnesia is memory problems in pregnant women. Incidence Momnesia during pregnancy, one of the reasons is hormonal changes. The emotional changes that occur during pregnancy, the concept of preparing for parents triggers a psychological response and introspection. Research by Debra et al shows that there are cognitive changes during preconception, as well as various cognitive disorders momnesia during pregnancy. The novelty of this study, there are not many studies regarding the incidence of momnesia in pregnant women in Indonesia. The purpose of this study was to know the number of pregnant women who experience momnesia in Indramayu.

Method : This study conducted using a descriptive methods with subjects were pregnant women who live in the Margadadi Health Center and Pasekan Public Health Center who are fulfilling the inclusion and exclusion criteria, from March to September 2020 by purposive sampling. This research has received ethical approval from STIKes BTH Tasikmalaya N0.030/kepk-bth/VI/2020.

Results : The results, found that 129 out of 138 pregnant women not experienced symptoms of momnesia in Indramayu.

Conclusion : The conclusion of this study is 93,48% of pregnant women not have symptoms of momnesia in Indramayu.

Keywords: pregnant women, momnesia.

ABSTRAK

Momnesia merupakan penurunan daya ingat pada ibu hamil. Perubahan kognitif berubah selama kehamilan, salah satu penyebabnya perubahan hormon. Perubahan emosional yang terjadi selama kehamilan, konsep mempersiapkan orang tua memicu respons psikologis dan introspeksi diri. Penelitian debra dkk menunjukan bahwa terdapat perubahan kognitif selama prakonsepsi, serta berbagai gangguan kognitif momnesia selama kehamilan. Kebaruan penelitian ini, belum banyak penelitian mengenai kejadian momnesia pada ibu hamil di Indonesia. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui jumlah ibu hamil yang mengalami momnesia di Kabupaten Indramayu.

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian deskriptif. Subyek dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang bertempat tinggal di Wilayah Kerja Puskesmas Margadadi dan Wilayah Kerja Puskesmas Pasekan. Teknik pengambilan sampel dengan purposive sampling. Waktu penelitian bulan Maret-November 2020. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik dari STIKes BTH Tasikmalaya N0.030/kepk-bth/VI/2020.

Hasil Penelitian didapatkan 129 dari 138 ibu hamil tidak mengalami gejala momnesia di Wilayah kabupaten Indramayu.

Simpulan penelitian ini adalah 93,48% ibu hamil tidak mengalami gejala momnesia di Wilayah Kabupaten Indramayu.

Kata Kunci : Ibu hamil, momnesia.

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu hal yang normal yang akan dialami oleh seorang ibu yang sudah menikah, kehamilan juga merupakan satu fase yang membahagiakan bagi ibu dan pasangannya. Kehamilan juga bisa merupakan suatu kondisi dimana ibu akan rentan mengalami stress, hal ini di akibatkan oleh terjadinya perubahan fisiologi tubuh dan fungsi metabolisme pada kehamilan.

Adaptasi psikologis selama kehamilan pada ibu hamil memerlukan waktu untuk beradaptasi terhadap berbagai perubahan yang terjadi, beberapa perubahan psikologis pada ibu hamil menimbulkan ketidaknyamanan pada ibu hamil.

Pregnancy brain atau *momnesia* pada ibu hamil merupakan penurunan daya ingat selama hamil. Penelitian analisis yang dilakukan oleh Davies dkk 2018 mencakup total 709 wanita hamil dan 521 wanita yang tidak hamil, menunjukkan bahwa dibandingkan dengan wanita yang tidak hamil, ibu hamil memiliki kemampuan daya ingat dan fokus perhatian yang kurang baik, serta kurang mampu dalam pengambilan keputusan dan menyusun perencanaan kegiatan, perlu adanya peran dukungan keluarga.

Penurunan daya ingat pada ibu hamil dapat terjadi selama awal kehamilan selanjutnya diakhiri kehamilan keluhan tersebut mengalami penurunan. Aktivitas pada ibu hamil yang *multi-tasking* dapat menyebabkan momnesia pada ibu hamil.

Puskesmas di wilayah kerja Kabupaten Indramayu yang memiliki cakupan ibu hamil yang paling banyak berada di Puskemas Margadadi dan Puskesmas Pasekan yang mewakili Puskesmas di Indramayu.

Kebaruan penelitian ini, belum banyak penelitian mengenai kejadian momnesia pada ibu hamil di Indonesia.

Penelitian ini merupakan data informasi penelitian baru yang dilakukan di kabupaten Indramayu untuk meningkatkan pendidikan kesehatan mengenai keluhan momnesia pada ibu hamil.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui jumlah ibu hamil yang mengalami momnesia di Kabupaten Indramayu.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *descriptive methods*. Subyek dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang berdomisili di Wilayah Kerja Puskesmas Margadadi dan Wilayah Kerja Puskesmas Pasekan. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah dengan *purposive sampling*.

Teknik pengambilan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner *via online* saat masa pandemi covid19 yang sebelumnya telah dilakukan validasi *content*. Kuesioner dibagikan atas koordinasi dengan kepala puskesmas, bidan desa serta petugas lapangan yang membantu dalam pengumpulan data.

Kuesioner terdiri dari 11 pertanyaan yang memenuhi pertanyaan yang mewakili faktor yang mempengaruhi terjadinya kejadian momnesia pada ibu hamil.

Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik dari STIKes BTH Tasikmalaya N0.030/kepk-bth/VI/2020.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian ini menyajikan gambaran tentang kejadian momnesia pada ibu hamil di Wilayah Puskesmas Margadadi dan Puskesmas Pasekan. Penelitian dilakukan pada bulan Mei sampai dengan September 2020.

Sampel dalam penelitian ini adalah ibu hamil di wilayah Puskesmas Margadadi dan Puskesmas Pasekan sebanyak 138 orang.

Tabel 1. Gambaran Kejadian Momnesia pada Ibu Hamil

Kategori	F	%
Momnesia	9	6,52
Tidak Momnesia	129	93,48
N	138	100

Berdasarkan tabel 1, didapatkan dari jumlah responden ibu hamil adalah dari 138 responden ibu hamil di wilayah Indramayu, didapatkan 129 (93,48%) ibu hamil tidak mengalami/ teridentifikasi mengalami momnesia hanya 9 (6,52%) ibu hamil yang mengalami/ teridentifikasi mengalami momnesia.

Data-data responden diperoleh melalui kuesioner dianalisis secara univariat. Data responden adalah seluruh responden yang memenuhi kriteria inklusi dengan permasalahan yang diidentifikasi. Hasil penelitian yang akan dijelaskan mengenai ibu hamil yang mengalami momnesia berdasarkan teori momnesia berdasarkan 5 faktor diantaranya faktor usia kehamilan, perubahan emosi, penurunan daya ingat, pola istirahat, aktivitas fisik terdapat 9 responden yang memenuhi kriteria tersebut sesuai hasil pengisian kuesioner.

PEMBAHASAN

Momnesia merupakan penurunan daya ingat yang dialami oleh ibu hamil. Jane Martin, MD, berpendapat momnesia dapat terjadi pada ibu hamil yang kualitas waktu tidurnya kurang dan ibu hamil memiliki aktivitas *multitasking* sehingga membuat ingatan tidak tajam atau mengalami lupa.

Helen Christensen, PhD, berpendapat momnesia terjadi saat kehamilan namun tidak ada kaitan dengan perubahan kapasitas otak. Menurut Helen, penurunan memori atau lupa merupakan kejadian fisiologis jika terjadi pada ibu hamil yang mengalami aktivitas fisik yang banyak, stres, ataupun kualitas waktu tidur

yang kurang. Penelitian Bun menyatakan momnesia dapat bertahan hingga satu tahun setelah melahirkan, tapi, banyak juga ibu-ibu yang mulai mengalami perbaikan begitu beradaptasi dengan kehamilannya.

Ibu hamil yang mengalami *pregnancy brain* melaporkan mengalami gangguan ingatan, masalah fokus, kecemasan serta mengganggu kemampuan ibu hamil untuk berkonsentrasi.

Kejadian momnesia pada ibu hamil dipengaruhi faktor-faktor berikut :

1. Usia Kehamilan

Wanita selama kehamilannya memerlukan waktu untuk beradaptasi dengan berbagai perubahan yang terjadi dalam dirinya. Perubahan yang terjadi selama kehamilan umumnya menimbulkan ketidaknyamanan dan kekhawatiran bagi sebagian besar ibu hamil.

Louann Brizendine, MD mengatakan selama kehamilan progesteron dan estrogen meningkat 15 sampai 40 kali lebih banyak. Penurunan daya ingat pada ibu hamil dimulai selama awal kehamilan selanjutnya diakhir kehamilan keluhan tersebut mengalami penurunan.

2. Pola Istirahat

Penelitian Liora Kempler, ada hubungan yang signifikan antara gangguan tidur, gangguan psikologis serta suasana hati yang mempengaruhi fokus perhatian pada ibu hamil. Jane Martin, MD, berpendapat momnesia dapat terjadi pada ibu hamil yang memiliki kualitas waktu tidur yang tidak cukup serta pada ibu hamil yang memiliki kegiatan *multitasking*. Menurut Helen, momnesia juga terjadi pada ibu hamil yang memiliki kualitas waktu tidur yang kurang.

3. Aktivitas Fisik

Menurut Helen, momnesia juga terjadi pada ibu hamil yang mengalami aktivitas fisik atau kesibukan dalam bekerja.

4. Dukungan Suami/Keluarga

Dukungan sosial memberikan kenyamanan fisik maupun psikologis bahwa individu memerlukan untuk dicintai, diperhatikan, dihargai oleh orang lain.

Selama kehamilan, ibu hamil akan mengalami perubahan fisik maupun psikologi. Ibu hamil memerlukan adaptasi pada setiap perubahan yang terjadi serta memerlukan dukungan dari keluarga. Bentuk dukungan suami dan keluarga selama kehamilan dapat mengurangi kejadian momnesia pada ibu hamil.

5. Efikasi Diri

Ibu hamil memerlukan keterampilan untuk percaya pada kemampuannya untuk mempertahankan kehamilan yang sehat. Efikasi diri berdampak pada kemampuan ibu hamil dalam memotivasi diri dan berprilaku untuk menghadapi masalah yang dialami. Dengan meningkatkan efikasi diri pada ibu hamil dapat mengurangi gejala penurunan daya ingat pada ibu hamil.

SIMPULAN

Simpulan penelitian ini adalah 93,48% ibu hamil tidak mengalami gejala momnesia di Wilayah Kabupaten Indramayu.

DAFTAR PUSTAKA

World Health Organization. 2018. World Health Statistic Report. World Health Organization

Wagey, Fw. et al. 2011. *Pregnancy exercise reduce oxidative damage in pregnant women.* (35) 57.
[Http://digitaljournals.org/1012/1241/1/pb.pdf](http://digitaljournals.org/1012/1241/1/pb.pdf)

Walangadi, Nn et al. 2014. *Hubungan pengetahuan ibu hamil primigravida trimester III dengan tingkat kecemasan ibu menghadapi persalinan di poli KIA Puskesmas Tumining.* unsrat.ac.id

Rekha Kumari. *Baby Brain or Pregnancy*

Brain or Momnesia. The international journal of nursing and research Vol.7, Iss 1. 2019.

Debra Rose Wilson. *Psychology of Pregnancy. International Journal of Childbirth Education;*
Minneapolis Vol. 28, Iss. 3, (Jul 2013): 4. 2013.

Stadtlander, Lee. *International Journal of Childbirth Education. Memory and Perceptual Changes during Pregnancy.* Apr 2013, Vol. 28 Issue 2, p49-53. 2013.
Brown, Elinor MD, dkk. *Pregnancy Brain. A review of cognitive changes in pregnancy and postpartum.* Obstetrical and Gynecological Survey: March 2019 - Volume 74 - Issue 3 - p 178-185.

Gattan D. 2011. *Neuro-Endocrinology Briefing 38 : A Mother's Brain Knows.* The British Society for Neuroendocrinology.

Irianti, Bayu et al. 2015. *Asuhan Kehamilan Berbasis Bukti.* Bandung : Sagung Seto.