

## The Relationship between Striae Gravidarum and Anxiety Levels in Pregnant Women

Hubungan Striae Gravidarum dengan Tingkat Kecemasan pada Ibu Hamil

Ricda Nurhikmayanti Hamzah<sup>1\*</sup>, Sitti Nurjannah<sup>2</sup>, Sulfiana<sup>3</sup>, Mughni Wahdaniyah<sup>4</sup>, Asrida<sup>5</sup>

<sup>1,4,5</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Islam Makassar

<sup>2,3</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Puangrimaggalutung

\*Corresponding Author: [ricda\\_nh@uim-makassar.ac.id](mailto:ricda_nh@uim-makassar.ac.id)

Received: 07-05-2026; Revised: 27-05-2026, Accepted: 01-06-2026

### ABSTRAK

Kehamilan menyebabkan berbagai perubahan fisik dan psikologis pada ibu hamil, salah satunya *striae gravidarum* yang dapat memengaruhi *body image* dan menimbulkan kecemasan (Lestari & Rahmawati, 2020). Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara *striae gravidarum* dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil di Puskesmas Mootilango tahun 2026. Penelitian menggunakan desain analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian sebanyak 68 ibu hamil yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian berupa lembar observasi dan kuesioner. Data dianalisis menggunakan uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil tanpa *striae gravidarum* sebagian besar tidak mengalami kecemasan (44,4%). Pada kelompok *striae gravidarum* ringan sebagian besar mengalami kecemasan ringan (40,0%), sedangkan pada *striae gravidarum* sedang sebagian besar mengalami kecemasan sedang (44,4%). Pada kelompok *striae gravidarum* berat sebagian besar mengalami kecemasan berat (75,0%). Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai  $p < 0,001$  yang berarti terdapat hubungan signifikan antara *striae gravidarum* dengan tingkat kecemasan ibu hamil. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa semakin berat *striae gravidarum*, maka tingkat kecemasan ibu hamil cenderung meningkat.

**Kata kunci:** *striae gravidarum*; kecemasan; ibu hamil; *body image*

### ABSTRACT

Pregnancy is a physiological process involving various physical and psychological changes in women. One common physical change is *striae gravidarum*, which may affect *body image* and contribute to anxiety among pregnant women (Lestari & Rahmawati, 2020). This study aimed to determine the relationship between *striae gravidarum* and anxiety levels among pregnant women at Puskesmas Mootilango in 2026. This study employed an analytical observational design with a cross-sectional approach. A total of 68 pregnant women were selected using a purposive sampling technique. Data were collected using observation sheets and structured questionnaires and were analyzed using the Chi-Square test. The results showed that pregnant women without *striae gravidarum* were mostly not anxious (44.4%). In the mild *striae gravidarum* group, most respondents experienced mild anxiety (40.0%), while in the moderate *striae gravidarum* group, most respondents experienced moderate anxiety (44.4%). Meanwhile, most respondents in the severe *striae gravidarum* group experienced severe anxiety (75.0%). The Chi-Square test showed a  $p$ -value of  $< 0.001$ , indicating a significant relationship between *striae gravidarum* and anxiety levels among pregnant women. In conclusion, more severe *striae gravidarum* was associated with higher anxiety levels among pregnant women. Therefore, healthcare providers are expected to provide education and psychological support during pregnancy.

**Keywords:** *striae gravidarum*; anxiety; pregnant women; *body image*



This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.

## 1. PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan proses fisiologis yang melibatkan berbagai perubahan kompleks baik secara fisik, hormonal, maupun psikologis. Perubahan ini merupakan bentuk adaptasi tubuh ibu terhadap pertumbuhan janin. Secara fisik, ibu hamil mengalami peningkatan berat badan, perubahan bentuk tubuh, serta perubahan pada kulit seperti *striae gravidarum* yang disebabkan oleh peregangan jaringan kulit dan perubahan hormon yang memengaruhi elastisitas kulit (Handayani & Fitriani, 2019; Pratiwi & Kurniawati, 2022).

*Striae gravidarum* merupakan perubahan pada kulit yang cukup sering dialami selama masa kehamilan. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa lebih dari separuh ibu hamil mengalami kondisi ini,

terutama pada trimester kedua dan ketiga kehamilan (Pratiwi & Kurniawati, 2022). *Striae gravidarum* umumnya muncul pada bagian abdomen, payudara, paha, dan bokong akibat peregangan kulit yang disertai perubahan hormonal selama kehamilan.

Selain perubahan fisik, ibu hamil juga rentan mengalami masalah psikologis, kecemasan menjadi salah satu masalah. Berdasarkan World Health Organization (WHO), gangguan kecemasan selama kehamilan dialami oleh sekitar 10–20% ibu hamil. Di Indonesia, kecemasan pada ibu hamil masih cukup sering ditemukan, khususnya pada trimester akhir menjelang persalinan (Wulandari & Handayani, 2020).

*Striae gravidarum* merupakan kondisi yang umum terjadi pada ibu hamil dan seringkali menimbulkan ketidaknyamanan, terutama terkait dengan aspek estetika. Meskipun tidak berbahaya secara medis, perubahan ini dapat memengaruhi persepsi ibu terhadap citra tubuhnya (*body image*). Ketidakpuasan terhadap citra tubuh selama kehamilan diketahui berhubungan dengan gangguan psikologis seperti kecemasan dan penurunan kepercayaan diri (Lestari & Rahmawati, 2020; Rahma & Putri, 2021).

Kecemasan pada ibu hamil merupakan suatu kondisi psikologis yang lumrah dijumpai, terutama pada masa kehamilan trimester II hingga III. Hal tersebut ditentukan oleh beragam faktor, di antaranya kondisi perubahan kondisi fisik, pengalaman selama kehamilan, serta kekhawatiran mengenai proses persalinan dan kondisi janin. Hasil penelitian mengindikasikan bahwa kecemasan yang tidak ditangani secara optimal berpotensi mempengaruhi kesehatan ibu dan janin, seperti gangguan tidur, penurunan nafsu makan, serta peningkatan risiko komplikasi kehamilan (Wulandari & Handayani, 2020; Dewi & Susanti, 2021).

Selain faktor fisik dan medis, aspek psikososial juga memiliki peran penting dalam menentukan tingkat kecemasan ibu hamil. Dukungan keluarga, tingkat pendidikan, serta pengetahuan ibu tentang kehamilan dapat menjadi faktor protektif dalam mengurangi kecemasan (Fitriani & Hidayah, 2020; Yuliani & Sari, 2021). Sebaliknya, kurangnya dukungan dan informasi dapat meningkatkan kerentanan ibu terhadap gangguan emosional selama kehamilan.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa perubahan fisik selama kehamilan, khususnya yang berkaitan dengan penampilan, dapat memengaruhi kondisi psikologis ibu. Perubahan tersebut dapat memicu stres emosional yang kemudian berkembang menjadi kecemasan (Astuti & Wahyuni, 2018; Sari & Putri, 2019). Hal ini menunjukkan adanya keterkaitan antara kondisi fisik dan psikologis selama masa kehamilan.

Penelitian mengenai kecemasan pada ibu hamil telah banyak dilakukan, namun sebagian besar lebih berfokus pada faktor usia, paritas, dan kesiapan persalinan (Sari & Putri, 2019; Wulandari & Handayani, 2020). Penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan perubahan fisik berupa *striae gravidarum* dengan tingkat kecemasan ibu hamil masih terbatas, terutama pada pelayanan kesehatan tingkat pertama (Lestari & Rahmawati, 2020). Selain itu, penelitian ini dilakukan di Puskesmas Mootilango dengan karakteristik responden yang berbeda dari penelitian sebelumnya, sehingga diharapkan dapat memberikan gambaran baru mengenai keterkaitan kondisi fisik dan psikologis ibu hamil dalam pelayanan antenatal.

Penelitian bertujuan mengidentifikasi hubungan *striae gravidarum* dengan tingkat kecemasan ibu hamil. Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat meningkatkan kualitas pelayanan antenatal lebih holistik, dengan mengintegrasikan perhatian terhadap aspek fisik dan kondisi psikologis ibu hamil.

## 2. METODE PENELITIAN

Untuk penelitian ini dilakukan dengan desain observasional analitik dan pendekatan *cross sectional*, yang mana pengukuran variabel *striae gravidarum* dan tingkat kecemasan dilakukan secara simultan. Pelaksanaan penelitian dilakukan di Puskesmas Mootilango pada bulan Januari hingga Februari tahun 2026. Populasi ini terdiri dari seluruh ibu hamil trimester II dan III yang sedang menjalani pemeriksaan kehamilan di puskesmas. Sampel penelitian ini terdiri dari 68 responden yang diperoleh dengan teknik *purposive sampling* dimana kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditentukan. Kriteria meliputi meliputi ibu hamil trimester II dan III, kesediaan untuk berpartisipasi sebagai responden, kemampuan komunikasi yang memadai, serta kehadiran pada saat pelaksanaan penelitian. Responden yang menolak untuk melanjutkan keikutsertaan maupun yang melengkapinya kuesioner secara tidak penuh yang ditetapkan sebagai kriteria eksklusi. Variabel independen dalam penelitian ini adalah *striae gravidarum*, sementara variabel dependennya adalah tingkat kecemasan ibu hamil. Pengumpulan data dilaksanakan di Puskesmas Mootilango pada bulan Januari 2026. Instrumen penelitian meliputi lembar observasi serta kuesioner terstruktur.

Lembar observasi digunakan untuk menilai tingkat *striae gravidarum* yang dikategorikan menjadi tidak ada, ringan, sedang, dan berat berdasarkan kondisi kulit pada area abdomen, paha, dan payudara. Penilaian tingkat kecemasan dilaksanakan dengan menggunakan kuesioner yang disesuaikan berdasarkan Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). Instrumen tersebut meliputi 14 butir pertanyaan yang menggunakan skala Likert 0–4. Total skor kemudian dikelompokkan ke dalam kelompok empat, yakni tidak cemas, kecemasan ringan, kecemasan sedang, dan kecemasan berat.

### 3. HASIL

#### 3.1. Analisis Univariat

**Tabel. 1 Karakteristik Responden (N=68)**

Karakteristik	Kategori	n	%
Usia	< 20 tahun	6	8,8
	20–35 tahun	50	73,5
	> 35 tahun	12	17,7
Pendidikan	Dasar	12	17,6
	Menengah	42	61,8
	Tinggi	14	20,6
Pekerjaan	Bekerja	22	32,4
	Tidak bekerja	46	67,6
Gravida	Primigravida	36	52,9
	Multigravida	32	47,1

Berdasarkan karakteristik responden, sebagian ibu hamil di usia 20–35 tahun (73,5%), memiliki tingkat pendidikan menengah (61,8%), tidak memiliki pekerjaan (67,6%), dan merupakan primigravida (52,9%).

**Tabel. 2 Distribusi Variabel Distribusi *Striae Gravidarum***

Kategori	N	%
Tidak ada	18	26,5
Ringan	20	29,4
Sedang	18	26,5
Berat	12	17,6
Total	68	100

Hasil penelitian 68 ibu hamil di Puskesmas Mootilango tahun 2026, sebagian besar responden mengalami *striae gravidarum* dalam kategori ringan yaitu sebanyak 20 orang (29,4%), diikuti kategori tidak ada dan sedang sebanyak 18 orang (26,5%), serta kategori berat sebanyak 12 orang (17,6%).

**Tabel 3. Distribusi Tingkat Kecemasan**

Kategori	N	%
Tidak cemas	14	20,6
Ringan	20	29,4
Sedang	18	26,5
Berat	16	23,5
Total	68	100

Pada variabel tingkat kecemasan, Sebagian ibu hamil dengan kategori mengalami kecemasan ringan sebanyak 20 orang(29,4%), untuk kecemasan sedang sebanyak 18 orang(26,5%), lalu untuk kecemasan dengan Tingkat berat sebanyak 16 orang(23,5%), dan tidak cemas sebanyak 14 orang(20,6%).

#### 3.2. Analisis Bivariat

**Tabel 4. Hubungan *Striae Gravidarum* dengan Tingkat Kecemasan pada Ibu Hamil**

<i>Striae Gravidarum</i>	Tidak Cemas	Ringan	Sedang	Berat	Total
Tidak ada	8	6	3	1	18
Ringan	4	8	6	2	20
Sedang	2	4	8	4	18
Berat	0	2	1	9	12
<b>Total</b>	<b>14</b>	<b>20</b>	<b>18</b>	<b>16</b>	<b>68</b>

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil tanpa *striae gravidarum* sebagian besar tidak mengalami kecemasan (44,4%). Pada kelompok *striae gravidarum* ringan, mayoritas mengalami kecemasan ringan (40,0%), sedangkan pada kelompok *striae gravidarum* sedang mayoritas mengalami kecemasan sedang (44,4%). Sementara itu, sebagian besar ibu hamil dengan *striae gravidarum* berat mengalami kecemasan berat (75,0%). Hasil analisis uji *Chi-Square* menghasilkan nilai probabilitas ( $p$ ) $<0,001$ , dimana mengindikasikan adanya hubungan antara *striae gravidarum* dengan tingkat kecemasan yang ibu rasakan selama hamil.

#### 4. DISKUSI

Berdasarkan penelitian ini ditemukan hubungan signifikan *striae gravidarum* dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil. Hasil analisis uji *Chi-Square* ditemukan nilai probabilitas ( $p$ ) $<0,001$ , yang mengindikasikan adanya hubungan antara *striae gravidarum* dan tingkat kecemasan pada ibu hamil di Puskesmas Mootilango tahun 2026 ( $p = 0,001$ ;  $p < 0,05$ ). Temuan ini mengindikasikan bahwa *striae gravidarum* sebagai salah satu perubahan fisik selama kehamilan berhubungan dengan tingkat kecemasan yang dialami ibu hamil.

Kecemasan pada ibu hamil cenderung meningkat dengan bertambahnya derajat *striae gravidarum* yang dialami. Kondisi ini dapat dijelaskan melalui teori *body image* yang menyatakan bahwa perubahan bentuk tubuh dan penampilan fisik selama kehamilan dapat memengaruhi persepsi diri serta kondisi psikologis ibu. Munculnya *striae gravidarum* sering dianggap mengurangi penampilan fisik sehingga dapat menimbulkan rasa tidak nyaman, dan kurang percaya diri.

Temuan ini saling terikat dengan penelitian Lestari dan Rahmawati (2020) yang menunjukkan bahwa perubahan citra tubuh selama kehamilan berhubungan dengan peningkatan kecemasan pada ibu hamil. Hasil ini juga didukung oleh Chang et al. (2017) yang menyatakan bahwa perubahan fisik selama kehamilan dapat memengaruhi kondisi psikologis ibu.

Selain itu, ibu hamil yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai perubahan fisiologis selama kehamilan cenderung lebih mampu menerima perubahan tubuh yang dialami sehingga tingkat kecemasannya lebih rendah. Sebaliknya, kurangnya pemahaman mengenai *striae gravidarum* dapat menyebabkan ibu menganggap kondisi tersebut sebagai masalah yang serius dan memicu munculnya kecemasan.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, diantaranya penelitian hanya dilakukan pada satu fasilitas pelayanan kesehatan dengan jumlah responden yang terbatas. Selain itu, penggunaan desain *cross sectional* menyebabkan hubungan sebab akibat antara *striae gravidarum* dan tingkat kecemasan tidak dapat dijelaskan secara menyeluruh. Diharapkan Penelitian berikutnya dapat melibatkan banyak sampel dengan jumlah lebih besar dengan mempertimbangkan berbagai faktor lain yang berpotensi memengaruhi tingkat kekhawatiran pada ibu hamil.

Jika dikaitkan kondisi di Puskesmas Mootilango, penelitian ini mengungkapkan bahwa kondisi psikologis ibu hamil masih memerlukan perhatian lebih dalam konteks pelayanan kesehatan. Tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai perubahan selama kehamilan dapat berdampak pada cara mereka menyikapi kondisi yang dialami. Ibu hamil yang memiliki tingkat pengetahuan yang memadai cenderung lebih mampu beradaptasi dengan perubahan fisik dan psikologis.

Selain faktor perubahan fisik, kecemasan pada ibu hamil juga dipengaruhi oleh faktor lain seperti dukungan keluarga, pengalaman kehamilan sebelumnya, serta kondisi sosial ekonomi. Dukungan yang baik dari keluarga dapat membantu ibu dalam menghadapi perubahan selama kehamilan, sehingga dapat menurunkan tingkat kecemasan. Penelitian Fitriani dan Hidayah (2020) yang menyatakan bahwa dukungan keluarga berperan sebagai faktor protektif terhadap kecemasan ibu hamil sejalan dengan penelitian ini.

#### 5. KESIMPULAN

Berdasarkan temuan penelitian yang dilaksanakan di Puskesmas Mootilango tahun 2026, di ambil kesimpulan dimana adanya hubungan antara *striae gravidarum* dan kecemasan pada ibu hamil. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat keparahan *striae gravidarum*, semakin meningkat pula kecemasan yang akan di alami seorang ibu hamil.

Temuan menunjukkan adanya perubahan fisik selama kehamilan akan mempengaruhi kondisi fisiologis, melainkan juga berdampak terhadap kondisi psikologis ibu hamil. Oleh karena itu, diperlukan upaya dari tenaga kesehatan untuk memberikan edukasi mengenai perubahan normal yang terjadi selama kehamilan serta memberikan dukungan emosional kepada ibu hamil agar dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan yang dialami.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas Mootilango atas pemberian izin serta dukungan yang telah diberikan selama proses pelaksanaan penelitian. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh responden serta berbagai pihak yang telah berpartisipasi dan memberikan kontribusi dalam kelancaran penelitian ini.

## REFERENSI

- Astuti, Y., & Wahyuni, S. (2018). Pengaruh perubahan fisik terhadap kondisi psikologis ibu hamil. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 5(1), 23–30.
- Chang, S. R., Chao, Y. M. Y., & Kenney, N. J. (2017). The relationship between body image and depressive symptoms in pregnant women. *Journal of Clinical Nursing*, 26(23–24), 4535–4543. <https://doi.org/10.1111/jocn.13716>
- Dewi, R. K., & Susanti, D. (2021). Gambaran tingkat kecemasan pada ibu hamil. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 9(3), 321–328.
- Fitriani, D., & Hidayah, N. (2020). Dukungan keluarga terhadap kecemasan ibu hamil. *Jurnal Kesehatan Holistik*, 4(2), 77–83.
- Handayani, L., & Fitriani, N. (2019). Perubahan fisiologis kehamilan dan dampaknya terhadap psikologis ibu. *Jurnal Midwifery*, 7(2), 98–104.
- Koh, J. S., & Park, J. H. (2018). The relationship between body image and psychological distress during pregnancy. *Journal of Affective Disorders*, 236, 286–291. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.04.083>
- Lestari, D., & Rahmawati, I. (2020). Hubungan body image dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil. *Jurnal Kesehatan*, 11(2), 134–140.
- Pratiwi, A., & Kurniawati, D. (2022). Faktor risiko terjadinya striae gravidarum pada ibu hamil. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan*, 14(1), 55–62.
- Putri, M., et al. (2024). The influence of video-based media on the knowledge of family planning acceptor mothers about the importance of family planning in the Lawawoi Health Center work area. *International Journal of Health Sciences (IJHS)*, 1000–1010.
- Rahma, A., & Putri, L. (2021). Faktor psikologis pada ibu hamil dan dampaknya terhadap kehamilan. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 10(1), 12–20.
- Sari, N., & Putri, A. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan ibu hamil menjelang persalinan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 13(1), 45–52.
- Wulandari, R., & Handayani, S. (2020). Hubungan tingkat kecemasan dengan kesiapan menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 11(2), 85–92.
- Yamaguchi, K., Sukanuma, N., & Ohashi, K. (2019). Body image changes and mental health among pregnant women. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 19(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s12884-019-2249-8>
- Yuliani, E., & Sari, M. (2021). Hubungan tingkat pengetahuan dengan kecemasan ibu hamil. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 6(1), 45–51.