

# Tinjauan Sistematis dan Meta-Analisis: Efektivitas Intervensi Cognitive Behavior Therapy (Cbt) Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil

Chalada, Sri

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=136023&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

<div style="text-align: justify;">Latar belakang: Fakta global bahwa gangguan kecemasan dan depresi semakin meningkat dari tahun ketahun. Ibu hamil termasuk kelompok rentan dengan gangguan kecemasan dan depresi karena mengalami perubahan fisik dan psikologis, serta perubahan peran dari masa kehamilan, persalinan, nifas dan kekhawatiran akan mengurus bayi, selain itu wanita 3,01 kali berisiko mengalami cemas dibandingkan pria. Studi baru-baru ini bahwa ibu hamil mengalami kecemasan 37%. Tujuan: Mengetahui efektivitas intervensi CBT untuk menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil Sumber Data: Penelusuran studi hingga oktober 2022 pada database online: Proquest, Scince Direct dan PubMed, selanjutnya melakukan penelusuran melalui sumber yang tidak di publikasikan seperti tesis dan disertasi dari Universitas Indonesia (UI) Repository. Seleksi Studi: Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah ibu hamil sebagai subyek, desain studi randomized controll trial (RCT). Originalresearch, periode studi tahun 2012 sampai dengan 2022 dan berbahasa inggris. kriteria eksklusi: ibu hamil pengguna obat psikiatri. Ekstraksi Data: Peninjau ekstraksi data dan penilai risiko bias dilakukan oleh dua orang secara independent, bila menemukan ketidkasesuaian dilakukan diskusi sampai hasil yang di sepakati dan pengecekan ulang oleh pembimbing penelitian. Hasil: Tiga studi masuk kedalam meta-analisis dengan sampel CBT (117) dan control (118). terdapat perbedaan rerata efektivitas intervensi kelompok CBT dan Kontrol pada masing-masing studi, penelitian menunjukan perbedaan yang signifikan secara statistic dan klinis dengan nilai  $Tau^2=36.85$ , efek gabungan yang diperoleh (perbedaan rata-rata = -20.84; IK 95% dari -30.06 sampai -11.62), sesuai dengan ukuran efek yang besar (4.43), setelah mengecualikan satu studi karena hasil post intervensi yang tidak signifikan ( $g(95\%CI) = 0.40 (-0.13, 0.93)$ ) dimana kondisi kontrol treat as usual (TAU) yang tidak memungkinkan untuk mengontrol layanan kesehatan (bidan, dokter, perawat maternitas) yang diakses selama masa percobaan. Pada karakteristik usia ibu dan usia kehamilan tidak signifikan setelah dilakukan analisis Kesimpulan: Studi saat ini menunjukan bahwa kecemasan ibu hamil dapat diatasi atau diturunkan melalui terapi perilaku kognitif, dibuktikan dengan hasil temuan tinjauan sistematis dan meta-analisis terdapat efektivitas intervensi CBT dari masing-masing studi penelitian, dan memiliki keefektifan yang berbeda setelah dibandingkan dengan kelompok control. Keseluruhan ada dua temuan utama: Durasi intervensi CBT (durasi jangka pendek dan jangka Panjang) efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil. Kedua populasi, CBT efektif untuk ibu hamil dengan hasil skrining positif kelainan kromosom dan riwayat infertilitas primer.</div><hr /><div style="text-align: justify;"><em> Background: It is a global fact that anxiety disorders and depression are increasing from year to year. Pregnant women are a vulnerable group with anxiety disorders and depression due to physical and psychological changes, as well as changing roles during pregnancy, childbirth, postpartum and worrying about taking care of the baby, besides women are 3.01 times more likely to experience anxiety than men. Recent studies that pregnant women experience anxiety 37%. Objective: to determine the effectiveness of CBT interventions to reduce anxiety levels in pregnant women Data Source: Search studies until October 2022 on online databases: Proquest, Science

Direct and PubMed, then carry out searches through unpublished sources such as theses and dissertations from the University of Indonesia (UI) Repository. Study Selection: Inclusion criteria in this study were pregnant women as subjects, randomized control trial (RCT) study design. Original research, study period from 2012 to 2022 and speak English. Exclusion criteria: Pregnant women who use psychiatric drugs. Data Extraction: Reviewers of data extraction and risk assessments can be carried out by two people independently, if discrepancies are found, discussions are carried out, until the results are agreed upon and re-checked by the research supervisor. Result: Three studies entered into the meta-analysis with CBT (117) and control (118) samples. there were differences in the average effectiveness of the CBT and control group interventions in each study, the study showed statistically and clinically significant differences with a Tau2 value = 36.85, the combined effect was obtained (mean difference = -20.84; 95% CI from -30.06 to -11.62), corresponding to a large effect size (4.43), after excluding one study because the postintervention outcome was not significant ( $g(95\%CI) = 0.40 (-0.13, 0.93)$ ) whereas the treat as usual (TAU) control condition was it is not possible to control the health services (midwives, doctors, maternity nurses) accessed during the trial period The characteristics of maternal age and gestational age are not significant after analysis. Conclusion: The current study shows that the anxiety of pregnant women can be overcome or reduced through cognitive behavioral therapy, as evidenced by the findings of a systematic review and meta-analysis showing the effectiveness of CBT interventions from each research study, and having different effectiveness when compared to the control group. Overall there were two main findings: The duration of the CBT intervention (short term and long term duration) was effective in reducing pregnant women's anxiety levels. In both populations, CBT is effective for pregnant women with positive screening results for chromosomal abnormalities and a history of primary infertility. Key words: effective intervention, cognitive behavioral therapy, anxiety disorders, pregnant women. &emsp; </em></div>