

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Proses kehamilan suatu proses yang dimana bertemunya sel sperma laki-laki dan sel ovum matang dari wanita yang nanti akan terjadi sebuah proses pembuahan pada sel ovum , ketika proses ini berlangsung maka terciptanya/ terjadinya suatu kehamilan pada wanita. Jika menginginkan kehamilan maka harus ada yang namanya sperma laki –laki agar terjadinya pembuahan pada ovum hasil tersebut akan terjadi konsepsi implantasi (nidasi) yaitu sebuah perlekatan atau penempelan embrio pada dinding rahim wanita , proses ini akan terjadi hingga plasentasi / sampai pembentukan plasenta. Proses pembuahan ini ada hal yang terpenting yaitu sperma dan sel ovum. Proses terjadinya pembuahan diawali dengan Sel telur diproduksi oleh indung telur atau ovarium pada wanita, pada saat terjadinya ovulasi wanita akan melepaskan sel telur yang sudah matang tersebut hal ini akan terjadi setiap bulannya dan akan ditangkap oleh rumbai- rumbai (microfilamen fimbria) akan dibawa masuk oleh rumbai ke dalam rahim proses ini akan melalui saluran telur atau yang disebut istilah medisnya tuba (*tuba fallopi*). Setelah dibawa masuk untuk masa bertahan sel ini 12- 48 jam setelah ovulasi. Pada setiap hari akan menghasilkan sperma karan yang berkerja adalah testis dan ketika akan melakukan hubungan intim atau yang disebut senggama (coitus), maka berjuta – juta sel sperma pada laki-laki yang akan masuk ke dalam rahim wanita melewati saluran sel telur guna

untuk mencari sel telur yang akan dibuahi karena yang akan dibuahi hanya satu sel telur yang terbaik. (Manuaba I, 2012).

Kehamilan adalah masa yang dimulai dari pembuahan sampai lahirnya janin dalam rahim. Usia Kehamilan dengan normal mulai dari 280 hari 40 minggu atau 9 bulan 7 hari. Pada Kehamilan akan terbagi menjadi atas 3 trimester diantaranya kehamilan trimester pertama mulai yang dimulai pada kehamilan 0-14 minggu kehamilan , kehamilan trimester kedua dimulai dari 14-28 minggu, dan kehamilan trimester ketiga mulai dari usia kehamilan 28-42 minggu (Yuli, 2017)

Lisa R & Mahdalena, P.N (2017) menarik kesimpulan bahwa masa kehamilan akan terjadi berbagai perubahan pada ibu, baik secara fisiologis maupun psikologis. Perubahan tersebut sebagian besar adalah karena pengaruh hormone. Hal ini menyebabkan ibu merasa tidak nyaman selama kehamilan dan memicu timbulnya stress yang di tandainya ibu sering merasa murung dan mencul rasa takut dan cemas. Pengaruh perubahan hormon yang berlangsung selama kehamilan juga berperan dalam perubahan emosi, membuat perasaan jadi tidak menentu, konsentrasi berkurang dan sering pusing. Hal ini menyebabkan ibu merasa tidak nyaman selama kehamilan dan memicu timbulnya stress yang di tandainya ibu sering murung. Gangguan emosi baik berupa stress atau depresi yang di alami pada kehamilan.

Menurut kamariyah, (2020) perubahan fisiologis dan psikologis selama kehamilan diantaranya nya sistem reproduksi dan payudara, sistem

kardiovaskular, sistem pernafasan , sistem perkemihan, sistem integument, sistem muskuloskeltetal, sistem neurologi, sistem pencernaan , sistem endkrin adapun perubahan psikologis pada ibu hamil trimester III ibu merasakan takut bahwa bayinya akan lahir sewaktu-waktu, sehingga ini meningkatkan kewaspadaannya akan timbulnya gejala akan terjadinya persalinan. Seorang ibu akan mulai merasa takut, mengalami cemas, dan akan merasakan sakit dan bahaya fisik yang timbul pada saat melahirkan.

Perubahan pada kehamilan diantaranya akan ada yang dinamakan perubahan psikis hal ini biasanya akan terjadi pada ibu hamil Kabupaten dimulai dengan timbul sifat rasa yang tidak percaya atau sifat merasa sedih kecewa sangat merasakan suatu penolakan, kecemas dan akan merasa sedih. Pada ibu hamil trimester ke dua biasanya terbalik dengan trimester I pada trimester ke II ini ibu akan merasakan tenang karena sudah mulai menyesuaikan dirinya atau beradaptasi dengan kehamilan yang sudah di alaminya pada trimester tiga, perubahan psikologi ibu terkesan lebih kompleks dan meningkat kembali dibanding trimester sebelumnya, dan ini tidak lain dikarenakan kondisi kehamilan yang semakin membesar.

Hampir setiap wanita mengalami kecemasan bahkan ketakutan baik itu selama hamil hal kecemasan ini akan terjadi menjelang persalinan ataupun setelah persalinan. kecemasan ini muncul ketika ibu hamil beranggapan tidak dapat menjaga kehamilannya kemudian tidak percaya diri bahwa janin yang di kandung akan tumbuh dengan baik ataupun takut akan perkembangan janinnya tidak berproses dengan baik ibu merasakan

kecemasan jika terjadi keguguran tidak bisa dalam proses persalinan takut akan sebuah proses persalinan yang dikatakan sakit bila persalinan normal, bila terjadi perobekan saat persalinan ibu merasakan cemas akan di jahit( Apliria,2010) .

Kusumawati, (2011) menarik kesimpulan pengetahuan merupakan faktor yang sangat penting terbentuknya perilaku seseorang. Penting nya ibu hamil trimester III memiliki pengetahuan agar terciptanya ketenangan pada ibu hamil sangat berpengaruh untuk mengurangi stress akibat terlalu cemas dan tidak yakin terhadap sesuatu yang dialaminya. Dengan meningkatnya pengetahuan diharapkan dapat membantu ibu untuk mengurangi stres dan meningkatkan suasana hati selama kehamilan. Ibu tidak hanya belajar, tetapi juga dapat melihat dan mengamati proses perubahan janin dari hari ke hari yang memang menarik untuk diamati (Emilia dkk, 2010). Pentingnya seorang ibu yang sedang hamil mengetahui pengetahuan *hypnobirthing* karena salah satunya metode non Farmakologis yaitu dengan cara hypnosis tanpa menggunakan obat- obatan yaitu dengan cara penyembuhan diri, berlatih relaksasi ,salah satu nya dengan cara self hypnosis, untuk mencapai ketenangan sehingga seorang ibu hamil tersebut mampu mengharmonisasikan antara diri ( badan, batin, energy) dengan lingkungan (alam dan relasi ) dan akhirnya mampu merunduk pada ritme tubuh dan tuntunan alam adapun salah satu dari metode tersebut antara lain Hypnobirthing metode ini adalah proses agar ibu hamil “menyadari” saat rasa tidak nyaman muncul untuk kemudian menerimanya sebagai bagian

dari "perjalanan" kehamilannya, dan seorang ibu hamil tersebut mampu menatanya sehingga tidak sampai mengganggu ataupun merusak kebahagiaan hatinya saat menjalani kehamilan dan persalinan . (Kuswandi, 2014).

*Hypnobirthing* suatu metode yang dapat mengatasi masalah-masalah/ perubahan-perubahan fisik maupun psikis yang dialami seorang ibu hamil dengan cara relaksasi/ kemampuan untuk melampui pikiran dengan mencapai sebuah momen kedamaian dan ketenangan batin ,ketika ritme otak berubah dari beta ke sebuah ritme alpha sehingga unsur kimia yang meyebabkan kegelisahan menurun dan aliran darah ke otot- otot menurun suatu proses melakukan latihan relaksasi *hypnobirthing* ,ibu hamil di tuntut secara alamiah dari dalam diri ibu hamil agar dapat meningkatkan ketenangan atau kenyamanan diri dan menanamkan pikiran baik atau mensugestikan diri sendiri untuk menanamkan pikiran dengan hal- hal yang baik selama masa kehamilannya dan sampai nanti terjadinya persalinan, oleh karena itu jika ibu hamil dalam kondisi tenang (alpha), theta, bahkan delta, janin pun akan merasakan kondisi nyaman dan tenang karena frekuensi ibu hamil mudah tersambung dengan janin, semua program ataupun niat positif bisa diterima antara ibu dan janinnya. Ibu pun dapat berkerja sama dengan janin nya terutama disaat proses persalinan berlangsung sehingga proses persalinan kehamilan dapat dilalui dengan tenang, nyaman, dan tanpa rasa sakit (Kuswandi, 2014)

*Hypnobirthing* suatu cara yang berkombinasi antara proses kelahiran yang alami dengan hypnosis yang akan membangun suatu anggapan pemikiran positif serta mampu untuk menurunkan rasa yang menyebabkan ketakutan, kecemasan, tegang dan panik sebelum, selama dan setelah persalinan hal ini harus di dasari diri sendiri oleh ibu hamil agar percaya diri dengan dirinya sehingga persalinan nyaman, aman , tidak sakit akan mensugestikan pikirannya menjadi pikiran yang baik.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Romadhomah, Trixie Salawati, Indri Astuti Purwanti (2012) tentang Hubungan pengetahuan ibu hamil tentang *Hypnobirthing* dengan sikap ibu hamil terhadap terapi *Hypnobirthing* di Bpm Ny. Mul Agus grobongan hasil dari ibu hamil yang menjadi responden yang memang pengetahuannya kurang tentang *hypnobirthing*. Hal ini ditunjukkan oleh responden yang tidak tahu bahwa ibu hamil dapat tertidur saat terapi hipnosis sebanyak 60%. Sementara itu, sebanyak 71,4% responden tidak tahu bahwa hipnosis bisa dilakukan sendiri di rumah. Sebanyak 68,6% tidak tahu bahwa hipnosis bisa membantu ibu mengurangi nyeri saat melahirkan. Sebanyak 68,6% responden tidak tahu bahwa terapi hipnosis bermanfaat bagi suami yang mendampingi ibu hamil. Rendahnya pengetahuan responden dipengaruhi oleh pendidikan responden. Hasil penelitian yang di lakukan menunjukkan pendidikan responden tingkat dasar (SD dan SMP), menengah (SMA). Penelitian ini menunjukkan Ibu hamil yang mempunyai pengetahuan kurang tentang *hypnobirthing* akan timbul kurangnya responden dalam menyimpulkan

tentang apa manfaat dari metode *hypnobirthing* tujuan , serta langkah-langkah dalam melakukan metode ini sehingga jika ibu hamil tidak mengerti atau tidak paham sehingga pengetahuan yang kurang tentang metode ini akan menyebabkan ibu hamil beranggapan *hypnobirthing* suatu metode yang tidak bisa digunakan selama kehamilan atau meanggap metode ini dapat membahayakan dirinya dan janinnya dan ketika ibu ingin menerapkan metode ini akan sangat berpengaruh jika kurang pengetahuan ibu hamil tidak tahu prosedur atau bagaimana cara melakukan *hypnobirthing* pada masa kehamilan .

Hal ini dapat menyebabkan munculnya sikap yang negatif terhadap *hypnobirthing*. Rendahnya pengetahuan ibu tentang metode hipnosis pada ibu hamil dan bersalin berdampak pada sikap ibu yang kemudian akan berpengaruh terhadap perilaku ibu dalam melakukan metode hipnosis pada kehamilan. Kehamilan dengan metode Hipnotis diri (self hypnosis) dan penanaman sugesti adalah prinsip dasar *hypnobirthing* yang digunakan sebagai latihan selama masa kehamilan. Petunjuk latihan relaksasi dalam persalinan menggunakan metode visualisasi. Ketika ibu merasa lebih nyaman menggunakan metode visualisasi, selanjutnya lakukan langkah pada bagian afirmasi (setelah mencapai kondisi rileks dengan metode yang dipilih) (Andriana, 2010). Hypnobirthing adalah salah satu bagian dari hipnosis klinik khususnya hipnosis kebidanan. Hipnosis klinik adalah suatu ilmu pengetahuan dan keterampilan yang sudah lama digunakan dalam

dunia kesehatan, dan saat ini berkembang pesat karena banyak orang yang membutuhkan.

Sebagai upaya dalam penanganan metode hypnosis yang dapat dilakukan mulai masa kehamilan dapat mengurangi rasa mual,, muntah dan pusing di trimester pertama, mengatasi rasa tidak nyaman selama hamil dan rasa sakit saat melahirkan tanpa efek samping terhadap janin (Kuswandi,2014).

Di Puskesmas Nanga Pinoh sudah dibuka kelas *hypnobirthing* tetapi penerapannya belum optimal di sebabkan banyaknya ibu hamil yang belum mengetahui *hypnobirthing* dan jika ibu hamil diberikan pengetahuan *hypnobirthing* ibu hamil mengetahui manfaat,tujuan, pengertian *hypnobirthing* dan langkah- langkah *hypnobirthing*.

Berdasarkan data dari Puskesmas Nanga Pinoh ada 17 Desa yang memiliki Polindes/ Poskesdes sehingga Peneliti melakukan pengambilan Studi Pendahuluan di Polindes Desa Poring 8 orang ibu hamil. Hasil wawancara yang dilakukan di Polindes Poring kec Nanga Pinoh Kab.Melawi pada hari/tanggal senin, 19 oktober 2020 pada hamil yang mengikuti posyandu dan ibu hamil trimester III berjumlah 3 orang 5 orang diantaranya trimester II , yang hanya di wawancara ibu hamil trimester III, wawancara di lakukan secara langsung di Polindes poring berjumlah 3 orang ibu hamil, 3 orang ibu hamil tersebut belum mengetahui tentang tentang manfaat dari *hypnobirthing*, pengertian *hypnobirthing*, tujuan *hypnobirthing* , 3 orang ibu hamil dilakukan wawancara melalui telepon wa

sudah mengetahui tentang pengertian *hypnobirthing* ,tujuan *hypnobirthing* dan langkah – langkah *hypnobirthing*. 2 orang ibu hamil diantaranya belum mengetahui manfaat, tujuan pengertian, langkah- langkah *hypnobirthing*, riwayat pendidikan ibu hamil trimester III berjumlah 4 oarang pendidikan sekolah Dasar (SD), 2 orang ibu hamil berpendidikan sekolah menengah kejuruan (SMK) ibu hamil yang diberikan pertanyaan mengenai *hypnobirthing* hanya 2 orang memang pernah mendapatkan informasi tentang *hypnobirthing* melalui *media sosial*, sehingga ibu hamil yang belum mengetahui *hypnobirthing* tersebut perlu diberikan gambaran tentang pengertian,manfaat, tujuan dan langkah- langkah *ypnobirthing* .

Sehingga berdasarkan latar belakang peneliti tertarik melakukan Penelitian pengetahuan ibu hamil trimester III tentang *hypnobirthing* . Mengingat metode ini dapat menghantarkan ibu menghadapi persalinan yang normal, bahagia, dan tenang, sehingga ibu hamil tersebut dapat mengetahui metode relaksasi yang dapat membantu mencapai kondisi fisik yang sehat dan jiwa yang tenang.

## **B. Rumusan Masalah**

Penulis menarik kesimpulan akan belakang diatas memberikan dasar agar peneliti mampu masalah dalam penelitian ini, bagaimana pengetahuan ibu hamil Trimester III tentang Hypnobirthing” di Puskesmas Nanga Pinoh Kabupaten Melawi Kalimantan Barat?

## C. Tujuan Penelitian

### 1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu hamil tentang *Hypobirthing* di Puskesmas Nanga Pinoh Kabupaten Melawi Kalimantan Barat?

## 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui Gambaran pengetahuan ibu hamil trimester III tentang pengertian *Hypobirthing* di Puskesmas Nanga Pinoh Kabupaten Melawi Kalimantan Barat
- b. Untuk mengetahui Gambaran pengetahuan ibu hamil trimester III tentang manfaat *Hypnobirthing* di Puskesmas Nanga Pinoh Kabupaten Melawi Kalimantan Barat
- c. Untuk mengetahui Gambaran pengetahuan ibu hamil trimester III tentang tujuan *Hypnobirthing* di Puskesmas Nanga Pinoh Kabupaten Melawi Kalimantan Barat
- d. Untuk mengetahui bagaimana Gambaran pengetahuan ibu hamil trimester III tentang langkah-langkah dalam melakukan metode *Hypnobirthing* di Puskesmas Nanga Pinoh Kabupaten Melawi Kalimantan Barat

## 3. Manfaat Penelitian

### a. Manfaat Teoritik

Bagi ilmu kebidanan Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi tambahan bagi proses pembelajaran di perguruan tinggi dan dapat menjadi dasar peningkatan dalam mempelajari penatalaksanaan secara non farmakologis di dunia pendidikan kebidanan dalam menunjang pengetahuan bidan dalam

penataksanaan komplementer pengetahuan ibu hamil tentang metode *hypnobirthing*.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat di gunakan untuk rujukan pustaka dan pengembangan Gambaran Pengetahuan ibu hamil tentang *Hypnobirthing* pada penelitian selanjutnya.

4. Manfaat Praktis

a. Bagi Tempat Penelitian

Penelitian ini diupayakan agar bidan desa mampu melaksanakan pemberitahuan bagaimana tentang metode *Hypnobirthing* sehingga dapat dijadikan masukan dan bahan pertimbangan bagi para tenaga kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil pada metode *hypnobirthing* dalam upaya meningkatkan pengetahuan tentang *hypnobirthing*

b. Bagi Tenaga Kesehatan

Sebagai Pengtahuan tambahan serta acuan acuan dalam memberikan pengetahuan *hypnobirthing* Serta dapat menjadi sumber informasi tenaga kesehatan dalam melakukan Pendidikan kesehatan.

c. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan ibu hamil dapat mengetahui tentang pengertian manfaat ,tujuan, dan cara melalukan metode *Hypnobirthing*.

