

## AB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan suatu periode krisis seorang wanita. Sebuah proses yang mematangkan dan dapat menimbulkan stres. Konsep dirinya berubah, siap menjadi orang tua dan menyiapkan peran barunya. Trimester ketiga sering disebut sebagai periode penantian. Pada periode ini, ada perasaan tidak menyenangkan ketika bayinya tidak lahir tepat pada waktunya, fakta yang menempatkan wanita tersebut gelisah dan hanya bisa melihat dan menunggu tanda-tanda dan gejalanya (Yuni, 2013).

Menurut *United Nations Children's Fund* (UNICEF) menyebutkan bahwa ibu yang mengalami masalah dalam persalinan sekitar 12.230.142 jiwa dari 30% diantaranya karena kecemasan sebab hamil pertama (Siregar, 2015 dalam Jurnal Sitepu, 2016).

Angka kejadian kecemasan pada ibu hamil di Indonesia mencapai 373.000.000 ibu hamil, yang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan ada sebanyak 107.000.000 orang (28,7%). Seluruh populasi di Pulau Jawa terdapat 67.976 ibu hamil, yang mengalami cemas dalam menghadapi persalinan 35.587 orang (52,3%) (Kemenkes RI, 2015). Terdapat perbedaan yang sangat signifikan antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian kombinasi aromaterapi lavender dan musik klasik yang diberikan terhadap kecemasan ibu hamil trimester III dengan

nilai  $P = 0,001$ . Saran bagi tenaga kesehatan khususnya bidan sebaiknya memberikan perhatian psikologis terutama pada ibu hamil trimester III yang mengalami kecemasan sebelum persalinan, mendeteksi risiko kecemasan dan memberikan intervensi untuk mengurangi kecemasan dengan teknik natural maupun non farmakologis (Risqi dkk, Effect Of Combination Of Aroma Therapy Lavender And Classical Music Towards A Decrease In Anxiety Levels Moderate And Severe On Third Trimester Pregnant Women, 2019). Penelitian yang dilakukan pada ibu hamil terdapat Skor kecemasan ibu hamil trimester ketiga sebelum diberi musik adalah 9,53. Sedangkan setelah diberikan musik, terapi turun menjadi 4,47. Ada perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah terapi ( $p$ -value 0,001 (Eti dkk, The Effectiveness Of Music Therapy In Reducing Anxiety In Third Trimester Of Pregnancy, 2020)).

Kecemasan merupakan respons terhadap situasi tertentu yang mengancam dan merupakan hal yang normal terjadi menyertai perkembangan, perubahan, serta dalam menemukan identitas diri dan arti hidup. Seringkali kecemasan juga ditandai dengan perasaan mudah marah, cemas, perasaan tegang, mudah gugup, kewaspadaan berlebih, dan terkadang menyebabkan keringat pada telapak tangan. Terkadang dampak yang terjadi pada kecemasan dapat berupa dampak yang positif atau negatif.

Dampak positif terjadi jika kecemasan muncul pada tingkat moderat dan memberikan kekuatan untuk melakukan sesuatu, membantu individu membangun pertahanan dirinya agar rasa cemas yang dirasakan dapat

berkurang sedikit demi sedikit, sedangkan dampak negatif terjadi jika kecemasan muncul pada tingkat tinggi dan menimbulkan simtom-simtom fisik yang dapat menghalangi individu untuk berfungsi efektif dalam kehidupan sehari-hari seperti meningkatnya detak jantung, dan menegangnya otot-otot tubuh sehingga sering terlihat sebagai suatu reaksi panik (Ulfa,2017)

Dampak kecemasan menurut Shodiqoh (2014) yaitu timbulnya penyakit serta komplikasi kehamilan dan persalinan, baik pada ibu maupun bayi.Masalah kecemasan senantiasa muncul pada ibu primigravida maka dari itu masalah kecemasan tersebut harus segera diatasi.Depresi dan kecemasan antenatal juga berdampak pada postpartum parenting stress.Kecemasan pada trimester III menyumbang 13% sampai 22% kejadian stress postpartum pada 3 sampai 6 bulan pasca melahirkan. Wanita hamil yang mengalami tekanan pribadi secara terus menerus memiliki resiko lebih dari 50% untuk mendapatkan anak dengan berat badan lahir rendah (BBLR), ukuran kepalanya kecil (mikrosomia), perkembangan sarafnya tidak seimbang, lahir prematur, dan melemahnya sistem kekebalan tubuh. Kecemasan juga dapat berdampak pada beratnya nyeri saat persalinan, otot-otot menjadi tegang dan ibu menjadi cepat lelah, sehingga beresiko pada persalinan memanjang. Komplikasi fatal yang dapat terjadi dari hal tersebut yaitu kematian ibu (Rodiani, 2016)

Penatalaksanaan kecemasan dapat dilakukan dengan terapi farmakologi dan nonfarmakologi.Terapi farmakologi yaitu dengan

menggunakan obat-obatan seperti anestesi atau analgesik, namun ada beberapa obat analgesic yang memiliki efek tidak baik untuk janin. Sedangkan terapi nonfarmakologi meliputi relaksasi, hipnoterapi, imajinasi, umpan balik biologis, psikoprofilaksis, sentuhan terapeutik, TENS (Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation), hidroterapi, dan teknik distraksi. (Moekroni, 2016).

Salah satu cara untuk mengatasi kecemasan yaitu terapi nonfarmakologi, yaitu dengan teknik distraksi. Teknik distraksi merupakan pengalihan dari fokus perhatian seseorang ke stimulus lain sehingga dapat menurunkan kewaspadaan terhadap nyeri. Teknik distraksi dengan mendengarkan musik merupakan teknik yang efektif untuk mengalihkan perhatian seseorang terhadap cemas yang berlebih. Dalam kedokteran, terapi musik disebut juga sebagai terapi pelengkap (*Complementary Medicine*). (Moekroni, 2016).

Terapi musik bertujuan untuk menenangkan pikiran dan fisik seseorang sehingga terhindar dari tekanan mental, fisik, ataupun emosi yang sedang dialami oleh seseorang, melatih pasien agar dapat mengondisikan dirinya untuk rileks. Selain itu, terapi musik juga dapat meningkatkan atau memperbaiki berbagai kondisi, baik fisik, emosi, kognitif, maupun sosial bagi individu atau berbagai kalangan usia (Solehati dan Cecep, 2015). Hasil penelitian adalah rata-rata hasil tingkat kecemasan ibu hamil trimester III sebelum mendengarkan musik Klasik Lullaby di RS Mardi Waluyo Kota Metro Tahun 2019 yaitu sebesar 29,13. Hasil rata-rata hasil tingkat

kecemasan ibu hamil trimester III setelah mendengarkan musik klasik Lullaby di RS Mardi Waluyo Kota Metro Tahun 2019 yaitu sebesar 10,83. Hasil uji t didapat p value 0,000.(Lucia dkk, Efektifitas Terapi Musik Klasik Lullaby Terhadap Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III, 2020).

Terapi musik klasik lullaby mempunyai keunggulan, diantaranya yaitu membuat tubuh menjadi lebih tenang dan rileks, membuat hormon-hormon stres turun saat mendengarkan musik klasik lullaby, memperlambat detak jantung dan pernapasan, peningkatan tingkat saturasi oksigen dan kemungkinan pencegahan episode apnea dan bradikardia yang berpotensi mengancam jiwa, memberikan stimulasi bagi bayi prematur.

Hasil survey pendahuluan yang telah dilaksanakan di Puskesmas Losari Kabupaten Pematang 9 dari 10 ibu hamil trimester III mengalami kecemasan, diantaranya ibu hamil trimester III Primigravida mengalami kecemasan yang disebabkan khawatir saat proses persalinan dan ibu hamil trimester III Multigravida mengalami kecemasan disebabkan khawatir akan bayi lahir tidak normal, riwayat persalinan dan proses persalinan tidak normal. Diantara 10 ibu hamil trimester III terdapat 5 ibu hamil yang pernah mendengar tentang terapi musik dan 1 orang yang pernah mendengar manfaat musik klasik mozart yaitu bahwa musik bisa menurunkan stres dan bisa memberi dampak positif terhadap janin namun belum ada yang mengetahui tentang musik klasik lullaby. Di dapatkan hasil wawancara bahwa hampir seluruh ibu hamil mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan dikarenakan merasa khawatir tentang proses persalinannya nanti,

serta bayi yang akan dilahirkannya. Pengetahuan tentang terapi musik klasik lullaby sangat penting untuk ibu hamil trimester III dan saat untuk persiapan menghadapi persalinan. Jumlah ibu hamil dari bulan Januari – September sebanyak 1404 ibu, trimester III pada bulan November 2020 sebanyak 53 ibu.

Berdasarkan hal tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Perbedaan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Sebelum dan Sesudah Pemberian Terapi Musik Klasik Lullaby di Puskesmas Losari Kabupaten Pemalang”

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti ingin mengetahui ”Apakah ada perbedaan kecemasan ibu hamil trimester III sebelum dan sesudah pemberian terapi musik klasik lullaby di Puskesmas Losari kabupaten Pemalang”?

## C. Tujuan Penelitian

### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah diberikan terapi musik klasik lullaby pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Losari.

### 2. Tujuan Khusus

a. Mengetahui kecemasan sebelum diberikan musik klasik pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Losari.

b. Mengetahui kecemasan sesudah diberikan musik klasik pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Losari.

c. Mengetahui kecemasan sebelum dan sesudah diberikan musik klasik pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Losari.

#### D. Manfaat Penelitian

##### 1. Manfaat Teoritis

Dapat memperkuat bahan kajian tentang perbedaan sebelum dan sesudah diberikan terapi musik klasik lullaby pada ibu hamil trimester III terhadap kecemasan dan dapat dijadikan salah satu bahan referensi bagi penelitian selanjutnya.

##### 2. Manfaat Praktis

###### a. Bagi Institusi Pendidikan

- 1) Dapat memberikan masukan dan digunakan sebagai referensi dalam kegiatan perkuliahan khususnya dalam Mata Kuliah Asuhan Kebidanan pada Ibu Hamil.
- 2) Dapat memberi nilai tambah terhadap penerapan Misi Prodi S-1 Kebidanan Ngudi Waluyo dalam rangka penjaminan mutu penyelenggaraan pendidikan.

###### b. Bagi Pelayanan Kesehatan

Dapat meningkatkan kualitas pelayanan pada ibu hamil serta mampu membangun keyakinan ibu untuk percaya diri dan mengurangi kecemasan pada ibu hamil sehingga dapat merangsang

sejak dini kecerdasanjin.