

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa nifas (*puerperium*) adalah masa dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat kandung kembali seperti semula sebelum hamil, yang berlangsung selama 6 minggu atau \pm 42 hari, ibu pasca bersalin sering mengalami permasalahan, baik itu terjadi permasalahan dari segi fisik maupun psikologi. Masalah yang berhubungan dengan fisik diantaranya terdiri dari perdarahan, pengeluaran urin yang berlebihan, pengeluaran cairan *lochea* yang berbau busuk, dan infeksi nifas. Sedangkan masalah psikologis meliputi kecemasan, susah tidur, perubahan *mood* (Janiwarty et al, 2013).

Menurut Hung (2001) dalam Prabawani (2015), pada periode nifas, ibu nifas akan mengalami kelelahan, perubahan peran, perubahan *mood* seperti kesedihan dan kecemasan. Menurut Videbeck et al (2008), kecemasan yang jika tidak segera diatasi dapat menyebabkan *baby blues* dan dapat mengarah ke depresi *post partum* (Sulistyorini, 2020).

Angka kejadian kecemasan pada ibu pasca bersalin atau nifas lebih sering muncul dibanding dengan depresi, hal itu disebabkan karena kecemasan postpartum serta depresi mempunyai efek pada seluruh perkembangan mental pada anak-anak yang dilahirkan. Kecemasan yang terjadi pada fase postpartum penyebabnya dikarenakan terdapatnya proses perubahan peran wanita dan pria dalam proses menjadi orang tua, wanita dan pria mengalami penyesuaian diri yang sangat besar terhadap hubungan mereka dengan orang lain. Menurut

WHO, ibu melahirkan yang mengalami kecemasan postpartum ringan diantara 10 per 1000 kelahiran yang hidup serta yang mengalami kecemasan postpartum sedang ataupun berat diantara 30 sampai 200 per 1000 kelahiran (Pratiwi et al, 2020).

Ibu pasca bersalin yang telah melakukan kunjungan nifas sebanyak 3 kali dapat dihitung telah melakukan kunjungan nifas lengkap (KF lengkap), cakupan kunjungan KF lengkap di Indonesia pada tahun 2020 sebesar 88,3%. Provinsi dengan capaian tertinggi adalah provinsi Banten sebesar 122,9%, diikuti oleh Kalimantan Utara dan DKI Jakarta. Sedangkan Gorontalo, Papua, dan Papua Barat memiliki capaian KF lengkap terendah. Termasuk Sumatera Selatan cakupan kunjungan nifas sebesar 88,4% (Profil Kesehatan Indonesia, 2020).

Menurut sumber dari dinas kesehatan provinsi Sumatera Selatan total berjumlah 152.743 kelahiran di wilayah provinsi Sumatera Selatan dan yang khusus untuk kabupaten Ogan Komering Ulu Selatan sebanyak 6.746 kelahiran pada tahun 2020 (Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Selatan, 2021).

Sedangkan data bersumber dari pelayanan upaya kesehatan masyarakat (UKM) kesehatan ibu dan anak (KIA) untuk wilayah kerja Puskesmas Buana Pemaca cakupan persalinan di fasyankes dan cakupan kunjungan nifas lengkap sebesar 47,5% dari target 95% (Profil Kesehatan Puskesmas Kecamatan Buana Pemaca, 2019).

Gejala psikologi pada ibu nifas yang menderita kecemasan antara lain adanya rasa khawatir, tegang, gugup, takut dan mudah terkejut. Sedangkan secara somatik dapat ditandai dengan adanya debaran jantung yang keras dan cepat, telapak tangan basah, keringat dingin, dan terjadi gangguan peristaltik. Ibu nifas sering merasa cemas karena banyak melakukan penyesuaian seperti tanggung jawab bertambah, kehadiran anggota keluarga baru yang harus diurus, jadwal tidur yang kacau, sehingga membebani ibu baik secara fisik maupun psikologis (Widyanti et al, 2021).

Upaya pengurangan kecemasan atau stress pada masa nifas dapat dilakukan secara farmakologi dan non farmakologi. Upaya non farmakologi lebih mudah dilakukan, sederhana tidak memerlukan biaya dan tidak menimbulkan efek samping yaitu pijat, makanan, tidur, olahraga, agama, rekreasi, terapi musik, serta totok wajah. (Widyanti et al, 2021).

Totok merupakan suatu teknik penekanan pada titik-titik tertentu menggunakan ujung jari atau alat khusus. Totok wajah merupakan suatu metode perawatan wajah yang dilakukan dengan pemijatan pada daerah wajah. Totok wajah ini disinyalir dapat menurunkan kecemasan. Penurunan kecemasan ibu nifas ketika melakukan totok wajah dihubungkan dengan efek relaksasi yang ditimbulkan dari totok wajah. Tekanan yang dilakukan pada saat totok wajah bermanfaat mengirimkan sinyal yang menyeimbangkan sistem saraf atau melepaskan bahan kimia seperti endorfin yang bermanfaat mengurangi rasa sakit dan stres lalu dapat menyebabkan relaksasi (Trionggo, I, 2013).

Sistem kerja terapi totok yaitu membantu melancarkan aliran energi yang mengalir pada tubuh pasien dengan menekan titik akupuntur yang bisa dipadukan dengan teknik memijat. Hal ini dapat membuat rasa nyaman sehingga memberikan rangsangan ke hipotalamus untuk mengendalikan sistem saraf *simpatis* dan *korteks adrenal*. Frekuensi denyut jantung juga dipengaruhi dari sistem saraf yang mengaktifkan berbagai organ dan otot polos. Pengeluaran *epinefrin* dan *norepinefrin* pun dihambat oleh *medulla aderenal* yang telah diberi sinyal oleh sistem saraf *simpatis*, akibatnya *epinefrin* menyebabkan aktifnya *zona fasikulata korteks adrenal* untuk mensekresi hormon *glukortikoid* yakni hormon *kortisol* yang menghantarkan sinyal diteruskan ke *amigdala*, hal tersebut mampu mengurangi tingkat stress atau kecemasan (Cahyanto, E. B et al, 2020).

Menurut hasil penelitian terdahulu dengan judul “Penurunan Kecemasan Ibu Nifas Menggunakan Totok Wajah Di Fasilitas Pelayanan Persalinan” mendapatkan hasil bahwa kecemasan responden 30 menit sebelum dilakukan totok wajah mayoritas adalah kecemasan ringan, yaitu sebanyak 23 responden (58,97%). Responden dengan kecemasan sedang sebanyak 6 responden (15,38%), kecemasan berat sebanyak 3 responden (7,69%) dan yang tidak ada kecemasan sebanyak 7 responden (17,95%). Kecemasan responden 24 jam setelah totok wajah mayoritas adalah tidak ada kecemasan sebanyak 33 responden (84,61%). Responden dengan kecemasan ringan 5 responden (12,82%) dan kecemasan sedang 1 responden (2,56%). Terdapat pengaruh yang signifikan dari totok wajah terhadap penurunan kecemasan ibu nifas. Skor

$\rho=0,00$ ($\rho < 0,05$); $x = 16,20 - 8,46$; $sd = 6,80 - 4,67$; $Zscore = -5,135$. Adapun besarnya pengaruh totok wajah terhadap penurunan skor kecemasan pada ibu nifas sebesar $\pm 7,74$ dibandingkan dengan skor kecemasan sebelum dilakukan totok wajah (Sumantri et al, 2016).

Hasil penelitian lain dengan judul “Pengaruh Pemberian *Treatment* Totok Wajah Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Magelang Utara Dan Puskesmas Magelang Tengah” adalah tingkat kecemasan sebelum diberikan *treatment* totok wajah pada ibu nifas menunjukkan 40 responden mengalami kecemasan ringan dan setelah diberikan *treatment* totok wajah 32 responden tidak mengalami kecemasan. Totok wajah berpengaruh secara signifikan terhadap penurunan skor kecemasan. $\rho=0,00$ ($\rho < 0,05$). Ada pengaruh totok wajah terhadap penurunan kecemasan ibu nifas (Maharani et al, 2018).

Cakupan persalinan ditolong tenaga kesehatan di wilayah Puskesmas Buana Pemaca berjumlah 277 persalinan pada tahun 2021. Jumlah ibu nifas yang terdata di wilayah kerja Puskesmas Buana Pemaca pada bulan September-Oktober 2021 berjumlah 34 ibu nifas. Kemudian peneliti melakukan studi pendahuluan pada tanggal 22-24 Oktober 2021 dengan mengunjungi ibu nifas kemudian mengidentifikasi tingkat kecemasan menggunakan instrumen alat ukur kecemasan HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*) terhadap 10 ibu nifas. Hasil studi pendahuluan yang didapatkan dari 10 ibu nifas yang diidentifikasi tingkat kecemasannya terdapat 2 ibu nifas mengalami tingkat kecemasan sedang dan 8 ibu nifas mengalami tingkat kecemasan ringan.

Pada zaman sekarang dalam bidang pelayanan kebidanan sudah banyak bermunculan pelayanan kebidanan berbasis komplementer, pentingnya menerapkan pemberian *treatment* totok wajah di wilayah kerja Puskesmas Buana Pemaca karena terapi totok wajah belum pernah di ujikan, padahal untuk totok wajah sendiri tidak perlu memakai alat yang mahal atau susah dicari, dapat dipraktikkan dimana saja lebih nyaman bila diterapkan di rumah masing-masing ibu nifas dan dari hasil studi pendahuluan, peneliti menemukan adanya masalah pada 10 ibu nifas yang mengalami kecemasan pada ringan serta sedang yang kemungkinan akan menemukan ibu nifas yang mengalami kecemasan yang sama, bila tidak di cegah kecemasan dapat bertambah tinggi dan menuju ke depresi pada ibu nifas. Untuk mendukung penerapan *treatment* totok wajah ada pengaruh atau tidak dalam penurunan kecemasan pada ibu nifas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai **“Pengaruh Pemberian *Treatment* Totok Wajah Terhadap Kecemasan Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Buana Pemaca Tahun 2021”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “ adakah pengaruh pemberian *treatment* totok wajah terhadap kecemasan pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Buana Pemaca tahun 2021?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui adakah pengaruh pemberian *treatment* totok wajah terhadap kecemasan pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Buana Pemaca tahun 2021.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui kecemasan ibu nifas sebelum dilakukan *treatment* totok wajah.
- b. Untuk mengetahui kecemasan ibu nifas sesudah dilakukan *treatment* totok wajah.
- c. Untuk mengetahui pengaruh pemberian *treatment* totok wajah terhadap kecemasan pada ibu nifas.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Ibu Nifas

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran kepada ibu nifas tentang *treatment* totok wajah yang dapat dipergunakan untuk menurunkan kecemasan pada ibu nifas.

2. Bagi Tenaga Kesehatan Puskesmas Buana Pemaca

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan sehingga dapat menambah wawasan dalam meningkatkan pengetahuan ibu nifas tentang pemberian *treatment* totok wajah untuk penurunan kecemasan pada ibu nifas.

3. Bagi Institusi Universitas Ngudi Waluyo

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi kepustakaan dan dapat dijadikan sebagai masukan serta informasi yang berguna di masa depan.

4. Bagi peneliti

Diharapkan dapat menambah pengalaman dalam merancang dan melaksanakan penelitian ilmiah khususnya dalam bidang kesehatan.