

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Kehamilan merupakan hasil proses *fertilisasi* atau konsepsi yaitu ketika sel sperma (*spermatozoa*) laki-laki menembus sel telur (*ovum*) perempuan (Durham & Chapman, 2014). Masa kehamilan umumnya berlangsung selama 40 minggu atau 10 bulan lunar atau 9 bulan berdasarkan kalender internasional. (Evayanti, 2015). Seorang ibu yang sedang berada dalam masa kehamilan akan mengalami perubahan fisiologis dan psikologis sehingga ibu hamil membutuhkan proses adaptasi terhadap kondisi tersebut (Misri et al., 2010).

Perubahan fisiologis pada ibu hamil diantaranya yaitu pada trimester pertama diawali dengan tidak mengalami siklus menstruasi yang merupakan salah satu tanda kehamilan, payudara terasa nyeri dan lebih membesar, mual dan muntah serta mudah lelah yang disebabkan perubahan kadar hormon selama kehamilan. Selanjutnya pada trimester kedua ibu hamil dapat mengalami perubahan hiperpigmentasi pada kulit dan warna puting susu menjadi lebih gelap, serta bentuk badan ibu hamil juga akan mengalami perubahan mengikuti dari pembesaran uterus (Rahmawati, 2017). Berikutnya perubahan fisiologis pada trimester ketiga beberapa diantaranya yaitu sembelit, varises vena di kaki, nyeri pinggang, gangguan tidur, kesulitan

bernafas dan peningkatan kebutuhan untuk berkemih (Fairbrother et al., 2016). Selain perubahan fisiologis, ibu hamil juga mengalami perubahan psikologis.

Perubahan psikologis yang terjadi pada ibu hamil disebabkan oleh peningkatan produksi hormon *progesterone* yang mempengaruhi kondisi psikis ibu hamil. Selain hal itu, kerentanan daya psikis seseorang atau kepribadian juga bisa menjadi penyebab perubahan psikologis pada ibu hamil. Salah satu perubahan psikologis ibu pada masa kehamilan yaitu perubahan seksualitas (Rahmawati, 2017).

Seksualitas selama kehamilan dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya termasuk perubahan pada hormonal, seperti peningkatan kadar *estrogen*, *progesteron*, dan *prolaktin*, yang dapat mengurangi hasrat dan motivasi seksual karena mual muntah (*morning sickness*), nyeri payudara, berat badan bertambah, kecemasan (*anxiety*), kelelahan (*fatigue*) (Liu et al., 2013). Setiap ibu hamil mengalami pengalaman dan perasaan yang berbeda-beda dalam proses adaptasi perubahan seksualitas selama masa kehamilan. Kehamilan sebagai suatu periode penting dalam kehidupan dapat berdampak pada seksualitas pasangan suami istri. Pada masa transisi ini menjadi akibat dari terjadinya perubahan fisik, emosional, dan psikologis, serta faktor sosial budaya serta dapat memengaruhi orientasi dan kehidupan seksual pasangan suami istri (Isajeva et al., 2012)

Aktivitas seksual selama kehamilan menjadi satu dari beberapa kecemasan dan kekhawatiran yang sering dipertanyakan oleh ibu hamil. Melakukan seks selama masa kehamilan masih menjadi hal yang tabu di

kalangan masyarakat meskipun hubungan seksual merupakan sebuah kebutuhan umum bagi pasangan suami istri. Kegiatan hubungan seksual pada usia kandungan trimester pertama disarankan untuk tidak dilakukan karena hormon *prostaglandin* yang terkandung pada sperma dapat menyebabkan kontraksi dan membahayakan janin (Nwadike, 2020). Namun berhubungan seks selama masa kehamilan di trimester kedua (TM-II) dan trimester ketiga (TM-III) diperbolehkan dan aman (Goje, 2020). Berhubungan seks selain sebagai bentuk pemenuhan kebutuhan seksual tetapi juga memiliki manfaat lain apabila dilakukan dengan tepat. Pada trimester kedua tubuh ibu hamil sudah cukup beradaptasi dan perut belum terlalu besar. Hormon *estrogen* juga meningkatkan aliran darah dan membuat organ intim lebih sensitif terhadap rangsang serta terjadi pelumasan vagina membuat penetrasi lebih nyaman (D. R. Wilson, 2018). Selanjutnya di trimester ketiga dianjurkan untuk melakukan hubungan seks karena bermanfaat untuk membantu mendorong pembukaan jalan lahir bayi melalui induksi alami persalinan (Bukhari, 2021).

Kebutuhan seksual pasangan suami istri dalam masa kehamilan sering tidak terpenuhi biasanya terjadi pada ibu *primigravida*. *Primigravida* merupakan seorang wanita yang baru mengalami masa kehamilan untuk pertama kalinya sehingga mengalami kesulitan untuk mengenali berbagai perubahan yang baru pertama kali dialami semasa hidupnya. Kecemasan, takut, kekhawatiran, dan kebahagiaan umumnya dialami oleh banyak ibu hamil yang baru pertama kali menjalani kehamilan pertama karena belum memiliki pengalaman dan minim informasi (Mubasyiroh, 2013).

Kurangnya informasi, pemahaman yang tidak tepat, dan kesalahpahaman tentang perubahan fisik dan emosional saat kehamilan menjadi penyebab terbesar terjadinya masalah seksual (Navidian et al., 2016). Padahal wanita hamil beserta pasangannya membutuhkan pengetahuan yang cukup untuk menghadapi dan beradaptasi dengan berbagai perubahan selama masa kehamilan berlangsung (Ramadani & Sudarmiati, 2013). Hal tersebut dapat berdampak pada kesehatan kehidupan perkawinan pasangan suami istri dalam hubungan rumah tangga hingga mengganggu dan mempengaruhi pertumbuhan janin serta perasaan cemas akan terjadinya keguguran atau kelahiran prematur. (Elis, 2018). Permasalahan tersebut dapat berakibat kepada psikologis ibu hamil seperti timbulnya kecemasan (*anxiety*).

Kecemasan kehamilan merupakan suatu kondisi emosional yang serupa dengan kecemasan pada umumnya terjadi, tetapi berbeda karena berfokus secara khusus pada kekhawatiran yang dialami wanita hamil. Didasarkan pada pengertian kecemasan secara umum adalah sebagai emosi negatif yang timbul dari persepsi terhadap ancaman kehamilan yang berhubungan dengan konteks kekhawatiran tentang kesehatan dan kesejahteraan ibu hamil, bayi, proses kelahiran yang akan datang, dan pengalaman medis rumah sakit, persalinan dan nifas, serta peran orang tua dan ibu (Dunkle et al., 2008).

Salah satu bentuk implementasi dari upaya penurunan kecemasan yang dialami ibu *primigravida* yang masih minim pengalaman dan pengetahuan tentang hubungan seksual selama masa kehamilan yaitu melalui pendidikan

kesehatan. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Susanti tahun 2021 yang berjudul Hubungan Pengetahuan Dengan Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Terhadap Berhubungan Seks Selama Kehamilan Di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam, ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kecemasan ibu hamil primigravida terhadap berhubungan seks selama kehamilan di wilayah kerja puskesmas sei langkai kota batam tahun 2020.

Hal tersebut sesuai dengan penelitian Laelatul Mubasyiroh tahun 2013 yang berjudul Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Tentang Hubungan Seksual Selama Kehamilan Di Puskesmas Kecamatan Jatibarang Kabupaten Brebes, menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kecemasan. Penelitian lain yang dilakukan oleh Arum Meiranny dkk. tahun 2020 yang berjudul Review Literatur: Mengkaji Hubungan Pengetahuan dan Tingkat Kecemasan terhadap Hubungan Seksual pada Kehamilan, menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dan tingkat kecemasan terhadap hubungan seksual pada kehamilan.

Pendidikan kesehatan merupakan suatu upaya agar masyarakat menyadari atau mengetahui cara memelihara kesehatan, cara menghindari atau mencegah hal yang merugikan kesehatan mereka maupun kesehatan orang lain serta mengetahui tempat mencari pengobatan bila sakit (Notoatmodjo, 2014). Perilaku yang didasari oleh pengetahuan dan sikap yang positif salah satu tandanya yaitu tidak ditemukan kecemasan pada seorang individu akan berdampak langsung pada hasil, dimana didapatkan hasil berupa perilaku yang

dimulai pada kognitif, stimulus dan materi, serta menimbulkan respon dalam bentuk sikap dan berlanjut dalam tindakan (Notoatmodjo, 2007). Menurunnya tingkat kecemasan menunjukkan arah sikap yang positif setelah upaya peningkatan pengetahuan melalui pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan dapat dilakukan dengan beberapa cara dalam mencapai kesehatan yang optimal diantaranya yaitu dengan menggunakan sarana seperti leaflet, lembar balik, dan video (Notoatmodjo, 2010).

Video merupakan salah satu media komunikasi massa yang bertujuan untuk menyampaikan pesan melalui metode promosi, larangan, serta anjuran dalam bentuk video animasi atau yang lainnya. Keunggulan dari penggunaan sarana video yaitu lebih menarik, informasi tampak lebih realistis dan dapat diulang atau dihentikan sesuai dengan kebutuhan. Penggunaan video juga mampu merangsang pengetahuan, melatih kemampuan berfikir logis, analistik, kreatif, dan efektif, menghibur serta dapat memperluas daya imajinasi audien (Hardianti & Asri, 2017).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dilakukan wawancara terhadap 10 ibu hamil *primigravida* di wilayah Puskesmas Ungaran terkait kecemasan tentang seksualitas selama kehamilan, diketahui bahwa 8 ibu hamil mengatakan tidak pernah menerima edukasi mengenai seksualitas selama masa kehamilan baik dari petugas kesehatan maupun dari lingkungan sekitar. Ibu hamil juga menyatakan bahwa dirinya dan suami merasa khawatir dan cemas untuk melakukan hubungan seksual karena takut membahayakan janin dan tidak tahu seksualitas yang aman selama masa kehamilan. Sementara itu,

2 ibu hamil lainnya menyatakan tidak cemas terkait seksualitas selama kehamilan dan pernah menerima informasi bahwa melakukan hubungan seksual di masa kehamilan diperbolehkan jika dilakukan dengan hati-hati. Informasi tersebut diperoleh saat bertanya ke dokter kandungan dan teman yang merupakan seorang perawat. Meski demikian mereka mengatakan tidak diberikan informasi mendetail seperti seksualitas yang aman, frekuensi melakukan hubungan seksual dan dampak seksualitas selama kehamilan.

Berdasarkan fenomena diatas, salah satu upaya pemberian intervensi untuk menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil *primigravida* terkait seksualitas selama masa kehamilan adalah melalui pemberian pendidikan kesehatan dengan media video. Mengacu pada fenomena yang ada tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini untuk mengetahui apakah ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang hubungan seksual selama masa kehamilan terhadap kecemasan pada ibu *primigravida*.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah diuraikan oleh penulis di atas maka dapat dirumuskan suatu permasalahan penelitian yaitu “Adakah pengaruh pendidikan kesehatan tentang hubungan seksual selama masa kehamilan terhadap kecemasan pada ibu *primigravida*?”

### C. Tujuan Penelitian

#### 1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang hubungan seksual selama masa kehamilan terhadap kecemasan pada ibu *primigravida*.

#### 2. Tujuan Khusus

a. Mengetahui tingkat kecemasan ibu *primigravida* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang hubungan seksual.

b. Mengetahui tingkat kecemasan ibu *primigravida* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang hubungan seksual.

c. Mengetahui perbedaan tingkat kecemasan ibu *primigravida* pada kelompok intervensi sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang hubungan seksual.

d. Mengetahui perbedaan tingkat kecemasan ibu *primigravida* pada kelompok kontrol sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang hubungan seksual.

e. Menganalisis pengaruh pendidikan kesehatan tentang hubungan seksual selama masa kehamilan terhadap kecemasan pada ibu *primigravida*.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### 1. Manfaat Pada Peneliti

Menambah pengetahuan dan wawasan peneliti dalam implementasi ilmu pengetahuan yang telah diperoleh selama proses perkuliahan khususnya terkait topik penelitian yang diangkat yaitu mengenai pengaruh pendidikan kesehatan tentang hubungan seksual selama masa kehamilan terhadap kecemasan pada ibu *primigravida*.

##### 2. Manfaat Pada Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sumber informasi ataupun rujukan bagi penelitian mendatang terkait pengaruh pendidikan kesehatan tentang hubungan seksual selama masa kehamilan terhadap kecemasan pada ibu *primigravida*.

##### 3. Manfaat Pada Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu referensi ataupun pedoman secara komprehensif serta menambah kepustakaan pada institusi pendidikan kesehatan terkait pengaruh pendidikan kesehatan tentang hubungan seksual selama masa kehamilan terhadap kecemasan pada ibu *primigravida*.

##### 4. Manfaat Pada Responden

Menambah informasi dan wawasan responden di bidang kesehatan khususnya terkait hubungan seksual selama masa kehamilan terhadap kecemasan pada ibu *primigravida* serta meningkatkan kesadaran responden mengenai pentingnya masalah seksualitas selama masa

kehamilan demi menunjang pemenuhan kebutuhan dasar manusia pada ibu hamil *primigravida* yang baru mengalami pengalaman mengandung.