

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan, persalinan, bayi baru lahir, dan masa nifas merupakan proses fisiologis yang membutuhkan asuhan kebidanan secara berkesinambungan untuk menjaga kesehatan ibu dan bayi. Pelayanan kebidanan komprehensif atau *continuity of care* menjadi salah satu upaya penting dalam menurunkan angka kesakitan dan kematian ibu maupun bayi melalui pemantauan yang dilakukan secara terus-menerus sejak masa kehamilan hingga masa nifas. Asuhan kebidanan berkesinambungan tidak hanya berfokus pada tindakan kuratif, tetapi juga promotif dan preventif dengan memanfaatkan pendekatan *evidence based practice* serta asuhan komplementer yang aman dan efektif.

Masa kehamilan sering kali disertai perubahan fisik dan psikologis yang dapat menimbulkan ketidaknyamanan bahkan kecemasan pada ibu hamil. Kecemasan selama kehamilan dapat berdampak terhadap kondisi psikologis ibu, kualitas tidur, peningkatan hormon stres, serta memengaruhi proses persalinan. Kondisi kecemasan yang tidak teratasi dapat menyebabkan ibu menjadi lebih tegang sehingga meningkatkan persepsi nyeri dan memperpanjang proses persalinan. Pendekatan nonfarmakologis diperlukan untuk membantu ibu hamil menghadapi perubahan selama kehamilan dengan lebih nyaman dan tenang (Maharani, 2022).

Hipnoterapi merupakan salah satu metode komplementer yang digunakan untuk membantu ibu hamil mencapai kondisi relaksasi sehingga dapat menurunkan kecemasan dan ketidaknyamanan selama kehamilan. Hipnoterapi bekerja dengan memberikan sugesti positif pada pikiran bawah sadar sehingga ibu menjadi lebih rileks, percaya diri, dan mampu menghadapi proses kehamilan serta persalinan dengan lebih baik. Hipnosis juga dapat membantu mengurangi ketegangan emosional dan meningkatkan rasa nyaman pada ibu hamil selama menjalani masa kehamilan (Walter et al., 2025).

Pendekatan hipnosis dalam pelayanan kesehatan telah banyak digunakan sebagai metode nonfarmakologis untuk membantu mengatasi masalah mental dan somatik. Hipnosis memberikan efek relaksasi yang dapat membantu menurunkan kecemasan, meningkatkan ketenangan, dan memperbaiki kondisi psikologis seseorang. Penggunaan hipnosis dalam pelayanan kesehatan maternal menjadi salah satu pendekatan yang dapat diterapkan sebagai asuhan komplementer pada ibu hamil untuk meningkatkan kesejahteraan fisik dan psikologis ibu selama kehamilan (Rosendahl et al., 2024).

Self hypnosis juga menjadi salah satu metode yang efektif digunakan pada ibu hamil trimester III untuk membantu mengurangi ketidaknyamanan selama kehamilan. Teknik ini dilakukan dengan memberikan sugesti positif secara mandiri sehingga ibu dapat mencapai kondisi relaksasi dan lebih mampu mengendalikan rasa tidak nyaman

yang muncul selama kehamilan. Penggunaan *self hypnosis* membantu ibu menjadi lebih tenang dalam menghadapi persalinan serta meningkatkan kesiapan mental menjelang proses kelahiran (Alita et al., 2022).

Pendekatan komplementer lain yang dapat digunakan pada masa kehamilan adalah teknik rebozo. Teknik rebozo merupakan metode menggunakan kain panjang yang dilakukan dengan gerakan tertentu untuk membantu memberikan kenyamanan pada ibu hamil, memperbaiki posisi tubuh, membantu relaksasi otot panggul, dan mendukung penurunan kepala janin. Teknik ini dapat membantu mengurangi ketegangan pada punggung dan pinggang akibat perubahan postur tubuh selama kehamilan sehingga ibu merasa lebih nyaman selama trimester III (Zulianur et al., 2025).

Persalinan merupakan proses fisiologis yang identik dengan rasa nyeri akibat kontraksi uterus dan penurunan kepala janin. Nyeri persalinan yang tidak tertangani dengan baik dapat menyebabkan ibu mengalami kelelahan, kecemasan, bahkan gangguan kemajuan persalinan. Penatalaksanaan nyeri secara nonfarmakologis menjadi pilihan yang aman dan minim efek samping bagi ibu maupun janin. Salah satu metode komplementer yang dapat digunakan selama persalinan adalah *gym ball* (Dewi et al., 2024).

Gym ball merupakan teknik penggunaan bola elastis yang membantu ibu melakukan berbagai posisi dan gerakan selama persalinan. Penggunaan *gym ball* dapat membantu memperbaiki posisi tubuh,

meningkatkan relaksasi otot panggul, memperlancar penurunan kepala janin, dan mengurangi intensitas nyeri persalinan. Posisi duduk di atas *gym ball* juga dapat membantu memperbesar diameter panggul sehingga mendukung kemajuan persalinan. Metode ini dapat memberikan rasa nyaman pada ibu selama proses persalinan berlangsung (Dewi et al., 2024).

Bayi baru lahir memerlukan penanganan yang tepat segera setelah lahir untuk mendukung proses adaptasi kehidupan ektrauterin. Salah satu tindakan yang direkomendasikan adalah penundaan pemotongan tali pusat. Penundaan pemotongan tali pusat memberikan kesempatan aliran darah dari plasenta ke bayi tetap berlangsung selama beberapa waktu setelah lahir sehingga dapat meningkatkan cadangan zat besi dan volume darah bayi. Tindakan ini juga berkontribusi dalam mencegah anemia pada bayi serta mendukung stabilitas kondisi bayi baru lahir.

Masa nifas merupakan masa pemulihan organ reproduksi ibu setelah persalinan yang juga menjadi periode penting dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Produksi ASI yang tidak optimal sering menjadi keluhan ibu nifas sehingga dapat memengaruhi keberhasilan menyusui. Upaya nonfarmakologis diperlukan untuk membantu meningkatkan produksi ASI secara alami dan aman. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah pemberian sari kacang hijau (Nasution et al., 2022).

Kacang hijau mengandung protein, vitamin, mineral, dan zat gizi

lain yang bermanfaat dalam membantu meningkatkan produksi ASI. Kandungan protein dan vitamin B kompleks pada kacang hijau dapat membantu memenuhi kebutuhan nutrisi ibu menyusui sehingga produksi ASI menjadi lebih optimal. Pemberian sari kacang hijau secara rutin dapat menjadi alternatif alami yang mudah diterapkan pada ibu nifas dalam mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif (Yuniarti, 2020).

Pemberian sari kacang hijau juga diketahui berpengaruh terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui. Kandungan zat gizi pada kacang hijau membantu meningkatkan kualitas dan kuantitas ASI sehingga kebutuhan nutrisi bayi dapat terpenuhi dengan baik. Asupan nutrisi yang cukup selama masa nifas menjadi salah satu faktor penting dalam mendukung keberhasilan menyusui dan kesehatan ibu maupun bayi (Purba et al., 2024).

Keberhasilan menyusui juga dipengaruhi oleh kondisi psikologis ibu. Ibu yang merasa stres, cemas, atau kurang percaya diri dapat mengalami hambatan dalam proses pengeluaran ASI. Salah satu metode komplementer yang dapat membantu meningkatkan produksi ASI adalah *hypnobreastfeeding*. Teknik ini menggunakan sugesti positif untuk membantu ibu merasa rileks, tenang, dan percaya diri dalam menyusui sehingga refleks pengeluaran ASI menjadi lebih optimal (Franciska & Yuka, 2023).

Hypnobreastfeeding merupakan metode relaksasi yang dapat membantu meningkatkan hormon oksitosin dan prolaktin sehingga

mendukung kelancaran produksi ASI. Sugesti positif yang diberikan selama proses *hypnobreastfeeding* membantu ibu memiliki keyakinan terhadap kemampuan menyusui serta menciptakan pengalaman menyusui yang lebih nyaman. Metode ini dapat diterapkan sebagai asuhan komplementer pada ibu nifas untuk mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif (Suprida et al., 2021).

Penerapan asuhan kebidanan komplementer secara berkesinambungan mulai dari masa kehamilan, persalinan, bayi baru lahir, hingga masa nifas diharapkan dapat meningkatkan kualitas pelayanan kebidanan dan memberikan pengalaman positif bagi ibu. Penggunaan hipnoterapi, teknik rebozo, *gym ball*, penundaan pemotongan tali pusat, pemberian sari kacang hijau, dan *hypnobreastfeeding* merupakan bentuk penerapan *evidence based practice* yang dapat membantu meningkatkan kenyamanan, kesehatan, dan kesejahteraan ibu maupun bayi.

Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik melakukan asuhan kebidanan berkesinambungan pada masa kehamilan dengan hipnoterapi dan teknik rebozo, persalinan dengan *gym ball*, bayi baru lahir dengan penundaan pemotongan tali pusat, serta masa nifas dengan pemberian sari kacang hijau dan *hypnobreastfeeding* sebagai asuhan komplementer.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari laporan kasus ini adalah mahasiswa mampu memahami dan melaksanakan asuhan kebidanan secara komprehensif dan

berkesinambungan (*continuity of care*) pada ibu mulai masa kehamilan, persalinan, bayi baru lahir, hingga masa nifas dengan penerapan asuhan komplementer berupa hipnoterapi dan teknik rebozo, *gym ball*, penundaan pemotongan tali pusat, pemberian sari kacang hijau, dan *hypnobreastfeeding*.

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu melaksanakan pengkajian subjektif pada ibu selama masa kehamilan, persalinan, bayi baru lahir, dan nifas.
- b. Mampu melaksanakan pengkajian objektif pada ibu selama masa kehamilan, persalinan, bayi baru lahir, dan nifas.
- c. Mampu menganalisis masalah kebidanan yang muncul selama masa kehamilan, persalinan, bayi baru lahir, dan nifas.
- d. Mampu melaksanakan penatalaksanaan asuhan kebidanan sesuai standar pada masa kehamilan, persalinan, bayi baru lahir, dan nifas dengan penerapan hipnoterapi dan teknik rebozo, *gym ball*, penundaan pemotongan tali pusat, pemberian sari kacang hijau, dan *hypnobreastfeeding* sebagai asuhan komplementer.
- e. Mampu mendokumentasikan asuhan kebidanan berkesinambungan pada ibu mulai masa kehamilan, persalinan, bayi baru lahir, hingga masa nifas.

C. Manfaat

1. Bagi Institusi Pendidikan

Menambah referensi akademik bagi mahasiswa kebidanan

mengenai pelaksanaan asuhan kebidanan berkesinambungan (*continuity of care*) berbasis *evidence based practice* dengan penerapan terapi komplementer pada masa kehamilan, persalinan, bayi baru lahir, dan nifas.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Sebagai sumber informasi dan bahan evaluasi bagi fasilitas pelayanan kesehatan dalam meningkatkan kualitas pelayanan kebidanan komprehensif pada ibu hamil, bersalin, bayi baru lahir, dan nifas agar pelayanan yang diberikan lebih optimal serta mendukung penerapan asuhan komplementer sesuai standar.

3. Bagi Profesi

Menjadi bahan masukan bagi profesi bidan dalam meningkatkan pengetahuan, keterampilan, serta kualitas pelayanan kebidanan secara komprehensif dan berkesinambungan melalui penerapan hipnoterapi, teknik rebozo, *gym ball*, penundaan pemotongan tali pusat, pemberian sari kacang hijau, dan *hypnobreastfeeding* sesuai standar praktik kebidanan.

4. Bagi Klien

Memberikan informasi kepada klien dan keluarga mengenai pentingnya asuhan kebidanan berkesinambungan serta manfaat terapi komplementer selama masa kehamilan, persalinan, bayi baru lahir, dan nifas untuk meningkatkan kesehatan ibu dan bayi serta mendorong peran keluarga dalam mendukung proses perawatan.