

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Berdasarkan Profil Kesehatan Jawa Barat jumlah ibu hamil di Jawa Barat mencapai 902.935 orang pada tahun 2022 dengan jumlah ibu hamil di Kabupaten Cirebon mencapai 36.905 orang pada tahun 2022 (Dinkes Jabar, 2022). Selama masa kehamilan banyak perubahan dari segi fisik maupun psikis. Setiap trimester kehamilan terdapat karakteristik kecemasan yang berbeda. Hal ini bentuk penyesuaian terhadap proses kehamilan baik yang memicu reaksi emosional tingkat ringan hingga berat. Perubahan fisik dan kadar hormon di dalam tubuh menyebabkan kecemasan saat hamil. Kecemasan memiliki dampak pada kehamilan dan persalinan baik pada ibu maupun janin (Lisnawati dan Widiyanti, 2023).

Kecemasan pada ibu hamil secara fisiologis yang dapat menyebabkan lepasnya hormon stres antara lain *Adreno Cortico Tropin Hormone* (ACTH), kortisol, katekolamin,  *$\beta$ -Endorphin*, *Growth Hormone* (GH), prolaktin dan *Lutenizing Hormone* (LH)/*Follicle Stimulating Hormone* (FSH) yang mengakibatkan penyempitan pembuluh darah serta menyebabkan gangguan pada aliran darah. Kecemasan selama kehamilan berdampak negatif pada ibu hamil sejak masa kehamilan hingga persalinan, seperti kelahiran prematur bahkan keguguran. Jika janin stres maka akan menghambat pertumbuhannya, melemahkan kontraksi otot rahim, dan lain-lain. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 52,7% ibu hamil yang mempunyai tingkat kecemasan sedang mengalami hipertensi, sedangkan 57,8% ibu hamil yang mempunyai tingkat kecemasan tinggi mengalami pre-eklampsia (Isnaini, Hayati dan Bashori, 2020). Tingkatan kecemasan sangat berpengaruh terhadap kesejahteraan janin maka jika tingkatan kecemasan rendah pada ibu hamil secara tidak langsung menurunkan angka kematian ibu dan bayi.

Ada beberapa metode untuk menurunkan kecemasan dalam menghadapi persalinan seperti senam hamil, yoga, *akupresur*, pijat endorfin

dan hipnosis. Hipnosis adalah metode alami yang digunakan untuk menghilangkan rasa takut, panik, dan tekanan lainnya (Lisnawati dan Widiyanti 2023). Terapi hipnosis pada ibu hamil yang dituntun secara alamiah untuk meningkatkan ketenangan diri yang menanamkan sugesti positif selama kehamilan sampai dengan melahirkan. Hipnosis bekerja dengan alam bawah sadar dan memberikan sugesti yang membangun emosional yang positif. Manfaat secara alaminya untuk mengurangi rasa sakit dan keluhan selama kehamilan dan persalinan, mengurangi stress, membuat ibu lebih tenang dan siap secara psikis, mengurangi rasa takut, ketegangan dan kecemasan serta mengurangi komplikasi (Anggraeni dan Randayani Lubis, 2022).

Alternatif lain untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil adalah pijat endorphin. Pijat endorphin adalah pijatan atau sentuhan yang pengaplikasiannya kekulit sehingga merangsang sistem saraf pusat dan kelenjar hipofisis yang memproduksi hormon endorphin yang menyebabkan relaks dan nyaman yang dapat merangsang hormon oksitosin agar menstimulasi kontraksi uterus (Dewie dan Kaparang, 2020). Berdasarkan penelitian Wulandara *et al.* (2022) terapi endorphin bekerja sebagai reseptor obat penenang yang dikenal untuk meringankan rasa sakit secara umum yang dihasilkan otak, saraf tulang belakang, dan ujung saraf lainnya. Tubuh memproduksi secara alami terutama pada saat berhubungan seksual, kehamilan, melahirkan, dan menyusui karena oksitosin memicu pelepasan endorphin.

Berdasarkan data dari Puskesmas Watubelah terdapat 855 orang ibu hamil pada tahun 2023 dari bulan Januari sampai Desember. Penerapan audio hipnosis dan pijat endorphin belum pernah diberikan oleh tenaga kesehatan di Puskesmas Watubelah. Adapun beberapa upaya yang dilakukan di Puskesmas Watubelah dalam kegiatan kelas ibu hamil untuk mengurangi kecemasan dengan memberikan afirmasi positif dan mengajak ibu untuk mengatur suasana hati dengan mendengarkan musik, bercerita dengan orang terdekat, melakukan senam hamil, serta mencukupi kebutuhan nutrisi. Dari data tersebut

penulis tertarik untuk memberikan asuhan kebidanan untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil melalui audio hipnosis dan pijat endorphin.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas penulis merumuskan masalah, sebagai berikut: “Bagaimana Asuhan Kebidanan Pada Ny. S Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Ibu Hamil Melalui Audio Hipnosis Dan Pijat Endorphin di Puskesmas Poned Watubelah?”.

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Mampu memberikan asuhan kebidanan pada Ny. S untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil melalui audio hipnosis dan pijat endorphin di Puskesmas Poned Watubelah.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mampu melakukan pengkajian data subjektif dan objektif pada Ny. S untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil melalui audio hipnosis dan pijat endorphin di Puskesmas Poned Watubelah.
- b. Mampu menegakkan analisis berdasarkan data subjektif dan objektif pada Ny. S untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil melalui audio hipnosis dan pijat endorphin di Puskesmas Poned Watubelah.
- c. Mampu melakukan penatalaksanaan dan evaluasi berdasarkan analisa pada Ny. S untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil melalui audio hipnosis dan pijat endorphin di Puskesmas Poned Watubelah.
- d. Mampu melakukan evaluasi pemberdayaan pada pada Ny. S untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil melalui audio hipnosis dan pijat endorphin di Puskesmas Poned Watubelah.
- e. Mampu menganalisis kesengangan antara teori dan praktik pada pada Ny. S untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil melalui audio hipnosis dan pijat endorphin di Puskesmas Poned Watubelah.

#### **D. Manfaat**

##### 1. Manfaat Teoretis

Dapat meningkatkan pengetahuan dalam memberikan asuhan kebidanan khususnya pada ibu hamil untuk mengurangi kecemasan melalui audio hipnosis dan pijat endorphin.

##### 2. Manfaat Praktik

Dapat meningkatkan keterampilan asuhan kebidanan khususnya pada ibu hamil untuk mengurangi kecemasan melalui audio hipnosis dan pijat endorphin.