

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Kehamilan merupakan impian hampir semua pasangan untuk mendapatkan keturunan. Kehamilan peristiwa penting yang membawa perasaan positif, namun bisa jadi peristiwa yang menegangkan atau krisis emosional seperti rasa takut, cemas, dan depresi yang berhubungan dengan kehamilan (Hassanzadeh et al., 2020). Meskipun kehamilan dan persalinan suatu fenomena fisiologi yang normal namun kenyataannya bisa mengakibatkan perdarahan, rasa sakit yang luar biasa, menimbulkan ketakutan bahkan kematian ibu dan bayi (Ipi et al., 2022). Jika tidak ditangani dengan baik, maka dapat menyebabkan komplikasi maternal dan neonatal.

*World Health Organization* (WHO) menyatakan Angka Kematian Ibu (AKI) di dunia masih cukup tinggi pada tahun 2020 sebesar 211 per 100.000 kelahiran hidup (KH). Angka Kematian Ibu (AKI) di negara maju berkisar 11/100.000 kelahiran hidup, sedangkan di negara berkembang mencapai 462/100.000 kelahiran hidup salah satunya indonesia yaitu 177/100.000 kelahiran hidup (KH) (WHO, 2019).

Akan tetapi berdasarkan profil kesehatan RI tahun 2019, terjadi penurunan kematian ibu dari 390 menjadi 305 per 100.000 kelahiran hidup. Hal tersebut masih jauh dari target Sustainable Development Goals (SDGs) pada tahun 2030 mengurangi AKI hingga dibawah 70 per 100.000 kelahiran hidup (WHO, 2022). Adapun faktor penyebab Angka Kematian Ibu (AKI) salah satunya yaitu kondisi emosional ibu selama kehamilan hingga persalinan (Suharnah et al., 2021).

Di Indonesia terdapat 373.000.000 ibu hamil diantaranya mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan sebanyak 107.000.000 orang (28,7%) (Depkes RI, 2018 dalam Jurnal Asnuriyati & Fajri, 2020).

Seluruh populasi ibu hamil di Sumatera terdapat 679.765 yang mengalami kecemasan trimester III sebesar 355.873 orang atau 52,3% (Handayani, 2017). Lebih dari setengah atau sebesar 54% ibu hamil mengalami perubahan psikologis berupa kecemasan selama kehamilan (Elvina et al., 2018).

Kecemasan merupakan suatu respon yang terjadi dengan kondisi yang mengancam dalam keadaan yang tidak menyenangkan. Perasaan cemas sebagai suatu hal yang normal terhadap pertumbuhan dan perkembangan dalam menemukan identitas diri dan arti hidup. Rasa cemas ditandai dengan gejala fisik dan gejala perilaku, adapun gejala fisik yang muncul yaitu gelisah, bergemetar, berkeringat, sulit bernafas, jantung berdetak kencang, lemas, panas dingin, dan mudah tersinggung. Gejala perilaku menunjukkan seperti kekhawatiran akan sesuatu, ketakutan terhadap sesuatu yang akan terjadi di masa datang, takut tidak mampu mengatasi masalah, serta sulit berkonsentrasi (Rudiyanti & Raidartiwi, 2017).

Kecemasan yang terjadi pada saat kehamilan tergantung dari usia kehamilan itu sendiri. Trimester pertama menimbulkan kekecewaan, penolakan, dikaitkan dengan morning sickness. Pada trimester kedua keadaan mental ibu tampak lebih tenang dan mulai beradaptasi dengan perubahan yang terjadi serta menikmati kehamilan, dan pada trimester ketiga kecemasan kembali meningkat akibat kehamilan yang semakin membesar dan mendekati persalinan sehingga memikirkan segala sesuatu yang berkaitan dengan persalinan seperti kelancaran

persalinan, apakah mampu akan melahirkan secara normal, kondisi fisik calon bayi, dan nyeri yang akan dirasakannya (Elvina et al., 2018).

Kecemasan yang dialami ibu trimester III dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu usia, paritas, status kesehatan, tingkat pendidikan, dan dukungan suami (Yanti & Wirastri, 2022). Pada penelitian yang dilakukan oleh Mardhiyah, 2020 faktor– faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan pada ibu hamil hingga menjelang persalinan berasal dari umur, keadaan fisik, sosial budaya, tingkat pendidikan, tingkat pengetahuan, pengalaman masa lalu, dan pikiran yang tidak rasional juga dapat mempengaruhi kecemasan (Mardhiyah, 2020).

Jika kecemasan ibu hamil terutama trimester III tidak diatasi dengan baik maka akan membawa pengaruh terhadap fisik dan psikis ibu dan bayi sehingga menyebabkan berbagai komplikasi. Komplikasi yang dapat terjadi yaitu kecemasan dapat memicu kadar hormon stress yang tinggi sehingga membuat ibu depresi. Kecemasan ibu hamil yang terganggu akan mempengaruhi detak jantung ibu, tekanan darah, kelenjar keringat, meningkatkan asam lambung dan produksi adrenalin. Ibu hamil dengan keadaan cemas dapat merangsang peningkatan hormon kortikotropin yang berinteraksi dengan hormon oksitosin dan prostaglandin. Hormon oksitosin ini memediasi kontraksi rahim sehingga dapat terjadi kelahiran sebelum waktunya atau bayi lahir prematur (Maki et al., 2018).

Selain itu, dampak yang ditimbulkan dari kecemasan bisa menyebabkan bayi dilahirkan dengan berat badan rendah atau BBLR karena kecemasan berhubungan dengan indeks resistensi arteri uterin ibu. Hal ini disebabkan peningkatan konsentrasi noradrenalin dalam plasma darah yang dapat menghalangi aliran darah ke rahim, karena rahim sangat sensitif terhadap noradrenalin sehingga

menimbulkan efek vasokonstriksi. Proses inilah yang menyebabkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan janin intrauterin sehingga kekurangan oksigen dan nutrisi yang menyebabkan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) (Maki et al., 2018).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Dwi Astuti tahun 2020 di RSUD Prof. Dr. Margono Soekardjo Purwokerto, ibu hamil dengan cemas tinggi akan mengakibatkan spasme pembuluh darah memburuk sehingga terjadi kenaikan tekanan darah atau hipertensi. Hipertensi dapat menyebabkan stroke dan kejang maka akan meningkatnya mortalitas dan morbiditas (Setyaningsih et al., 2020). Di samping pada proses penyulit tersebut, dengan adanya rasa sakit yang luar biasa dapat memicu otot-otot menjadi tegang dan ibu menjadi mudah lelah, sehingga persalinan menjadi lama dan dapat mengakibatkan kematian ibu dan janin yang dikandungnya. (Mardhiyah, 2020).

Tingkat kecemasan sangat berpengaruh terhadap kesejahteraan ibu hamil maupun janin yang didalam kandungan. Tingkat kecemasan yang rendah pada ibu hamil dapat mengurangi komplikasi yang ditimbulkan sehingga secara tidak langsung dapat mengurangi Angka kematian ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB) di Indonesia, sedangkan tingkat kecemasan yang tinggi dapat memperberat komplikasi yang terjadi dan meningkatkan AKI dan AKB. Peran tenaga kesehatan sangat penting mengurangi angka kecemasan pada ibu hamil. Dengan mengurangi angka kecemasan pada ibu hamil diharapkan komplikasi yang ditimbulkan dapat dikurangi sehingga secara tidak langsung dapat mengurangi AKI dan AKB di Indonesia (Siallagan & Lestari, 2018).

Maka dari itu perlu untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil trimester III dengan manajemen kecemasan yang dapat dilakukan dengan terapi non-farmakologi salah satunya yaitu teknik distraksi. Teknik distraksi bekerja mengalihkan fokus perhatian seseorang ke stimulus lain seperti mendengarkan musik sehingga dengan mendengarkan musik merupakan teknik yang efektif untuk mengalihkan perhatian seseorang terhadap cemas yang berlebih terutama pada ibu hamil. Dalam kedokteran, terapi musik disebut juga sebagai terapi pelengkap (*Complementary Medicine*) (Moekroni & Analia., 2016). Penulis memilih menggunakan terapi musik ini karena sangat sederhana, tidak berbahaya, memberikan efek relaksasi, menenangkan pikiran dan tubuh, tidak menyakitkan, tanpa efek samping, tanpa memerlukan obat-obatan, sangat mudah, dan bisa dilakukan dimana saja.

Terapi musik bertujuan untuk menenangkan pikiran dan tubuh seseorang, melatih ibu mengendalikan dirinya dengan santai. Selain itu terapi musik juga dapat memperbaiki dan menyembuhkan kondisi fisik, emosional, kognitif, dan sosial bagi individu dan kalangan semua usia. Musik mempengaruhi sistem limbik yang dikirim ke sistem saraf dapat mengontrol kontraksi otot-otot tubuh sehingga memberikan efek menurunkan detak jantung, mengurangi kecemasan dan depresi, mengurangi rasa sakit dan menurunkan tekanan darah. Mendengarkan musik dapat merelaksasikan ibu hamil karena dapat menghilangkan stress sehingga meningkatkan kesejahteraan ibu dan janin (Teckenberg-Jansson et al., 2019).

Salah satu jenis musik yang meredakan kecemasan adalah musik klasik. Pemilihan musik klasik didasarkan pada keyakinan bahwa ritme dan tempo musik klasik sebagian besar mengikuti detak jantung manusia, yaitu kurang lebih 60

detak/menit (Betan et al., 2021). Musik klasik dengan tempo yang lamban dapat mengubah aktivitas gelombang otak, dimana terjadi pelepasan impuls yang sinkron dari banyak neuron di korteks serebri dengan frekuensi 12 per detik yang menghasilkan gelombang  $\alpha$  sehingga menimbulkan suatu kondisi rileks yang ditandai dengan rasa tenang dan nyaman. Perasaan tenang dan nyaman ini merupakan mekanisme koping yang positif, sehingga stress yang dialami ibu hamil trimester III terutama primigravida akan menurun (Campbell, 2011 dalam Aprilia & Husanah, 2021).

Dalam sebuah penelitian didapati hasil bahwa terapi musik klasik efektif untuk mengalihkan perhatian seseorang terhadap cemas yang berlebihan pada ibu hamil menjelang persalinan (Asmara et al., 2017). Penelitian ini juga didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Suharnah et al., 2021 yang menyatakan bahwa setelah diberikan terapi musik klasik pada ibu hamil primigravida trimester III terjadi penurunan tingkat kecemasan. Demikian juga pada penelitian Arnon (2019) terapi musik memberikan pengaruh pada nyeri, stress, dan kecemasan pada ibu hamil Trimester III (Arnon, 2019).

Laporan Dinas Kesehatan Kabupaten Padang Pariaman menyatakan bahwa pada tahun 2022 jumlah ibu hamil sebanyak 8.220 orang, dan jumlah cakupan ibu hamil urutan 2 tertinggi yaitu berada di Puskesmas Pasar Usang Kecamatan Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman sebanyak 675 ibu hamil, dan pada tahun 2023 sasaran ibu hamil tertinggi ke-2 masih berada di Puskesmas Pasar Usang sebanyak 673 ibu hamil.

Berdasarkan data rekam medis yang diperoleh dari Puskesmas Pasar Usang Kecamatan Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman bahwa jumlah ibu hamil trimester III periode April - Juni tahun 2023 sebanyak 104 orang.

Berdasarkan hasil survey yang dilakukan selama 2 hari di Puskesmas Pasar Usang didapatkan 10 orang ibu hamil trimester III yang mengalami kecemasan dengan hasil survei, 5 orang ibu hamil mengalami cemas berat, 3 orang ibu hamil mengalami cemas sedang, dan 2 orang ibu hamil mengalami cemas ringan. Penyebab kecemasan itu umumnya ibu mengatakan cemas apakah akan mampu melahirkan secara normal atau harus dilakukan pembedahan (SC), namun ada juga yang mengatakan cemas akan terjadi perdarahan saat persalinan, dan cemas tidak mampu mengejan saat melahirkan. Saat cemas ibu mengalami gangguan pola tidur, sakit-sakit pada otot serta gangguan konsentrasi. Terapi musik belum pernah dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Usang, kebanyakan tindakan yang dilakukan ibu untuk mengurangi cemas yaitu istirahat yang cukup dan berdoa.

Berdasarkan fenomena di atas, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Usang Kabupaten Padang Pariaman”

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah Terdapat Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Usang Kabupaten Padang Pariaman?”

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan secara umum dari penelitian ini adalah diketahui pengaruh pemberian terapi musik klasik Terhadap Tingkat kecemasan ibu hamil trimester III Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Usang Kabupaten Padang Pariaman.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengetahui rerata skor tingkat kecemasan sebelum dilakukan terapi musik pada ibu hamil trimester III Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Usang Kabupaten Padang Pariaman.
2. Mengetahui rerata skor tingkat kecemasan sesudah dilakukan terapi musik pada ibu hamil trimester III Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Usang Kabupaten Padang Pariaman.
3. Mengetahui pengaruh terapi musik klasik terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Usang Kabupaten Padang Pariaman.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penulisan ini diharapkan dapat dijadikan sumbangan pemikiran dan informasi secara langsung dibidang kebidanan tentang bahan kajian pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Usang Kabupaten Padang Pariaman.



### **1.4.2 Manfaat Praktis**

#### **1. Bagi Responden**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan terapi musik klasik sebagai terapi pelengkap mengurangi kecemasan ibu hamil trimester III.

#### **2. Bagi Masyarakat**

Hasil penelitian ini dapat memberikan masukan kepada masyarakat atau ibu hamil dalam penanganan kecemasan dengan pemberian terapi musik klasik pada ibu hamil trimester III.

#### **3. Bagi Institusi Pendidikan**

Dapat dijadikan sebagai bahan masukan keputakaan STIKes Mercubaktijaya Padang dan digunakan sebagai referensi dalam perkuliahan khususnya dalam Mata Kuliah Asuhan Kebidanan, pada Ibu Hamil, Psikologi Kehamilan dan Terapi Komplementer pada Ibu Hamil.

#### **4. Bagi Penulis**

Penulis mampu menerapkan asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan pemberian terapi musik klasik untuk mengurangi kecemasan ibu hamil trimester III.