

BABI

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kecemasan ibu hamil adalah reaksi ibu hamil terhadap perubahan dirinya dan lingkungannya yang membawa perasaan tidak senang atau tidak nyaman yang disebabkan oleh dugaan akan bahaya atau frustrasi yang mengancam, membahayakan rasa aman, keseimbangan atau kehidupan seorang individu atau kelompok sosialnya. Setiap ibu hamil memiliki tingkat kecemasan yang berbeda tergantung bagaimana ibu mempersiapkan kehamilannya. Tidak semua ibu hamil menyadari bahwa aspek fisik dan psikis adalah dua hal yang terkait dan saling mempengaruhi (Sobur,2009).

Data WHO (2010) menunjukkan sekitar 5% wanita tidak hamil mengalami kecemasan, 8-10% selama kehamilan, dan meningkat menjadi 12% ketika menjelang persalinan. Studi lain mengungkapkan bahwa terdapat 67% ibu hamil menyatakan agak cemas menjelang persalinannya 12% sangat cemas dan sisanya 23% menyatakan tidak cemas.

Kehamilan dapat merupakan sumber stressor kecemasan, terutama pada seorang ibu yang labil jiwanya. Sejak saat hamil, ibu sudah mengalami kegelisahan dan kecemasan. Kegelisahan dan kecemasan selama kehamilan merupakan kejadian yang tidak terelakkan, hampir selalu menyertai kehamilan, dan bagian dari suatu proses penyesuaian yang wajar terhadap perubahan fisik dan psikologis yang terjadi selama kehamilan. Perubahan ini terjadi akibat perubahan fisik dan psikologis yang terjadi selama kehamilan. Perubahan ini terjadi akibat perubahan hormon yang akan mempermudah janin untuk tumbuh dan berkembang sampai saat dilahirkan.

Pada kehamilan trimester III, sering disebut periode penantian dengan penuh kewaspadaan menunggu dan menanti masa persalinan. Ibu semakin menyadari adanya bayi dalam rahimnya yang semakin membesar dan semakin memfokuskan perhatiannya terhadap bayi yang akan dilahirkannya dan sejumlah ketakutan lain muncul, semakin merasa cemas dengan kehidupan bayi dan keadaan ibu sendiri. Pertanyaan dan bayangan akan

muncul, seperti apakah dapat melahirkan normal, cara mengejan, apakah akan terjadi sesuatu saat melahirkan, atau apakah bayi lahir selamat, nyeri persalinan akan semakin sering muncul dalam benak ibu hamil.

Kecemasan seorang dapat diukur dengan menggunakan instrumen hamilton anxiety rating scale (HARS), Analog anxiety scale, Zung self-rating anxiety scale (ZSAS), dan trait anxiety inventory form Z-I (STAI Form Z-I) (Kaplan & Saddock, 1998). Menurut Hawari (2001) Untuk mengetahui sejauh mana tingkat kecemasan seseorang apakah ringan, sedang, berat, atau sangat berat dengan menggunakan alat ukur yang dikenal dengan nama HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale).

Gangguan akibat kecemasan yang dialami ibu akan menjadi kegawatdaruratan baik bagi ibu sendiri maupun janin dalam proses persalinannya, yang dapat menyebabkan lepasnya hormon stress antara lain Adreno Cortico Tropic Hormone (ACTH), kortisol, katekolamin, β -Endorphin, Growth Hormone (GH), prolaktin dan Lutenizing Hormone (LH)/Folicle Stimulating hormone (FSH). Kejadian tersebut menyebabkan makin lamanya proses persalinan (partus lama) sehingga janin dapat mengalami kegawatan (fetaldistress). Kondisi tersebut bisa mengarah pada kematian ibu dan janin. Jika kondisi ini dibiarkan maka angka mortalitas dan morbiditas pada ibu hamil akan semakin meningkat.

Oleh karena itu, penulis tertarik untuk mengangkat kasus “Penerapan teknik pernafasan diafragma untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil trimester tiga terhadap Ny. M di PMB Yasmin Julianti Tahun 2021”, sebagai salah satu alternatif dalam upaya mengurangi rasa cemas pada Ny. R pada kehamilan trimester tiga yang ditandai dengan gejala yaitu perasaan cemas dikarenakan ini merupakan kehamilan pertama, susah tidur dan sakit dan nyeri di bagian otot-otot. Dengan adanya teknik pernafasan diafragma yang diterapkan pada ibu hamil trimester tiga di PMB Yasmin Julianti diharapkan dapat mengurangi rasa cemas yang dialami oleh ibu hamil trimester tiga.

B. Rumusan Masalah

Masih adanya ibu hamil yang mengalami kecemasan pada trimester tiga di PMB Yasmin Julianti S.Ningsih, SST.,M.Kes., intervensi berupa teknik pernafasan diafragma dengan tujuan mengatasi terjadinya kecemasan pada usia kehamilan trimester tiga dengan gejala ibu yaitu perasaan cemas, susah tidur dan sakit dan nyeri di bagian otot-otot akan diberikan kepada Ny. R G1P0A0 hamil 33 minggu 5 hari. Oleh karena itu berdasarkan permasalahan tersebut dapat dirumuskan permasalahan dan belum diketahui : “ Apakah teknik pernafasan diafragma dapat mengurangi kecemasan ibu hamil trimester tiga terhadap Ny. R di PMB Yasmin Julianti ?”

C. Tujuan Penelitian

1) Tujuan Umum

Penulis mampu melaksanakan studi kasus penerapan teknik pernafasan diafragma terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III pada Ny. R Umur 27 tahun dengan menggunakan pendekatan manajemen kebidanan Varney dan didokumentasikan dalam bentuk SOAP.

2) Tujuan Khusus

- a. Melaksanakan pengumpulan data dasar pada Ny. R di PMB Yasmin Julianti
- b. Melakukan interpretasi data dasar berdasarkan hasil pengkajian pada Ny. R dengan masalah kecemasan pada usia kehamilan trimester III di PMB Yasmin Julianti
- c. Mengidentifikasi diagnosa atau masalah potensial pada Ny. R dengan masalah kecemasan pada usia kehamilan trimester III di PMB Yasmin Julianti
- d. Mengidentifikasi dan menetapkan kebutuhan yang memerlukan penanganan segera terhadap Ny. R dengan masalah kecemasan pada usia kehamilan trimester III di PMB Yasmin Julianti
- e. Merencanakan asuhan yang menyeluruh sesuai dengan pengkajian data pada Ny. R dengan masalah kecemasan pada usia kehamilan trimester III di PMB Yasmin Julianti

- f. Melaksanakan asuhan kebidanan pada Ny. R dengan masalah kecemasan pada usia kehamilan trimester III di PMB Yasmin Julianti
- g. Mengevaluasi hasil asuhan pada Ny. R dengan masalah kecemasan pada usia kehamilan trimester III di PMB Yasmin Julianti
- h. Mendokumentasikan hasil asuhan kebidanan pada Ny. R dengan masalah kecemasan pada usia kehamilan trimester III di PMB Yasmin Julianti

D. Manfaat

a. Manfaat Teoritis

Menambah pengetahuan, pengalaman, wawasan dan referensi bacaan mengenai penerapan teknik pernafasan diafragma dalam mengurangi kecemasan pada ibu hamil trimester III

b. Manfaat Aplikatif

1. Bagi Lahan Praktik

Sebagai bahan informasi dan tempat penerapan ilmu secara nyata dan langsung kepada masyarakat mengenai penerapan teknik pernafasan diafragma. Dengan demikian, rasa cemas yang dialami ibu hamil trimester tiga dapat berkurang terutama di PMB Yasmin Julianti

2. Bagi Institusi Pendidikan

Manfaat bagi institusi adalah dijadikan sumber referensinya penerapan asuhan kebidanan pada kehamilan dengan penerapan teknik pernafasan diafragma.

3. Bagi penulis

Diharapkan dapat menjadi sumber informasi guna mengembangkan penelitian lebih lanjut mengenai teknik pernafasan diafragma untuk mengurangi kecemasan pada kehamilan trimester tiga, sehingga metode ini dapat berkembang lebih baik di kemudian hari dan terus menginspirasi setiap pembaca.

E. Ruang Lingkup

Asuhan kebidanan dengan metode 7 langkah varney terhadap kecemasan dalam kehamilan trimester tiga ditujukan kepada Ny. R umur 27 tahun tahun G1P0A0 dengan usia kehamilan 38 minggu 8 hari. Asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan kecemasan pada kehamilan trimester III dilakukan di PMB Yasmin Julianti Desa Bakung Udik Kecamatan Gedung Meneng Kabupaten Tulang Bawang. Waktu pengambilan studi kasus yaitu dari february 2021 sampai maret 2021