

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dewasa ini kematian maternal yang terjadi pada wanita hamil dan bersalin adalah masalah besar di negara berkembang. Diperkirakan 830 kematian maternal terjadi setiap harinya pada saat kehamilan dan persalinan. Risiko kematian maternal di negara berkembang 33 kali lebih tinggi dibandingkan dengan wanita yang tinggal di negara maju (WHO, 2015).

Indonesia merupakan salah satu negara berkembang. Menurut data Profil Kesehatan Indonesia tahun 2017 tercatat Angka Kematian Ibu di Indonesia sebesar 305 per 100.000 kelahiran ibu pada tahun 2015. Angka Kematian ibu masih sangat jauh dari target sasaran yang diperkirakan sebesar 102 per 100.000 kelahiran hidup (Depkes, 2017).

Banyak faktor penyebab tingginya AKI, salah satunya adalah kondisi emosi ibu hamil selama kehamilan hingga kelahiran bayi (Kemenkes, 2010). Di seluruh dunia sekitar 10% dari wanita hamil mengalami ansietas (kecemasan), stress dan depresi. Bahkan di negara berkembang mencapai 15,6% selama kehamilan (WHO, 2015). Di Indonesia angka kejadian kecemasan pada ibu hamil mencapai 373.000.000 (Depkes RI, 2008). Berdasarkan data Profil Kesehatan Provinsi Lampung terdapat 113.976 ibu hamil, dan yang mengalami kecemasan dalam menghadapi proses persalinan sebanyak 9,897 orang (8,68%) (Dinkes, 2009).

Pada ibu hamil emosi yang ada pada dirinya cenderung labil, sehingga dapat menimbulkan kecemasan terutama pada ibu primigravida yang masih beradaptasi dengan keadaan fisik dan peran barunya (Mansur, Herawati. 2009: 134). Kecemasan sendiri merupakan kondisi dimana psikis merasakan khawatir, gelisah, tidak tenang yang disertai dengan gejala fisik. Rubin, 1975 dalam Pieter dan Lubis (2010:237).

Kecemasan ibu hamil tentang menghadapi persalinan akan memengaruhi bayi dalam kandungan, yakni dengan terjadinya peningkatan kimiawi dan kadar hormon pada tubuh ibu yang nantinya akan bersirkulasi dalam tubuh dan menembus sawar plasenta hingga mencapai janin yang akan membahayakan kondisi janin Madders, 1979 dalam Brayshaw (2007:64). Ibu hamil yang mengalami rasa cemas berlebihan juga akan berdampak buruk seperti dapat memicu terjadinya rangsangan kontraksi, keguguran, dan tekanan darah meningkat yang menjadi salah satu faktor pencetus keracunan dan meningkatnya kejadian preeklamsia (Marwiyah dan Sari, 2017).

Untuk memutuskan siklus kecemasan tersebut, maka senam hamil sebagai salah satu pelayanan prenatal merupakan suatu alternatif terapi yang dapat diberikan pada ibu hamil. Bila dicermati lebih lanjut, sebenarnya dalam gerakan senam hamil terkandung efek relaksasi yang dapat menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil (Wulandari, 2016), sebagaimana dijelaskan oleh Mochtar dalam buku Sinopsis Obstetri (1998: 215) agar ibu hamil memperoleh ketenangan dan relaksasi sempurna dalam mengurangi kecemasan, maka

diperlukan 3 hal berikut, yaitu kepercayaan pada diri sendiri, kepercayaan pada penolong, dan latihan-latihan senam hamil.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Larasati dan Wibowo (2012) pada 56 responden yang diberikan senam hamil, analisis data menunjukkan bahwa sebelum diberikan senam hamil, kelompok eksperimen dan kelompok kontrol mengalami kecemasan yang sama ($p>0.05$). Setelah diberi perlakuan, diperoleh nilai 0,019 ($p<0,05$), berarti ada perbedaan tingkat kecemasan yang signifikan antara kedua kelompok. Dalam penelitian lain yang dilakukan Narwiyah tahun 2017 didapatkan kesimpulan, yakni kecemasan yang terjadi pada ibu hamil sebelum dan setelah diberikan senam hamil memiliki penurunan yang signifikan, dan efektivitas senam hamil terhadap kecemasan sangat signifikan (nilai $p=0.000$).

Hasil Pre Survey yang dilakukan oleh peneliti di PMB Siti Hajar SST Kabupaten Lampung Selatan pada tanggal 31 Oktober 2018 didapatkan dari 6 responden ibu primigravida trimester III, 85% (5 orang) diantaranya mengalami kecemasan dan 15% (1 orang) tidak mengalami kecemasan. Pada hasil wawancara yang dilakukan, didapatkan kecemasan ibu tersebut dikarenakan saat ibu membayangkan proses kelahiran yang menakutkan dan menyakitkan, serta ibu takut apabila bayi yang akan dilahirkan mengalami berbagai masalah. 85% (5 orang) responden yang mengalami kecemasan mengatakan bahwa mereka tidak tahu sama sekali mengenai senam hamil, sedangkan 15% (1 orang) responden yang tidak mengalami kecemasan mengatakan bahwa beliau tahu tentang senam hamil namun jarang melakukannya. Oleh sebab itu, berdasarkan latar belakang

diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Senam Hamil terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Trimester III di PMB Siti Hajar, SST Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2019”.

B. Rumusan Masalah

Masalah pada penelitian ini, yakni mayoritas ibu primigravida trimester III mengalami kecemasan yaitu sebanyak 85% dan belum diketahuinya pengaruh senam hamil dalam mengurangi kecemasan di PMB Siti Hajar, SST Kabupaten Lampung Selatan. Berdasarkan uraian masalah diatas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Adakah pengaruh senam hamil terhadap tingkat kecemasan ibu promigravida trimester III di PMB Siti Hajar, SST Kabupaten Lampung Selatan tahun 2019?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk diketahui pengaruh senam hamil terhadap tingkat kecemasan ibu primigravida trimester III di PMB Siti Hajar, SST Kabupaten Lampung Selatan tahun 2019.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah untuk:

- a. Diketahui karakteristik ibu primigravida trimester III di PMB Siti Hajar, SST Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2019.

- b. Diketahui distribusi tingkat kecemasan ibu primigravida trimester III sebelum pemberian senam hamil di PMB Siti Hajar, SST Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2019.
- c. Diketahui distribusi tingkat kecemasan ibu primigravida trimester III setelah pemberian senam hamil di PMB Siti Hajar, SST Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2019.
- d. Diketahui pengaruh senam hamil terhadap tingkat kecemasan primigravida trimester III di PMB Siti Hajar, SST Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2019.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat dijadikan salah satu bahan referensi bagi tenaga kesehatan dalam meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan, khususnya dalam hal mengidentifikasi kecemasan yang terjadi pada ibu primigravida trimester III.

2. Aplikatif

a. Bagi PMB Siti Hajar, S.ST

Sebagai tambahan informasi dan pengetahuan tentang tindakan alternatif penanganan kecemasan ibu primigravida trimester III.

b. Bagi Jurusan Kebidanan Poltekkes Tanjungkarang

Sebagai sumber informasi dan referensi tentang pengaruh senam hamil terhadap tingkat kecemasan ibu primigravida trimester III.

c. Bagi Peneliti Lainnya

Sebagai bahan referensi dan dapat menjadi masukan bagi pengembangan penelitian selanjutnya terkait dengan pengaruh senam hamil terhadap tingkat kecemasan primigravida trimester III dengan menambahkan atau membandingkan dengan variabel yang lain.

E. Ruang Lingkup

Rancangan penelitian dalam penelitian ini yaitu *Pre-Eksperimen* dengan pendekatan *One-Group Pretest-Posttest Design*. Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester III di PMB Siti Hajar SST Kabupaten Lampung Selatan. Sedangkan sampel dari penelitian ini adalah sebagian ibu primigravida trimester III di PMB Siti Hajar SST Kabupaten Lampung Selatan yang memenuhi kriteria dalam penelitian.

Variabel dependen dalam penelitian ini adalah tingkat kecemasan, sedangkan variabel independen adalah senam hamil. Pengumpulan data dalam penelitian ini, yaitu pengumpulan data secara primer yakni wawancara menggunakan kuesioner. Lokasi yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah PMB Siti Hajar SST Kabupaten Lampung Selatan. Waktu penelitian dilaksanakan pada tahun 2018-2019.