

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Persalinan merupakan proses pergerakan keluarnya janin, plasenta dan membran dari dalam rahim melalui jalan lahir. Proses ini diawali dari pembukaan dan dilatasi serviks sebagai akibat kontraksi uterus dengan frekuensi, durasi, dan kekuatan yang teratur. Persalinan pada umumnya terjadi pada usia kehamilan cukup bulan (37-42 minggu) lahir spontan dengan presentasi belakang kepala yang berlangsung 18 jam tanpa komplikasi pada ibu dan janin. (Hipson & Anggraini, 2021).

Persalinan dibagi menjadi empat tahapan, yaitu Kala I, Kala II, Kala III dan Kala IV. Kala I persalinan ditetapkan sebagai tahap yang berlangsung sejak terjadi kontraksi uterus yang teratur sampai terjadi pembukaan lengkap. Kala I persalinan dibagi menjadi dua fase, yaitu fase laten dan fase aktif. Fase laten dimulai sejak awal berkontraksi yang menyebabkan penipisan dan pembukaan serviks secara bertahap, dan berlangsung hingga serviks membuka kurang dari empat cm. Pada umumnya berlangsung hampir atau delapan jam. Fase aktif Kala I persalinan, frekuensi dan lama kontraksi akan meningkat secara bertahap (kontraksi dianggap adekuat/memadai jika terjadi tiga kali atau lebih dalam waktu 10 menit dan berlangsung selama 40 detik atau lebih) pembukaan serviks empat hingga mencapai pembukaan lengkap terjadi dengan kecepatan dengan rata-rata satu cm per jam. Pada proses persalinan Kala I terjadi sebuah

kombinasi antara proses fisik dan pengalaman emosional bagi seorang perempuan. Salah satu faktor psikis yang memengaruhi yaitu rasa cemas dan takut dalam menghadapi persalinan (Maesaroh, Ariaveni, & Hardono, 2019)

Kecemasan adalah kekhawatiran pada sesuatu yang akan terjadi dengan penyebab yang tidak jelas dan dihubungkan dengan perasaan tidak menentu dan tidak berdaya. Pada Ibu bersalin kecemasan terjadi disebabkan oleh ketakutan kematian ibu dan bayinya, ketakutan lahir cacat atau keadaan patologis kecemasan akan rasa nyeri persalinan, rasa bersalah dan dosa berkaitan dengan kehidupan emosi, dan kasih sayang dari orang tuanya serta dosa-dosa masa lalu. (Arianti & Resetipa, 2019). Menurut Handayani (2018) kecemasan pada ibu hamil dan bersalin juga disebabkan oleh kurangnya pengetahuan tentang kehamilan dan persalinan, dan kurangnya dukungan suami dan keluarga dalam menjelang persalinan.

*World Health Organization* (2010) menunjukkan sekitar 8-10% mengalami kecemasan selama kehamilan dan meningkat menjadi 13% ketika menjelang persalinan. kecemasan pada ibu hamil sangat berpotensi menimbulkan Depresi pada ibu hamil. Kondisi ini tentu juga tidak baik untuk janin yang dikandung (Kemenkes.RI, 2019). Menurut (Yuliani & Aini, 2020) Angka kejadian kecemasan ibu bersalin di Indonesia yang mengalami kecemasan berat mencapai 57,5%. Dalam penelitian (Arianti & Resetipa, 2019) Menyebutkan angka ibu bersalin mengalami cemas sedang (5%), hampir seluruhnya mengalami cemas berat (85%), dan sebagian kecil mengalami panik (10%).

Kecemasan pada Ibu bersalin akan menyebabkan produksi *hormone* kortisol secara berlebihan yang berakibat meningkatkan tekanan darah dan emosi yang tidak stabil. Hormon kortisol melalui pembuluh darah akan sampai di placenta dan akhirnya ke janin, akibatnya dapat terjadi asfiksia pada bayi dan mempersulit proses persalinan yang nantinya bisa mengakibatkan kematian pada bayi atau pada ibunya sendiri (Sukmaningtiyas & Windiarti, 2016). Dampak lain yang dapat ditimbulkan dari kecemasan yaitu melemahnya kontraksi persalinan atau melemahnya kekuatan mengedan ibu (*power*), sehingga dapat menghambat kemajuan persalinan dan dapat menyebabkan terjadinya persalinan lama Menurut (Zamriati, Hutagaol, & Wowiling, 2019).

Kecemasan pada ibu hamil dan bersalin dapat diatasi dengan menerapkan intervensi non farmakologi dimana dapat mengontrol perasaan. Menurut *The Australian Association of Massage Therapists* (AAMT, 2016) telah terdaftar beberapa metode dan *Massage* terapi non farmakologis tanpa obat-obatan dalam mengurangi kecemasan seperti relaksasi, akupuntur, kompres hangat, masix, aroma terapi, dan *Massage Endorphine*.

*Massage* merupakan salah satu cara untuk menghilangkan rasa lelah pada tubuh, memperbaiki sirkulasi darah, merangsang tubuh untuk mengeluarkan racun, serta meningkatkan kesehatan pikiran (Meihartati & Mariana, 2018). Teknik *Massage* membantu ibu merasa lebih segar, rileks, dan nyaman. Hal itu terjadi karena *Massage* merangsang tubuh melepaskan senyawa *Endorphine* yang merupakan pereda sakit alami, salah satu terapi *Massage* yang dapat

diberikan kepada ibu bersalin dalam menurunkan kecemasan adalah *Massage endorphine* (Rahayu, Widyawati, & Dewi, 2018).

*Endorfin Massage* merupakan sebuah terapi sentuhan serta pijatan ringan yang menciptakan perasaan nyaman dan enak sehingga mengurangi kecemasan yang ibu. *Endorfin Massage* merangsang tubuh untuk melepaskan senyawa *Endorphine* yang dapat menormalkan denyut jantung dan tekanan darah, mengurangi rasa sakit, mengendalikan perasaan stres dan menciptakan perasaan nyaman serta meningkatkan kondisi rileks dalam tubuh ibu dengan memicu perasaan nyaman melalui permukaan kulit (Rahayu, Widyawati, & Dewi, 2018).

Menurut Meihartati & Mariana tahun 2018 dalam hasil penelitiannya terdapat pengaruh *Endorphine Massage* terhadap tingkat kecemasan pada ibu bersalin, dimana ibu bersalin yang di *Massage* 20 menit setiap jam selama proses persalinan mengalami penurunan kecemasan, karena dapat membantu ibu menjadi lebih rileks dan nyaman serta dapat mengurangi rasa nyeri dan rasa sakit saat proses persalinan. Penelitian yang serupa juga dilakukan oleh Sukei (2020) dalam penelitiannya memperoleh hasil terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian *Massage* pada ibu hamil. Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan Gustini & Mintarsih tahun 2018 menunjukkan hasil bahwa *Endorphine Massage* dapat mengurangi kecemasan, ketegangan dan ketidaknyamanan yang dialami ibu bersalin akan dapat berkurang karena sentuhan atau *Endorphine Massage* memberi pengaruh positif terhadap kesejahteraan fisik dan psikis ibu.

Berdasarkan latarbelakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Penerapan *Endorphine Massage* terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Gamping Yogyakarta”

## **B. Tujuan Penulisan**

### 1. Tujuan Umum

Diketuainya pengaruh *Endorphine* masssage terhadap tingkat kecemasan pada ibu bersalin

### 2. Tujuan Khusus

- a) Diketuainya tingkat kecemasan ibu bersalin sebelum *Massage Endorphine*.
- b) Untuk mengetahui tingkat kecemasan ibu bersalin sesudah *Massage Endorphine*.

## **C. Manfaat**

### 1. Bagi Ibu Bersalin

Berguna sebagai bahan referensi tindakan keperawatan mandiri bagi pasien yang membantu agar pasien mampu mengurangi kecemasan dengan tehnik *massage endorphine* dalam mengurangi kecemasan dalam menghadapi persalinan.

### 2. Manfaat teoritis

Studi kasus ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dalam asuhan keperawatan dengan pemberian *Endorphine Massage* dalam mengurangi kecemasan pada ibu bersalin.

### 3. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar dan tolak ukur untuk terus mengembangkan penelitian ilmiah serta mengembangkan keterampilan keperawatan maternitas dalam memberikan asuhan keperawatan pada ibu bersalin.

### 4. Tehnik Pengumpulan data

1. Pengumpulan data dilakukan dengan melakukan observasi atau indentifikasi masalah secara sistematis terhadap tanda dan gejala pada ibu bersalin. Setelah menemukan data kemudian menarik diagnose dan melakukan *study literatur review* dalam mendukung intervensi masalah keperawatan yang ditemukan, sesuai dengan *Evidence Based Nursing*.
2. Rancangan intervensi penelitian yang digunakan dalam eksperimen ini dengan desain *pre eksperimental* pendekatan *one group pretest-posttest design* karena akan membandingkan keadaan sebelum dilakukan perlakuan dengan setelah dilakukan perlakuan, Penelitian akan menilai tingkat kecemasan dengan menggunakan skala *HARS* sebelum diberi perlakuan dengan sesudah diberi perlakuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh *Endorphine Massage* terhadap tingkat kecemasan pada ibu bersalin