

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Konsepsi merupakan awal mula terjadinya kehamilan. Konsepsi ialah bersatunya sel telur (ovum) dan sperma. Proses kehamilan dihitung sejak hari pertama haid terakhir hingga 40 minggu (280 hari) (Kamariyah, 2014). Pada tiga bulan pertama ibu hamil biasanya mengalami keluhan yang disebabkan oleh perubahan hormonal. Keluhan yang terjadi dapat berkurang setelah plasenta mengambil produksi hormon dan akan terlihat tanda awal berupa pembesaran uterus. Kadar estrogen meningkat untuk menstimulasi perkembangan kelenjar susu, akibatnya payudara terasa nyeri dan sensitif. Kadar progesterone meningkat untuk mempertahankan kehamilan, tetapi juga menimbulkan gejala awal yang tak diinginkan seperti mudah lelah dan mual di pagi atau sore hari (Lesley, 2012).

Ketidaknyamanan pada ibu hamil trimester 1 antara lain mual muntah pada pagi hari, sering buang air kecil (BAK), gatal dan kaku pada jari, hidung tersumbat atau berdarah, pica atau ngidam, kelelahan/*fatigue*, keputihan, keringat bertambah, palpitasi, *ptyalism* (sekresi air ludah yang berlebihan) dan sakit kepala (Novika, 2020). Pada trimester 1 kebiasaan yang paling banyak dilakukan untuk mengatasi beragam ketidaknyamanan yang dirasakan adalah menunggu sampai ketidaknyamanan tersebut hilang dengan sendirinya (Elba & Ramadhina Putri, 2019).

Perubahan-perubahan yang dialami oleh wanita selama kehamilan normal bersifat fisiologis. Maka, asuhan yang diberikan merupakan asuhan yang minim intervensi. Bidan sebaiknya memfasilitasi proses alamiah pada kehamilan dan mengurangi tindakan yang bersifat medis serta tidak terbukti manfaatnya (Dartiwen, 2019).

Dalam pelayanan kebidanan terdapat sebuah terapi non farmakologis atau disebut dengan terapi komplementer yang merupakan pengobatan non konvensional yang mengatasi berbagai penyakit atau keluhan dengan cara tradisional serta tidak dilakukan dengan teknik bedah, obat atau produk farmasi, namun dengan memanfaatkan berbagai jenis terapi dan herbal (Hayati, 2021).

Salah satu bagian dari terapi komplementer yaitu pemberian terapi Hipnosis. *Hypnosis* ialah kondisi sadar yang terjadi secara alami, dimana seseorang dapat menghayati pikiran dan sugesti yang ada untuk mencapai perubahan psikologis, fisik maupun spiritual seperti apa yang dikehendaki. Sedangkan *hypnoterapi* sesuai namanya merupakan aplikasi *hypnosis* dalam menyembuhkan gangguan mental dan meringankan gangguan fisik (Kuswandi Lanny & Team HBI, 2021)

Trimester pertama kehamilan merupakan masa yang vital bagi janin karena berada dalam tahap awal pembentukan organ-organ tubuh . Apabila janin mengalami kekurangan nutrisi maka pertumbuhan organ dapat terganggu. Selain itu juga dapat mengakibatkan janin lahir dengan berat badan yang kurang. Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi ketidaknyamanan pada masa kehamilan dengan farmakologis maupun non farmakologis. Pemberian terapi non farmakologis seperti hipnoterapi dinilai lebih aman dan efektif diberikan pada ibu hamil (Rismawaty Nainggolan et al., 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Burmanajaya, dkk (2020) menunjukkan bahwa hipnoterapi memiliki efek yang signifikan pada penurunan tingkat emesis ibu hamil pada trimester pertama. Hipnoterapi sangat dianjurkan untuk wanita hamil yang mengalami emesis. Penelitian yang dilakukan oleh Elita Vasra, dkk (2022) setelah diberikan *hypnoprenatal* terdapat perubahan yang lebih baik pada ibu hamil. Pada

awal wawancara sebelum kegiatan dilakukan terdapat ibu-ibu yang mengeluh cemas dengan kehamilannya. Namun setelah dilakukan *hypnoprenatal* ibu merasa tampak lebih tenang dan merasa yakin dan percaya diri dalam menjalani kehamilannya.

Jumlah ibu hamil yang melakukan ANC di Indonesia pada tahun 2021 yaitu sebanyak 4.884.711, cakupan K1 berjumlah 4.786.642 (98%) (Kemenkes,2022). Menurut Data Profil Kesehatan Indonesia tahun 2021 di Provinsi Jawa Tengah ibu hamil yang melakukan kunjungan ANC berjumlah 545.961, cakupan K1 berjumlah 545.813 (100%) (Riskesda, 2022). Cakupan kunjungan ibu hamil K1 di Kabupaten Purbalingga Jawa Tengah pada tahun 2021 sebesar (100%) (Dinas Kesehatan Kabupaten Purbalingga, 2022).

Berdasarkan studi dokumen yang dilakukan di daerah Desa Karangnangka, Kecamatan Bukateja, Kabupaten Purbalingga PMB Sutirah pada periode Januari-Agustus Tahun 2022 terdapat 87 ibu hamil yang melakukan Antenatal Care (ANC), K1 berjumlah 33 orang PMB Sutirah Purbalingga telah membuka program kelas Kehamilan seperti Prenatal Yoga, Hypnobirthing dan Persiapan Persalinan. Adapun kegiatan dilaksanakan setiap Hari Sabtu dan Minggu. Jumlah ibu hamil yang mengikuti sebanyak 46 orang.

Hasil studi dokumen yang dilakukan pada bulan Agustus 2022 di PMB Bidan Sutirah Purbalingga diketahui bahwa kunjungan K1 ibu hamil tahun 2021 sebanyak 122 ibu hamil dengan keluhan ketidaknyamanan sebagai berikut: mual dan atau muntah 46%; pusing 27%; *heartburn* 12%; mudah lelah 10%; serta gangguan lainnya 5%. Peneliti menentukan lokasi di PMB Bidan Sutirah Purbalingga karena permasalahan yang diteliti ada di lokasi tersebut. Selain itu, lokasi ini dekat dengan domisili peneliti sehingga memudahkan akses untuk meneliti permasalahan yang dikaji. Hal tersebut

akan berpengaruh pada kualitas penelitian ini agar lebih maksimal dan meminimalkan dana penelitian. Berdasarkan hasil studi pendahuluan tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Ketidaknyamanan Ibu Hamil Trimester I di Praktik Mandiri Bidan Sutirah Purbalingga Tahun 2022.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan hal-hal yang telah diuraikan di latar belakang, maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut: “Apakah ada pengaruh hipnoterapi terhadap ketidaknyamanan ibu hamil trimester I di Praktik Mandiri Bidan Sutirah Purbalingga?”.

## **C. Tujuan**

### 1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini yaitu mengetahui pengaruh hipnoterapi terhadap ketidaknyamanan ibu hamil trimester I di Praktik Mandiri Bidan Sutirah Purbalingga.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui karakteristik ibu hamil trimester I di Praktik Mandiri Bidan Sutirah Purbalingga.
- b. Untuk mengidentifikasi ketidaknyamanan ibu hamil Trimester I sebelum hipnoterapi di Praktik Mandiri Bidan Sutirah Purbalingga.
- c. Untuk mengidentifikasi ketidaknyamanan ibu hamil Trimester I sesudah hipnoterapi di Praktik Mandiri Bidan Sutirah Purbalingga.

## **D. Manfaat**

### 1. Manfaat Teoritis

#### a. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai bahan kajian terhadap materi Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Ketidaknyamanan Ibu Hamil Trimester I serta referensi bagi mahasiswa dalam memberikan asuhan pada ibu hamil di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

b. Bagi Mahasiswa

Dapat mengembangkan dan memperkaya khazanah keilmuan dan pengetahuan, yang terkait dengan pengaruh hipnoterapi terhadap ketidaknyamanan ibu hamil trimester I.

c.. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai tambahan literature atau refrensi, khususnya kepada jurusan Kebidanan, sekaligus dapat digunakan sebagai pustaka bagi peneliti selanjutnya.

2. Manfaat Praktik

a. Bagi ibu hamil Trimester I

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan dan pengetahuan bagi ibu hamil dan keluarga terkait pengaruh hipnoterapi terhadap ketidaknyamanan ibu hamil trimester I.

b. Bagi Praktik Mandiri Bidan Sutirah Purbalingga

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk mengembangkan mutu dan kualitas pelayanan kebidanan pada ibu hamil Trimester I dengan permasalahan ketidaknyamanan.

## E. Keaslian Penelitian

**Tabel 1.1 Keaslian Penelitian**

Nama dan Tahun	Judul	Hasil	Perbedaan
(Burmanajaya et al., 2020)	Hipnoterapi Dapat Mengurangi Derajat Emesis Pada Ibu Hamil Trimester Pertama	Hasil penelitian menunjukkan bahwa hipnoterapi memiliki efek yang signifikan pada penurunan tingkat emisisi ibu hamil pada trimester pertama ( $p = < 0,05$ ). Hipnoterapi sangat dianjurkan untuk wanita hamil yang mengalami emesis.	Waktu, Tempat Penelitian dan Derajat Emesis Menjadi Ketidaknyamanan Ibu Hamil
(Pitriani et al., 2019)	Hipnoterapi Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I Di Wilayah Kerja Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya Tahun 2019	didapatkan pada kelompok kasus diperoleh nilai $r$ Value sebesar 0,000 artinya ada korelasi yang bermakna sebelum dan sesudah perlakuan, dengan arah korelasi positif dan kekuatan korelasi yang sangat kuat. Dengan demikian terdapat pengaruh hipnoterapi terhadap mual muntah ibu hamil trimester I, sehingga diharapkan hipnoterapi dapat menjadi salah satu alternatif non farmakologis yang dapat membantu menurunkan emesis gravidarum	Tempat Penelitian, Mual dan muntah menjadi Ketidaknyamanan Ibu Hamil.

---

(Musfirowati, 2017)	Pengaruh Yogic Breathing Terhadap Tingkat Kenyamanan Ibu Hamil Pada Trimester I di Puskesmas Wilayah Kerja Kecamatan Kragilan Tahun 2017	Yogic breathing dapat dilanjutkan sebagai salah satu intervensi yang diterapkan pada pelayanankeperawatan khususnya ibu hamil yang mengalami ketidaknyamanan pada trimester I.	Waktu dan tempat penelitian, yogic breathing menjadi hypnoterapi
---------------------	--	--	--

---

PEPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA