

BAB I

PENDAHULUAN

Kehamilan yang sehat, kondisi fisik yang aman serta keadaan emosi yang memuaskan, baik bagi ibu maupun janin dapat menyumbang keberhasilan dalam persalinan. Kehamilan membawa pengaruh yang cukup besar baik dari segi psikologis maupun fisik ibu hamil sejalan dengan penambahan usia kehamilan. Perubahan-perubahan tersebut mengharuskan penyesuaian pada ibu hamil. Persalinan merupakan proses yang fisiologis, kelancaran persalinan normal tergantung pada 3 faktor “P” utama yaitu yaitu power, passage, passenger. Selain itu, kondisi psikologis ibu hamil juga dapat mempengaruhi proses persalinan (Syahda, 2017; Mardhiyah dan Khaerani, 2017).

Salah satu bentuk perubahan kondisi psikologis ibu hamil trimester III yang dialami adalah cemas. Cemas yang berlebihan akan berujung pada stress yang dapat mempersulit proses persalinan, kondisi tersebut yang membuat otot tubuh menegang, terutama otot-otot yang berada di dalam rahim menjadi kaku dan keras, sehingga akan berpengaruh pada pembukaan kala I. Jika kontraksi uterus kurang efektif (lambat) pada kala I akan berakibat pada kemajuan persalinan menjadi tidak adekuat. Stress mengakibatkan kontraksi uterus menjadi lemah sehingga persalinan berlangsung lama dan dapat meningkatkan resiko kematian.

Kematian ibu menjadi resiko yang dihadapi ibu hamil selama kehamilan hingga kelahiran bayi. Pada tahun 2018 AKI di Kabupaten Ponorogo sebesar 83 per 100.000 kelahiran hidup (Profil Kesehatan Kabupaten Ponorogo, 2018). Penyebab AKI di Kabupaten Ponorogo adalah terjadinya komplikasi pada ibu hamil salah satunya yaitu partus lama pada kemajuan persalinan kala I yang disebabkan oleh kecemasan dan rasa khawatir.

Selama ini penanganan yang dilakukan untuk mengatasi partus lama pada kemajuan persalinan kala I dengan mengobservasi dan memperbaiki his. Upaya yang dapat dilakukan ibu hamil agar his adekuat dengan membuat jiwa menjadi lebih tenang dengan energi positif yang membantu meringankan rasa sakit dan

cemas pada saat kontraksi serta mempercepat proses persalinan adalah dengan teknik relaksasi dzikir dan doa. Dzikir dan doa menekankan pada upaya untuk beristirahat dan rileks melalui pengurangan ketegangan atau tekanan psikologis. Metode ini digunakan untuk mengendalikan pikiran ibu dan memasukkan sugesti positif dalam pikiran ibu, sehingga dapat memberikan perasaan rileks serta memasrahkan segalanya pada Allah SWT.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat disimpulkan bahwa masalah yang ditemukan adalah kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai relaksasi dzikir dan doa, kurangnya keterampilan dalam menerapkan relaksasi dzikir dan doa serta kurangnya panduan yang didapat oleh ibu hamil, sehingga penulis tertarik untuk melakukan bagaimana cara peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai relaksasi dzikir dan doa pada ibu hamil untuk mempersiapkan persalinan melalui media video.

Tujuan dari proyek tugas akhir ini untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang relaksasi dzikir dan doa pada ibu hamil untuk mempersiapkan persalinan. Target luaran yang ingin dicapai adalah video ini dapat bermanfaat bagi masyarakat, memberikan wawasan pengetahuan untuk penerapan relaksasi dzikir dan doa. Media video ini merupakan alternatif yang mudah, murah dan efisien untuk menurunkan tingkat komplikasi persalinan.