

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Persalinan merupakan proses alamiah yang terjadi pada perempuan, ketika kala I perubahan psikologis meningkat, timbul perasaan takut, tegang dan cemas. Menurut literatur, ketakutan dan kecemasan karena faktor kekhawatiran akan kelangsungan hidup selama persalinan, kekhawatiran terhadap bayinya, nyeri persalinan, kerusakan obstetri, operasi caesar darurat, kemungkinan komplikasi, ketidakmampuan melakukan tugas-tugas keibuan dan kurangnya kepercayaan pada tenaga kesehatan. Perasaan takut tegang dan cemas secara fisiologis dapat meningkatkan kerja sistem saraf simpatik yang mengaktifkan kelenjar adrenal kemudian merangsang untuk mengeluarkan hormon katekolamin dan hormon adrenalin. Hal ini menyebabkan ketidaknyamanan yang menghambat kelancaran proses persalinan, jika kondisi ini tidak ditangani dengan tepat maka akan berdampak pada ibu seperti kala I lama dan *fetal distress* pada janin (Aprillia, 2020), (Durat et al., 2018).

Penanganan kecemasan dapat dilakukan dengan terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi farmakologis seperti benzodiazepin, opioid dan beta-blocker, telah terbukti efektif digunakan sebagai ansiolitik (Hawari, 2016). Terapi nonfarmakologi dapat dilakukan dengan akupuntur dan *moxa*, akupressur, *hypnobirthing*, *massage* dan pemberian *essential oil* atau aromaterapi (Supardi et al., 2022) (Tiran, 2016).

Salah satu teknik relaksasi yang dapat mengurangi kecemasan persalinan dengan *hypnobirthing*. Secara fisiologis, saat memasuki relaksasi *hypnobirthing* maka pikiran berada di gelombang *alfa* dengan frekuensi 7-14 Hertz kemudian masuk lebih dalam lagi di gelombang *theta* dengan frekuensi 4-7 Hertz. Ketika pikiran memasuki gelombang ini akan menghasilkan hormon endorfin dan serotonin alami yang berguna untuk menghilangkan tegang, cemas, sistem metabolisme menjadi lebih baik dan

nyeri akan berkurang (Irmawati, 2014). Hal ini sejalan dengan penelitian (Agestin et al., 2023) diperoleh informasi bahwa sebelum diberikan *hypnobirthing* dari 15 responden ada 5 ibu bersalin (33,3%) yang mengalami kecemasan ringan, 7 ibu bersalin (46,7%) mengalami kecemasan sedang dan 3 ibu bersalin (20%) mengalami kecemasan berat. Setelah diberikan *hypnobirthing*, 10 ibu bersalin (66,7%) tidak mengalami kecemasan dan 5 ibu bersalin (33,3%) mengalami kecemasan ringan.

Selain *hypnobirthing*, *essential oil* atau aromaterapi Bergamot juga dapat digunakan untuk meminimalkan kecemasan pada persalinan. Kandungan utama *essential oil* Bergamot adalah *limonene* (25-53%) yang berfungsi sebagai anti-depresan dan ansiolitik, *linalool* (2-20%) dan *linalyl asetat* (15-40%) yang berfungsi sebagai analgesik dan anti- inflamasi. Selain itu *essential oil* Bergamot merupakan *hipnosis olfaktori* dan sebagai *scent anchors* saat *hypnobirthing* (Perna et al., 2019). Hal ini didukung oleh penelitian (Ridha et al., 2023) pada 16 ibu yang mengalami depresi post partum di Ruang Cempaka RSUD Kota Tanjungpinang. Hasil pre test didapatkan tingkat depresi ibu post partum dengan depresi sangat berat 5 responden (31,25%), depresi berat 4 responden (25%), depresi sedang 4 responden (25%) dan depresi ringan 3 responden (18,75%). Setelah dilakukan intervensi pemberian aromaterapi bergamot didapatkan tingkat depresi ibu post partum yaitu depresi ringan 12 responden (75%), depresi sedang 3 responden (18,75%), depresi berat 1 responden (6,25%) dan depresi sangat berat sudah tidak ada.

Penerapan *hypnobirthing* dan *essential oil* secara bersamaan juga terbukti efektif menurunkan tingkat kecemasan, penggunaan *essential oil* bergamot saat *hypnobirthing* berfungsi sebagai pemicu positif untuk relaksasi yang mendalam. Hal ini di dukung penelitian (Anggraeni,2021) bahwa setelah pemberian treatment didapatkan hasil ibu yang tidak cemas sebanyak 84%, ibu yang cemas ringan 14% dan ibu yang cemas berat 2%.

Berdasarkan studi pendahuluan di TPMB Darwanti Karanganyar pada bulan Oktober 2023, dari 11 ibu bersalin didapatkan 4 ibu tidak cemas dan 7 ibu mengalami cemas. Penatalaksanaan yang telah dilakukan selama ini dengan konseling, namun hasilnya belum maksimal. Berdasarkan hal tersebut mendorong penulis untuk melakukan penelitian “Pengaruh *Hypnobirthing* dan *Essential Oil* Bergamot Terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Bersalin Kala I”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka yang menjadi rumusan masalah penelitian ini adalah: “Adakah pengaruh *Hypnobirthing* dan *Essential Oil* Bergamot terhadap penurunan kecemasan ibu bersalin kala I?” .

## **C. Tujuan penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk menganalisis pengaruh *hypnobirthing* dan *essential oil* Bergamot terhadap penurunan kecemasan ibu bersalin kala I.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengidentifikasi kecemasan ibu bersalin kala I sebelum diberikan *hypnobirthing* dan *essential oil* Bergamot.
- b. Untuk mengidentifikasi kecemasan ibu bersalin kala I setelah diberikan *hypnobirthing* dan *essential oil* Bergamot.
- c. Menganalisa perbedaan kecemasan ibu bersalin kala I sebelum dan sesudah diberikan *hypnobirthing* dan *essential oil* Bergamot.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Sebagai sumber informasi bagi pelaksana penelitian selanjutnya di bidang kebidanan atau keperawatan tentang tindakan *hypnobirthing* dan *essential oil* Bergamot pada ibu bersalin kala I untuk mengurangi kecemasan, dalam rangka peningkatan ilmu pengetahuan dan inovasi teknologi

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi TPMB

Dapat memberikan informasi dan inovasi pelayanan asuhan ibu bersalin dengan menciptakan pengalaman persalinan yang positif sesuai anjuran WHO.

### b. Bagi organisasi IBI

Sebagai organisasi yang menaungi bidan diharapkan dapat memberikan masukan, tindak lanjut dan hasil penelitian dapat digunakan sebagai:

- 1) Bahan untuk meningkatkan kualitas asuhan pada ibu hamil dan bersalin
- 2) Bahan untuk menurunkan angka *baby blues* atau depresi pasca salin yang terjadi setelah proses persalinan

## E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1. Keaslian Penelitian

No	Penulis dan Tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
1	Puput Wulandesy, Setiawandari, Yuni Khoirul Waroh Tahun 2023	<i>Aromaterapi Lavender Esensial Oil</i> Mengurangi Kecemasan Pimigravida Kala 1 Fase Aktif	Variabel dependen Kuesioner AASPWL	Penelitian ini: Lokasi Bangkalan <i>Quasy Eksperimen One grup pre-post design</i> Variabel independent hanya satu, Populasi <i>Purposive sampling</i> Sampel 15 <i>Uji Paired T-test</i> Penelitian yang akan dilakukan: <i>Pre</i> eksperimen Populasi ibu bersalin di TPMB Darwanti Kabupaten Karanganyar, <i>consecutive sampling</i> , sampel 27 <i>Uji Wilcoxon</i>

2	Nidhi Mahalan, M.V.Smitha Tahun 2023	<i>Effect of audio-visual therapy on pain and anxiety in labor</i>	Variabel terikat kecemasan ibu bersalin Kuesioner AASPWL	Penelitian ini: Lokasi India Sampel 74 ibu bersalin Variabel independent <i>Effect of audio-visual therapy</i> . <i>Desain randomized controlled trial</i> Uji ANOVA Penelitian yang akan dilakukan: Populasi ibu bersalin di TPMB Darwanti Kabupaten Karanganyar, <i>consecutive sampling</i> , sampel 27
3	Legina Anggraeni, Dinni Randayani Lubis, Nur Faizah Tahun 2022	Pengaruh Penerapan Metode Relaksasi Hypnobirthing Dan Penggunaan Minyak Essential Lavender Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil	PreEksperimen <i>pretest posttest</i> Salah satu Variabel independent <i>hypnobirthing</i> Uji Wilcoxon	Penelitian ini: Lokasi Puskesmas Jatinegara Jakarta Timur Populasi ibu hamil <i>Kuota sampling</i> Sampel 50 Variabel dependen kecemasan ibu hamil Kuesioner HARS Penelitian yang akan dilakukan: Populasi ibu bersalin di TPMB Darwanti Kabupaten Karanganyar, <i>consecutive sampling</i> , sampel 27, kuesioner AASPWL
4	Alyska Fadhilatul Ridha, Komalasari dan Cian Ibnu Sina Tahun 2023	Pengaruh Aromaterapi Bergamot (Citrus Bergamia) Terhadap Tingkat Depresi Post Partum Di RS BLUD Kota Tanjungpinang	Variabel independent Aromaterapi Bergamot	Penelitian ini: Lokasi RS BLUD Tanjungpinang Quasi eksperimen <i>Pretest and post test without control</i> , Variabel dependen Populasi, <i>Purposive sampling</i> , Sampel 20 Kuesioner EPDS, Uji <i>t-test</i> Penelitian yang akan dilakukan: Pre eksperimen <i>pretest posttest one group design</i> Populasi ibu bersalin di TPMB Darwanti Kabupaten Karanganyar, <i>consecutive sampling</i> , sampel 27, kuesioner AASPWL, Uji Wilcoxon

5	M.Mojtehed, H.Salehi Pourmehr dan A.Ostadrahim Tahun 2022	<i>Effect Aromatherapy with Essential oil of Lavandula Angustifolia Mill-Citrus Bergamia and Mindfulness-Based Intervention on Sexual Function, Anxiety, and Depression in Postmenopause</i>	Salah satu variabel independen bergamot Salah satu variabel dependen kecemasan	Penelitian ini: Lokasi Puskesmas kota Tabriz Iran Uji coba terkontrol acak dengan desain factorial Populasi Sampel 132, Analisis kovarians, uji <i>Mann Whitney</i> , ANOVA dan <i>Wilcoxon</i> pada uji berulang Penelitian yang akan dilakukan: Populasi ibu bersalin di TPMB Darwanti Kabupaten Karanganyar, <i>consecutive sampling</i> , sampel 27, kuesioner AASPWL
6	Findi Agestin, Desi Darmawati dan Ardhitya Sejati Tahun 2023	<i>Hypnobirthing</i> Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Persalinan Kala 1 Fase Aktif	<i>Preek</i> sperimen (pretest posttest) Variabel dependen Uji <i>Wilcoxon</i>	Penelitian ini: Lokasi Bantul DIY Variabel independent hanya satu Populasi <i>,Purposive sampling</i> , Sampel 15 Kuesioner HARS Penelitian yang akan dilakukan: Populasi ibu bersalin di TPMB Darwanti Kabupaten Karanganyar, <i>consecutive sampling</i> , sampel 27, kuesioner AASPWL