

BAB I

PENDAHULUAN

Pasangan suami istri yang sudah menikah sangat menantikan terjadinya kehamilan, terutama primigravida (kehamilan pertama) untuk segera dapat merasakan kebahagiaan melihat dan memeluk bayi yang telah dikandungnya selama berbulan-bulan, tetapi disisi lain dalam persalinan sering terdapat hambatan-hambatan yang dapat beresiko buruk bagi ibu maupun bayinya. Menghadapi proses persalinan merupakan salah satu faktor yang dapat menimbulkan kecemasan. Mengingat kecemasan tidak saja bersifat somatis tetapi psikosomatis. Kehamilan adalah sebuah proses yang mematangkan dan dapat menimbulkan stres. Konsep dirinya berubah, siap menjadi orang tua dan menyiapkan peran barunya. Trimester ketiga sering disebut sebagai periode penantian. Pada periode ini, ada perasaan tidak menyenangkan ketika bayinya tidak lahir tepat pada waktunya, fakta yang menempatkan wanita tersebut gelisah dan hanya bisa melihat dan menunggu tanda-tanda dan gejalanya (Yuni, 2015).

Kesehatan calon ibu sangatlah penting untuk di jaga, terutama kondisi kesehatan calon ibu pada masa awal kehamilan akan mempengaruhi tingkat keberhasilan kehamilan serta kondisi status kesehatan calon bayi yang masih didalam rahim maupun yang sudah lahir, sehingga disarankan agar calon ibu dapat menjaga perilakuhidup sehat dan menghindari faktor-faktoryang dapat mempengaruhi kondisi calon ibu pada masa kehamilan (Johnson, 2016).

Dari angka kematian ibu selama kehamilan di negara berkembang Menurut *World Health Organization* (WHO) terdapat sebanyak 303.000 wanita meninggal selama kehamilan dan persalinan. Pada tahun 2015 terdapat sebanyak 239/100.000 kelahiran hidup (KH), 20 kali lebih tinggi dibandingkan negara maju yaitu 12/100.000 KH (WHO, 2016). Di Indonesia terdapat 373.000.000 ibu hamil, yang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan ada sebanyak 107.000.000 orang (28,7%). Sedangkan seluruh populasi di pulau Sumatra terdapat 679.765 ibu hamil, yang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan sebanyak 355.873 orang (52,3%) (Depkes RI, Handayani, 2015).

Kecemasan pada ibu hamil trimester tiga dapat berdampak pada proses persalinan, dimana proses psikologis ini bisa menghambat persalinan, misalnya his yang tidak teratur, jalan lahir sangat kaku dan sulit membuka, atau posisi bayi yang tak kunjung turun. Terhambatnya proses

persalinan disebabkan kecemasan dapat menstimulasi pengeluaran hormone katekolamin yang menghambat kerja atau aktivitas uterus. (Supriyanti dan Keumalahayati, 2015)

Kecemasan pada ibu hamil dapat disebabkan salah satunya dengan terapi musik. Terapi musik adalah terapi menggunakan music yang tujuannya untuk meningkatkan atau memperbaiki berbagai kondisi, baik fisik, emosi, kognitif, maupun sosial bagi individu dari berbagai kalangan usia (Solehati dan Kosasih, 2015). Menurut penelitian Moekarni dan Analia (2016) terapi musik klasik untuk menurunkan kecemasan pada ibu hamil menunjukkan hasil yang efektif terbukti dalam penelitian berjudul Pengaruh musik klasik untuk menurunkan kecemasan pada ibu hamil dalam menghadapi persalinan memiliki irama dan nada yang lembut yang dapat memberikan efek ketenangan bagi pendengarannya melalui stimulasi gelombang alfa setelah diberikan intervensi.

Kecemasan pada ibu hamil dapat menimbulkan dampak yang tidak baik, salah satunya adalah dengan meningkatnya nyeri saat persalinan, otot-otot menjadi tegang dan ibu cepat lelah, sehingga beresiko pada persalinan memanjang. Komplikasi fatal yang dapat terjadi dari hal tersebut adalah kematian ibu. Ibu hamil yang mengalami kecemasan selama kehamilan akan meningkatkan resiko ketidakseimbangan emosional ibu setelah melahirkan (Asmara, dkk, 2017).

Selain dengan terapi musik, kecemasan pada ibu hamil dapat juga diatasi dengan terapi nonfarmakologi, yaitu dengan teknik distraksi. Teknik distraksi merupakan pengalihan dari fokus perhatian seseorang ke stimulus lain sehingga dapat menurunkan kewaspadaan terhadap nyeri. Teknik distraksi dengan mendengarkan musik merupakan teknik yang efektif untuk mengalihkan perhatian seseorang terhadap cemas yang berlebih. Dalam kedokteran, terapi musik disebut juga sebagai terapi pelengkap (*Complementary Medicine*) (Ratnawati, dkk 2015).

Pengetahuan tentang proses persalinan sangat penting untuk persiapan menghadapi persalinan. Dari permasalahan yang ada penulis merancang solusi untuk menurunkan kecemasan pada ibu hamil trimester III dengan edukasi menggunakan musik klasik. Hal tersebut tentunya akan mempermudah masyarakat dalam memahami setiap prosedur dalam menghadapi kecemasan pada ibu hamil. Tujuan penulis membuat media edukasi berjudul Edukasi tentang musik klasik untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil trimester III adalah meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang untuk mengetahui pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu bersalin. Manfaat bagi penulis adalah dapat menambah ilmu pengetahuan serta memperoleh pengalaman dalam melaksanakan Edukasi tentang musik klasik

untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil. Manfaat edukasi tersebut bagi masyarakat adalah dapat meningkatkan pengetahuan tentang Edukasi tentang musik klasik untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil trimester III.