

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Masa kehamilan bagi wanita merupakan momen yang sangat berharga dan penuh perjuangan. Fase ini sangat rentan dengan adanya gangguan psikologi pada ibu. Hal yang paling mungkin terjadi yaitu kecemasan. Kecemasan merupakan rasa khawatir, gugup, atau gelisah tentang sesuatu dengan hasil yang belum tentu pasti dan bisa berpengaruh, menyertai, serta menyebabkan depresi.<sup>(1)</sup> Kehamilan merupakan peristiwa yang terjadi pada seorang wanita, dimulai dari proses fertilisasi (konsepsi) sampai kelahiran bayi. Proses ini menyebabkan perubahan fisik, mental, dan sosial yang dipengaruhi beberapa faktor fisik, psikologi, lingkungan, sosial budaya, serta ekonomi. Ketidaknyamanan yang sering terjadi dialami ibu hamil terutama pada trimester pertama kehamilan adalah mual muntah (Emesis Gravidarum).<sup>(2)</sup>

Primigravida trimester III merupakan kehamilan pertama dengan usia kehamilan 27-40 minggu, masa ini merupakan masa yang lebih berorientasi pada realitas untuk menjadi orang tua yang menanti kelahiran anak dimana ikatan antara orang tua dan janin yang berkembang pada trimester ini. Pada trimester III ini, banyak sekali terjadi perubahan anatomi dan fisiologi, dan juga pada kehamilan trimester ini sering kali terjadinya tanda bahaya yang terjadi pada ibu. Apabila seorang ibu, yang telah cukup gambaran tingkat pengetahuannya tidak akan cemas untuk menghadapi terjadinya perubahan-perubahan selama masa kehamilan dan melahirkan.<sup>(2)</sup>

Kecemasan merupakan gangguan alam perasaan seseorang yang ditandai dengan perasaan ketakutan dan kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan. Kecemasan pada ibu hamil dapat terjadi karena masa yang lama saat menanti kelahiran dengan penuh ketidakpastian dan juga bayangan tentang hal-hal yang menakutkan saat proses persalinan. Beban psikologi pada seorang wanita hamil, lebih banyak terjadi pada umur kehamilan trimester III.<sup>(3)</sup> Pada saat timbul

kecemasan seorang individu akan melakukan mekanisme pertahanan diri seperti regresi, depresi, rasionalisasi, menarik diri, proyeksi identifikasi, dan sebagainya, dengan harapan individu yang bersangkutan akan merasa terbebas dari segala perasaan cemas.<sup>(4)</sup>

Kecemasan dan kekhawatiran ibu hamil apabila tidak ditangani dengan serius akan membawa dampak dan pengaruh terhadap fisik dan psikis baik ibu maupun janinnya.<sup>(4)</sup> Dampak buruk dari kecemasan ibu hamil memicu terjadinya rangsangan kontraksi rahim. Akibat dari kondisi tersebut dapat meningkatkan tekanan darah sehingga mampu memicu terjadinya preeklamsi dan keguguran.<sup>(5)</sup> Faktor yang memengaruhi kecemasan pada ibu hamil diantaranya faktor psikologis, dimana adanya rasa cemas yang disebabkan oleh beberapa ketakutan. Takut akan peningkatan nyeri, takut akan kerusakan atau kelainan bentuk tubuh seperti episiotomi, ruptur, jahitan atau seksio sesaria.<sup>(4)</sup> Terdapat beberapa penentu terjadinya kecemasan pada ibu bersalin yaitu, nyeri persalinan, keadaan fisik ibu, riwayat pemeriksaan kehamilan, kurangnya pengetahuan tentang proses persalinan, dukungan dari lingkungan sosial serta latar belakang psikososial lain dari ibu yang bersangkutan, seperti tingkat pendidikan, status perkawinan, kehamilan yang tidak diinginkan, dan sosial ekonomi.<sup>(6)</sup>

Gangguan kecemasan merupakan salah satu gangguan psikiatrik yang paling sering dijumpai. Menurut laporan National Comorbidity Study, satu dari empat orang memenuhi kriteria diagnosis untuk setidaknya satu gangguan kecemasan. Gangguan cemas juga lebih banyak terjadi pada wanita (30,5%) daripada pria (19,2%).<sup>(7)</sup> Gejala cemas yang timbul pada setiap individu berbeda-beda. Gejala cemas dapat berupa kegelisahan, jantung yang berdebar, gemetaran dan lain sebagainya. Salah satu sumber stressor kecemasan adalah kehamilan, terutama pada ibu hamil yang labil jiwanya. Pada umumnya seorang ibu hamil yang mengalami kehamilan untuk pertama kalinya akan merasa senang dan semakin tinggi rasa ingintahu terhadap perubahan dirinya dan perkembangan janin.<sup>(8)</sup>

Di Indonesia terdapat rata-rata 373.000.000 orang ibu hamil yang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan trimester III.<sup>(9)</sup> Laporan dari kementerian Kesehatan RI menyatakan, jumlah ibu hamil yang terdeteksi mengalami kecemasan di Indonesia sebanyak 379.000.000 ibu hamil dan jumlah ibu hamil yang terdapat diprovinsi jambi rata-rata 106.903 ibu hamil.<sup>(10)</sup> Untuk dipuskesmas Putri Ayu sendiri jumlah ibu hamil yang berkunjung selama 3 bulan terakhir rata-rata sebanyak 578 jiwa. Oleh sebab itu, diperlukan suatu metode atau cara aman yang dapat digunakan bagi ibu hamil dalam upaya menekan atau meminimalisir perasaan cemas, Salah satu cara yang dipercaya dan telah terbukti dapat meminimalisir tingkat kecemasan pada seseorang adalah dengan aromaterapi lavender.<sup>(11)</sup>

Aromaterapi merupakan terapi modalitas atau pengobatan alternatif dengan menggunakan sari tumbuhan aroma terapi murni berupa bahan cairan tanaman yang mudah menguap dan senyawa aroma terapi lain dari tumbuhan. Aromaterapi memberikan ragam efek bagi penghirupnya, seperti ketenangan, kesegaran, bahkan bisa membantu ibu hamil mengatasi mual dan muntah. Aromaterapi dapat dilakukan dengan berbagai cara, antara lain dengan menggunakan oil Diffuser. Secara ilmiah, reaksi terjadi karena wewangian tadi mengirimkan sinyal tertentu pada bagian otak yang mengatur emosi kita. Aromaterapi menggunakan oil lavender dipercaya dapat memberikan efek relaksasi bagi saraf dan otot-otot yang tegang.<sup>(12)</sup>

Aromaterapi lavender bekerja dengan cara mempengaruhi kerja otak, saraf-saraf penciuman yang terangsang dengan adanya aroma tertentu, secara langsung berhubungan dengan hipotalamus. Hipotalamus berperan sebagai relay dan regulatory, memunculkan pesan-pesan kebagian otak serta bagian tubuh lain. Pesan yang diterima kemudian diubah menjadi tindakan yang berupa pelepasan senyawa elektrokimia yang menyebabkan relaks atau sedative.<sup>(13)</sup>

Dalam penggunaannya, aromaterapi dapat diberikan melalui beberapa cara, antara lain inhalasi, berendam, pijat, dan kompres. Empat cara tersebut, cara termudah, dan tercepat diaplikasikan adalah metode inhalasi (menghirup) karena menghirup uap minyak esensial secara langsung dianggap sebagai cara penyembuhan paling cepat dan juga menghirup uap minyak essensial, molekul-molekul dalam minyak bereaksi langsung dengan organ penciuman sehingga

langsung dipersepsikan otak.<sup>(14)</sup> Banyak yang berpendapat penghirupan menggunakan ultrasonic diffuser adalah yang terbaik karena menyebarkan minyak atsiri tanpa menggunakan panas. Panas dapat merusak senyawa kimia dalam minyak atsiri sehingga mengurangi manfaat terapeutiknya. Ultrasonic diffuser bekerja dengan menggetarkan air sedemikian rupa sehingga menguap ke udara. Karena sebelum digunakan essential oil harus dicampur dengan air, maka air akan turut menguap. Ultrasonic diffuser menghasilkan uap tanpa panas, sehingga mampu menjaga keampuhan minyak atsiri. Memberikan aromaterapi kepada ibu hamil dapat dilakukan dengan cara penggunaan Ultrasonic diffuser. Alat diffuser dikatakan lebih efisien dikarenakan dapat menyempatkan semua molekul yang berbeda-beda pada waktu memberikan relative bersamaan minyak lavender yang mengandung linalool menjadi salah satu aromaterapi yang banyak digunakan secara inhalasi (dihirup), lavender yang diteteskan sebanyak lima tetes dengan air 30 ml yang diuapkan selama 15 menit untuk dihirup secara inhalasi oleh ibu hamil.<sup>(15)</sup>

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Nova Winda Setiati (2019) menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi lavender dapat menurunkan kecemasan ibu hamil trimester III dalam persiapan menghadapi persalinan terbukti bahwa hasil uji diperoleh nilai sebesar 3,494 dengan signifikansi sebesar 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa nilai  $p < 0,05$  yang berarti pemberian aromaterapi lavender dapat menurunkan kecemasan ibu hamil trimester III dalam persiapan menghadapi persalinan. Hasil uji statistik diperoleh nilai efektivitas sebesar 1,52. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi lavender lebih efektif dari pada yang tidak diberikan aromaterapi lavender dalam menurunkan kecemasan ibu hamil trimester III dalam persiapan menghadapi persalinan.<sup>(16)</sup>

Penelitian Rahayu (2018) menyebutkan bahwa aromaterapi lavender yaitu memiliki komponen utama berupa linalool dan linalyl asetat yang dapat memberikan efek nyaman, tenang dan meningkatkan relaksasi dan terbukti tidak mempunyai efek samping yang dapat mengganggu kesehatan ibu dan bayi, sehingga aman diberikan secara teratur supaya ibu hamil lebih merasa rileks dan siap menghadapi persalinan. Salah satu aroma untuk aromaterapi yang paling igemari adalah lavender. Berasal dari bunga levender yang berbentuk kecil dan berwarna ungu serta memiliki efek memberikan rasa kantuk.<sup>(17)</sup>

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan rumusan masalah karya tulis ilmiah akhir ini adalah: “Asuhan Keperawatan Pada Ny.R Dengan Kehamilan Trimester III Dengan Pemberian AromaTerapi Lavender Untuk Mengurangi Kecemasan Diwilayah Kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi”

## **1.2 Tujuan Masalah**

### **1.2.1 Tujuan Umum**

Tujuan umum penulisan karya ilmiah ini adalah untuk mengetahui dan mengaplikasikan Asuhan keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan pemberian aroma terapi lavender untuk mengurangi kecemasan di wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi 2023

### **1.2.2 Tujuan Khusus**

Tujuan Khusus penulisan karya ilmiah ini adalah :

- a) Melakukan pengkajian pada ibu hamil dengan kecemasan melalui penerapan aroma terapi lavender.
- b) Menegakkan diagnosa keperawatan pada ibu hamil dengan kecemasan melalui penerapan aroma terapi lavender.
- c) Menyusun intervensi keperawatan pada ibu hamil dengan kecemasan melalui penerapan aroma terapi lavender.
- d) Melakukan implementasi keperawatan pada ibu hamil dengan kecemasan melalui penerapan aroma terapi lavender.
- e) Melaksanakan dan mengevaluasi penerapan *evidence based nursing practice* pada ibu hamil dengan kecemasan melalui penerapan aroma terapi lavender.

## **1.3 Manfaat**

### **1.3.1 Bagi Pelayanan Pendidikan**

Karya ilmiah akhir ini diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan dalam memberi asuhan keperawatan pada ibu hamil dengan kecemasan melalui penerapan aroma terapi lavender. khususnya untuk intervensi mandiri perawat di puskesmas/ komunitas.

### **1.3.2 Bagi Institusi Pendidikan**

Karya ilmiah akhir ini diharapkan dapat dijadikan referensi bagi mahasiswa dalam memberikan asuhan keperawatan pada ibu hamil dengan kecemasan melalui penerapan aroma terapi lavender.

### **1.3.3 Bagi Klien**

Diharapkan dengan diberikannya asuhan keperawatan pada ibu hamil dengan kecemasan pada klien dan keluarga dapat mengetahui penatalaksanaan ibu hamil dengan kecemasan

## **1.4 Pengumpulan Data**

Dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini berdasarkan teori ilmiah yang dipadukan dengan praktek dan pengalaman penulis memerlukan data yang objektif dan relevan dengan teori-teori yang dijadikan dasar analisa dalam pemecahan masalah. Untuk itu penulis menggunakan metode sebagai berikut:

### **1.4.1 Studi Kepustakaan**

Dengan mempelajari buku-buku literatur dan mengambil data-data dari internet (scholar/cendekia), antara lain: membaca buku dari berbagai sumber yang berkaitan dengan hipertensi dalam kehamilan, mengakses data melalui internet dan mempelajari karya tulis ilmiah yang ada.

### **1.4.2 Studi Kasus**

Dengan menggunakan pendekatan proses manajemen asuhan Keperawatan yaitu: Identifikasi dan analisa data dasar, identifikasi diagnosa/masalah aktual, antisipasi diagnosa/masalah potensial, melakukan tindakan segera dan kolaborasi, merencanakan asuhan kebidanan, melaksanakan asuhan keperawatan dan mengevaluasi hasil tindakan. Untuk memperoleh data yang akurat, penulis menggunakan teknik:

#### **a. Anamnesa/wawancara**

Penulis melakukan tanya jawab dengan pasien dan suami maupun keluarganya serta bidan dan dokter yang dapat membantu

memberikan keterangan atau informasi yang dibutuhkan dalam memberikan asuhan kebidanan.

- b. Pemeriksaan Fisik Pemeriksaan fisik dilakukan secara sistematis meliputi inspeksi, palpasi, auskultasi dan pemeriksaan laboratorium serta pemeriksaan ultrasonografi (USG) dan lain-lain.
- c. Pengkajian Psikososial Pengkajian psikososial meliputi pengkajian status emosional, respon terhadap kondisi yang dialami serta pola interaksi klien terhadap keluarga, petugas kesehatan dan lingkungannya.

#### **1.4.3 Studi Dokumentasi**

Membaca dan mempelajari status yang berhubungan dengan keadaan pasien yang bersumber dari catatan dokter, bidan, perawat, petugas laboratorium dan atau hasil pemeriksaan penunjang lainnya.

#### **1.4.4 Kasus**

Mengadakan konsultasi dengan bidan dan dokter yang menangani pasien serta pembimbing karya tulis ilmiah mengenai masalah yang dialami pasien yakni Hipertensi dalam kehamilan.