

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah kehamilan dan persalinan merupakan salah satu fokus perhatian yang sangat penting dalam kehidupan, pada proses tersebut terjadi sebuah kombinasi antara proses fisik dan emosional bagi seorang perempuan. Salah satunya yang mempengaruhi yaitu rasa cemas dan takut dalam menghadapi persalinan (Sukmaningtyas and Windiarti, 2016).

Penelitian di WHO tahun 2018 menunjukkan bahwa 1,4 juta ibu hamil yang mengalami kecemasan pada saat menghadapi persalinan. Menurut data dari Depkes RI (2016) menunjukkan 373.000.000 orang ibu hamil yang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan ada sebanyak 107.000.000 (28,7%). Seluruh populasi di Pulau Jawa terdapat 67.976 ibu hamil sedangkan yang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan 35.587 orang (52.3%) (Rismawan, 2017).

Kecemasan merupakan suatu keadaan mental yang tidak enak, merasa tidak enak, dengan sakit atau sesuatu yang dibayangkan. Hal ini ditandai oleh kekhawatiran, ketidakenakan dan perasaan yang tidak baik yang tidak dapat dihindari, diikuti dengan perasaan yang tidak berdaya karena pikiran menjadi buntu dan ketidak mampuan dalam menemukan pemecahan masalah terhadap masalah yang dihadapi (Henik, 2016).

Salah satu faktor yang menyebabkan tingginya tingkat kecemasan ibu trimester III primigravida dalam menghadapi persalinan adalah kepercayaan diri

yang dimiliki ibu primigravida dalam mempercayai hal-hal yang berkaitan dengan persalin seperti mitos daerah setempat atau cerita dari pengalaman orang lain tentang persalinan yang dialami (Rahmadani,dkk, 2019).

Berdasarkan hal tersebut tingkat kejadian kecemasan haruslah diatasi agar ibu primigravida dalam menghadapi persalinannya minim ketakutan dalam tingkat menghadapi persalinan. Untuk penatalaksanaan kecemasan dapat dilakukan dengan terapi farmakologis dan non farmakologis. Terapi non farmakologis salah satunya adalah *Endorphin Massage*. *Endorphin massage* merupakan sebuah terapi sentuhan atau pijatan ringan yang cukup penting diberikan pada ibu hamil di waktu menjelang persalinan ataupun saatnya melahirkan. Pijatan ini dapat merangsang tubuh untuk melepaskan senyawa endorfin yang merupakan pereda rasa sakit dan dapat menciptakan perasaan nyaman (Rismawan, 2017).

Dalam hal ini kecemasan merupakan keadaan emosional yang tidak stabil yang dipengaruhi oleh alam bawah sadar. Kecemasan, ketakutan dan panik berdampak negatif pada ibu sejak masa kehamilan sampai persalinan. Kecemasan dan ketakutan akan menimbulkan stres. Stres yang terus menerus selama kehamilan akan mempengaruhi perkembangan fisiologis dan psikologis janin. Stres ekstrem dapat menyebabkan kelahiran *premature*, BBLR, hiperaktif, dan mudah marah dll. Maka dari itu, hal ini haruslah ditanggulangi dengan cara memberikan *Endorphin Massage* terhadap ibu hamil Trimester III primigravida khususnya, ketika dalam menghadapi persalinan ibu hamil merasa lebih rileks dan nyaman.

Berdasarkan pemilihan lokasi *survey* awal untuk dijadikan penelitian, penulis memutuskan untuk meneliti di Klinik Pratama Jannah dan Klinik Madina, hal ini dikarenakan pada saat berjumpa, berbincang dengan salah satu sampel yang akan diambil ibu primigravida mengalami tingkat ketakutan dan kecemasan menjelang persalinan, Ibu hamil trimester III primigravida cukup banyak dijadikan sampel, Klinik Pratama Jannah dan Klinik Madina juga dapat diajak bekerjasama. Oleh karena itu penulis tertarik mengambil lokasi penelitian di Klinik Pratama Jannah dan Klinik Madina.

A. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Bagaimana pengaruh *Endorphin Massage* (Pijat Endorfin) terhadap penurunan tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III primigravida?”

B. Tujuan Penelitian

C.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh *Endorphin Massage* (Pijat Endorfin) terhadap penurunan tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III primigravida.

C.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi proses persalinan sebelum melakukan *Endorphin Massage* (Pijat Endorfin) di Klinik Pratama Jannah.
2. Untuk mengetahui tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi proses persalinan sesudah dilakukan *Endorphin Massage* (Pijat Endorfin) di Klinik Pratama Jannah.
3. Untuk mengetahui tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi proses persalinan sebelum dan sesudah tanpa diberikan *Endorphin Massage* (Pijat Endorfin) di Klinik Madina.

C. Manfaat Penelitian

1. Hasil penelitian diharapkan dapat mengembangkan pengetahuan dan pengalaman ilmiah dalam suatu penelitian tentang *massage endorphin* pada ibu hamil trimester III primigravida.
2. Hasil penelitian *endorphin massage* pada ibu hamil trimester III primigravida diharapkan dapat menambah inovasi dalam teknik relaksasi untuk ibu hamil yang mengalami kecemasan pada primigravida sehingga kecemasan dapat dicegah sehingga ibu hamil primigravida dapat mempersiapkan dan merasa rileks dalam menghadapi persalinan.

D. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Variabel Penelitian	Analisa Penelitian
Wilis Sukmaningtyas , dkk, (2016).	Efektivitas <i>Endorphin Massage</i> Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Primipara.	<i>case control</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Efektivitas <i>Endorphin Massage</i> - Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Primipara. 	Distribusi frekuensi
Latifah Nur Ramadhani, dkk, (2019).	Pengaruh konseling terhadap tingkat kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan.	<i>Quasi Eksperimental</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Pengaruh Konseling. - Tingkat kecemasan ibu primigravida dalam menghadapi persalinan. 	Univariat dan Bivariat
Istikomah & Murwati, (2016).	Pengaruh Terapi Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Tingkat Kecemasan Dan Lama Persalinan Kala I dan II.	<i>Quasi Eksperimental</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Pengaruh Terapi Relaksasi Nafas Dalam. - Tingkat Kecemasan Dan Lama Persalinan Kala I dan II 	Distribusi frekuensi