BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan proses yang alamiah. Perubahan-perubahan yang terjadi selama kehamilan normal adalah bersifat fisiologis bukan patologis. Oleh karenanya asuhan yang diberikan adalah asuhan yang meminimalkan intervensi. Bidan harus memfasilitasi proses alamiah dari kehamilan dan menghindari tindakan-tindakan yang bersifat medis yang tidak terbukti manfaatnya (Buku Ajar Askeb Kehamilan 2020).

Data World Health Organization (WHO) tahun 2020 angka kematian ibu (AKI) di seluruh dunia diperkirakan 810/100.000 kelahiran hidup dimana kematian diperkirakan terjadi setiap harinya,dan 94 % dari semua kematian ibu terjadi di Negara berpenghasilan rendah dan menengah ke bawah (Ayu Andini,2020).

Berdasarkan data World Health Organitation (WHO) 2020 AKI di Indonesia masih jauh dari target SDGS 2030 yaitu 70 per 100.000 kelahiran hidup namun hasil menunjukkan 177 per 100.000 kelahiran hidup. 75 % kematian ibu disebabkan oleh perdarahan, infeksi, tekanan darah tinggi, diabetes, aborsi serta penyakit lainnya. ini menempatkan Indonesia di urutan ke-3 AKI tertinggi di Asia Tenggara setelah Laos dengan angka kematian 292 per 100.000 kelahiran hidup (Ayu Andini,2020).

Menurut WHO, dalam skala global,sebanyak 10% ibu hamil dan 13% wanita yang baru saja melahirkan mengalami penyakit mental, terutama depresi. Khususnya negara-negara berkembang seperti Indonesia, angka kejadian penyakit mental pada ibu hamil lebih tinggi dari negara maju. Akan tetapi, kesadaran masyarakat terhadap isu ini masih sangat rendah (Buku Ajar Askeb Kehamilan 2020).

Berdasarkan Profil kesehatan Sumatera Utara 2023 didapat pula sebesar 195 kasus kematian menyangkut ibu, kematian ibu hamil dengan berbagai faktor yaitu kehamilan terlalu muda, kehamilan terlalu tua, sering hamil, terlalu sering melahirkan, kualitas hidup yang belum lengkap dan psikologi ibu yang renta. Sedangkan untuk kota medan sendiri menurut profil kesehatan kota Medan 2022

jumlah angka kematian ibu bahkan mencapai 72 kasus kematian ibu (Profil Kesehatan Sumatera Utara 2022).

Setiap wanita yang memiliki organ reproduksi sehat, apabila telah mengalami menstruasi dan melakukan hubungan seksual dengan seorang pria yang organ reproduksinya sehat, sehingga besar kemungkinan terjadi kehamilan. Masa kehamilan dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin berlangsung selama 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 10 hari) dihitung dari hari pertama haid terakhir. Selama hamil seorang ibu mengalami perubahan-perubahan yang terjadi baik fisik maupun psikologi. Perubahan tersebut menyebabkan ibu hamil mengalami ketidaknyamanan. Rasa tidak nyaman yang dirasakan oleh ibu hamil biasanya berbeda-beda setiap trimester kehamilan (Nur Azizah Putri Rahayu,dkk 2020).

Ibu hamil akan mengalami berbagai perubahan baik fisik. Dampak ketidaknyamanan tersebut mengganggu aktivitas, menimbulkan gangguan fisik memengaruhi proses metabolik ibu dan janin. Meskipun kehamilan suatu yang fisiologis namun tetap dibutuhkan suatu perawatan agar ibu hamil mencapai kenyamanan. Ibu hamil beradaptasi terhadap perubahan kadar hormon estrogen dan progesteron, sistem sirkulasi, dan pembesaran uterus. Ibu hamil seringkali mengalami nyeri pada sekitar daerah pinggang akibat kapasitas abdomen yang semakin membesar juga karena faktor fikiran ibu yang menyebabkan nyeri tersebut semakin merasa menganggu akibat persepsi yang mengatakan setiap persalinan akan menyakitkan.. Apabila hal tersebut terabaikan dapat berpengaruh pada kesehatan bayi dan ibu. Keluhan yang tidak tertangani dengan baik akan berisiko pada masalah yang berat atau memicu komplikasi kehamilan (Nayak, Poddar and Jahan, 2020).

Nyeri adalah perasaan tidak nyaman atau tidak menyenangkan yang disebabkan oleh perunahan jaringan tubuh. Nyeri bisa bersifat ringan atau berat, dan bisa terjadi secara tiba-tiba atau berlangsung lama, dalam hal ini nyeri terhadap ibu ibu hamil trimester III. Nyeri punggung pada ibu hamil trimester III disebabkan karena perubahan hormonal yang mengakibatkan perubahan dan perlunakan pada jaringan ikat tulang lumbal sehingga membuat punggung menjadi lordosis. Penatalaksanaan nyeri punggung pada ibu hamil trimester 3 bisa dengan terapi farmakologi dan nonfarmakologi. Terapi nonfarmakologis salah

satunya yaitu Hypnoterapi dengan metode self hypnosis. Dengan hypnoterapi dapat mengurangi tingkat nyeri yang ibu rasakan dengan mengngelolah alam bawah sadar ibu ke arah lebih positif.

Self Hypnosis sendiri merupakan teknik untuk menurunkan aktivitas dari pikiran sadar yang ditandai dengan tidak aktifnya pusat penyaringan informasi (*Critical Area*) sehingga sugesti cepat masuk kedalam pikiran bawah sadar (Dr Gian Sugiana Sugera, M.Pd, Kons 2023). Ketika seseorang dalam pengaruh hipnosis, korteks serebri dalam kondisi inhibisi kuat untuk mengidentifikasi, analisis, dan mengabil kepurusan terhadap stimuli baru menurun, pengalaman masa lalu di tekan sehingga kalimat sugestif merupakan kekuatan dominan yang diterima otak.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Fadilah et al (2022) didapati bahwa terapi *Self Hipnosis (Self Hypnopregnancy)* dapat memengaruhi kurangnya kualitas tidur pada ibu hamil trimester III akibat nyeri yang sering muncul tiba-tiba, sehingga ibu dapat merasakan lebih nyaman dalam kehamilannya dan mampu untuk menjalankan persalinan yang akan dia alami nantinya.

Hasil survey awal yang dilakukan penulis pada 3 ibu hamil trimester III di Klinik Romauli mengatakan bahwa 3 ibu hamil tersebut mengalami keteraturan skala nyeri pada lokasi pinggang belakang menjalar kebelakang. Dimana dua responden diantaranya primigravida dan satu responden ibu multigravida. Rumah sakit sebelumnya belum pernah memperkenalkan metode *Self Hipnosis* yang dapat mengurangi kecemasan menghadapi persalinan.

Berdasarkan survey pendahuluan yang telah dilakukan di Klinik Romauli tersebut penulis berminat untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh *Self Hypnosis* terhadap tingkat nyeri ibu hamil pada trimester III di Klinik Romauli tahun 2025.

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang tersebut didapatkan rumusan masalah yaitu, bagaimanakah Pengaruh *Self Hypnosis* terhadap tingkat nyeri pada ibu hamil trimester III di Klinik Romauli tahun 2025?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Pengaruh *Self Hypnosis* terhadap nyeri pada ibu hamil trimester III di Klinik Romauli tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

a. Untuk mengetahui karakteristik ibu hamil pada trimester III
b. Untuk menganalisis tingkat nyeri ibu trimester III sebelum dilakukannya Self hipnosis
c. Untuk menganalisis tingkat nyeri ibu trimester III sesudah dilakukannya Self hipnosis.
d. Untuk mengetahui Pengaruh Self Hypnosis terhadap tingkat nyeri pada ibu hamil pada trimester III di Klinik Romauli tahun 2025

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup untuk penelitian ini untuk melihat hubungan pengaruh self hypnosis terhadap nyeri pada ibu trimester III di kinik bidan romauli silalahi medan marelan 2025. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret sampai dengan Juni 2025. Adapun variabel independen dalam penelitian ini yaitu self hypnosis dan variabel dependen yaitu nyeri yang dialami ibu pada trimester III. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester III yang melakukan teknik self hypnosis, dan sampel penelitian ini sebanyak 26 orang , jenis pnelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain *quasi eksperimental*.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Penulis

Untuk meningkatkan pengetahuan dan pengalaman penulis dalam pembelajaran khususnya hypnoterapi serta penerapan ilmu tersebut bersama dengan ilmu pembelajaran lainnya selama pendidikan di Poltekkes Kemenkes RI Medan.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Untuk menambah sumber informasi dan reverensi serta bahan bacaan mahasiswa mahasiswa D4 Kebidanan Alih Jenjang

F. Keaslian Skripsi

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Peneliti	Judul Penelitian	Metodelogi Penelitian	Analisis Penelitian	Perbedaan
1	Lelita Marizi, Okta Emilia, Anggun Permatasari, Sari Wahyuni, Nurayuda	Effectiveness of Self-hypnosis in Overcoming Sleep Disorders in Menopausal Women	Penelitian ini bersifat deskriptif dengan pendekatan cross sectional	Bivariat dan Univariat dengan uji secara Non Parametric Test yaitu Wilcoxon Rank Test.	1.Lokasi Penelitian 2.Waktu Penelitian 3.Jumlah Sampel 4.Ketidak nyamanan ibu hamil (Kurangnya tidur pada ibu hamil)
	Ermawati Destri Nurlitawati, Yenny Aulya, Retno Widowati	Efektivitas Senam Hamil terhadap Penurunan Nyeri Punggung pada Kehamilan Trimester III di RSUD Ciawi	Penelitian ini bersifat deskriptif dengan pendekatan cross sectional	Bivariat dan Univariat dengan uji secara Non Parametric Test yaitu Wilcoxon Rank Test.	1. Lokasi Penelitian 2.Waktu Penelitian 3.Jumlah Sampel 4.Metode Penguran gan rasa nyeri (Senam Hamil)
3	Meti Sulastri, Heni Nurakilah , Lina Marlina, Ida Nurfikah	Penatalaksanaan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Metode Kinesio Tapping Berdasarkan Standar Profesi Bidan	Penelitian ini bersifat deskriptif dengan pendekatan cross sectional	Bivariat dan Univariat dengan uji secara Non Parametric Test yaitu Wilcoxon Rank Test.	1.Lokasi Penelitian 2.Waktu Penelitian 3.Jumlah Sampel 4.Jenis metode penanganan nyeri
4	Nur Azizah Putri Rahayu,Rafika, Lili Suryani, Hadriani	Teknik Mekanika Tubuh Mengurangi Tingkat Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil	Penelitian ini bersifat deskriptif dengan pendekatan cross sectional	Bivariat dan Univariat dengan uji secara Non Parametric Test yaitu	1.Lokasi Penelitian 2.Waktu Penelitian 3.Jumlah Sampel

		Trimester III		Wilcoxon Rank Test.	
5	Luh Yenny Armayanti, Ketut Eka Larasati Wardana, Putu Pinahyu Pratiwi, Gst. Kade Adi Widyas Pranata	Pengaruh Pemberian Terapi Akupresur Untuk Mengurangi Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III	Penelitian ini bersifat deskriptif dengan pendekatan cross sectional	Bivariat dan Univariat dengan uji secara Non Parametric Test yaitu Wilcoxon Rank Test.	1. Lokasi Penelitian 2.Waktu Penelitian 3.Jumlah Sampel 4.Jenis Hypnosis yang diberiakan