

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan adalah proses fisiologis atau normal yang terjadi pada setiap wanita. Masa kehamilan dimulai dengan proses pembuahan di dalam rahim dengan bertemunya sel sperma dan sel telur yang kemudian berkembang menjadi janin hingga bayi dilahirkan (Nugrawati, Nelly, 2021). Kehamilan dibagi menjadi dua golongan berdasarkan jumlah paritasnya yaitu multigravida dan primigravida. Wanita yang pernah hamil atau lebih dari satu kali disebut dengan multigravida, sedangkan wanita yang pertama kali merasakan kehamilan dikatakan dengan primigravida (Yesie, 2019).

Selama masa kehamilan, tubuh wanita mengalami berbagai perubahan fisik dan psikologis sebagai respon terhadap perkembangan janin. Hal ini terutama dirasakan pada kehamilan pertama, yang merupakan pengalaman baru bagi seorang wanita dan sering kali menjadi faktor pemicu kecemasan. Pada usia kehamilan trimester pertama sekitar 12 minggu kehamilan, ibu hamil sering mengalami rasa cemas, sedih, kecewa, ketidakyakinan atau ketidakpastian sehingga menimbulkan ketidaknyamanan. Sedangkan pada trimester kedua antara 14 sampai minggu ke-27, ada perubahan emosional akibat perubahan fisik seperti adanya gerakan janin dan perut yang semakin besar. Pada trimester ketiga antara 28 minggu sampai saat melahirkan, perubahan fisik yang semakin terasa menimbulkan ketidaknyamanan, diiringi dengan emosi yang sulit dikendalikan, seperti rasa khawatir dan ketakutan menjelang proses persalinan (Agustine, 2022).

Prevalensi gangguan kecemasan pada wanita hamil di dunia terutama di Portugal sebesar 18,2%, di Swedia 24%, di Bangladesh 29%, di Hongkong 54%, dan sebanyak 70 % di Pakistan. Prevalensi kecemasan menurut WHO dari 280 wanita di ASEAN pada trimester ketiga ditemukan 193 (68,9%) wanita mengalami kecemasan sedangkan di Indonesia dari 162 wanita terdapat 97 (59,8%) wanita yang ditemukan mengalami kecemasan (Annisa, 2022)

Prevalensi kecemasan dalam suatu penelitian di Indonesia pada ibu hamil menunjukkan bahwa 60,6% mengalami kecemasan ringan hingga sedang, dan 33,3% mengalami kecemasan berat (Annisa, 2022). Kecemasan yang dialami ibu hamil dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kekhawatiran terhadap perubahan fisik, perasaan cemas menjelang persalinan, serta ketakutan akan kondisi kesehatan bayi.

Ibu hamil trimester III yang mengalami kecemasan jika tidak ditangani secara cepat tentu saja akan membahayakan kondisi ibu dan juga bayi yang di dalam kandungannya. Kondisi tersebut dapat mengakibatkan tekanan darah yang meningkat sehingga dapat menjadi salah satu faktor pencetus meningkatnya kejadian preeklamsia pada ibu hamil, peningkatan risiko depresi postpartum, dan berkurangnya kemampuan untuk melakukan peran sebagai ibu, sedangkan pada janin berdampak meningkatnya prevalensi prematuritas dan kejadian berat bayi lahir rendah. Oleh karena itu, sangat penting dilakukan upaya mencegah dan mengatasi kecemasan yang mungkin timbul pada masa kehamilan (Agustine, 2022).

Oleh sebab itu diperlukan tindakan untuk mengurangi kecemasan ibu hamil. Upaya menurunkan kecemasan ibu hamil dapat menggunakan cara farmakologi dan nonfarmakologi. Cara farmakologi terdiri dari penggunaan obat anti depresan atau anti ansietas, tetapi penggunaan obat yang terus-menerus dapat menyebabkan efek samping bagi ibu dan janin. Metode non farmakologi merupakan metode pengobatan yang lebih aman dan tidak memerlukan penggunaan obat-obatan untuk mengurangi tingkat kecemasan.

Aromaterapi lavender merupakan terapi komplementer yang menggunakan minyak esensial untuk mendukung kesehatan fisik dan emosional secara menyeluruh. Minyak esensial lavender memiliki kemampuan untuk mengurangi kecemasan, meredakan nyeri, dan membantu tubuh serta pikiran lebih rileks. Terapi ini juga efektif dalam mengurangi ketidaknyamanan, termasuk setelah proses melahirkan, sehingga membantu memulihkan keseimbangan tubuh secara alami (Intanwati, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian Nova Winda Setiati, (2019) di Bidan Praktek Mandiri Kecamatan Buniseuri Ciamis terdapat bahwa efektifitas aromaterapi lavender dalam menurunkan kecemasan pada ibu hamil membuahkan hasil, dengan responden 40 orang, hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi lavender dapat menurunkan kecemasan, begitu juga dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ernawati Barus, (2023) yang berjudul pengaruh aromaterapi lavender terhadap kecemasan ibu hamil menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi lavender efektif dalam menurunkan kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III, selanjutnya, hasil penelitian yang dilakukan oleh Galuh Nila, (2020) yang berjudul efektivitas aromaterapi lavender untuk mengurangi kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Bergas menunjukkan bahwa aromaterapi lavender efektif dalam mengurangi kecemasan pada ibu hamil trimester III menjelang persalinan, selain itu, penelitian dari Vivi Nur Aromatika, (2024) yang berjudul pengaruh aromaterapi lavender terhadap kecemasan ibu hamil trimester III Di Puskesmas Merakurak menunjukkan bahwa ibu hamil trimester III sebelum diberikan aromaterapi lavender mengalami tingkat kecemasan berat, namun setelah diberikan aromaterapi lavender, ibu hamil pada trimester III yang mengalami kecemasan menurun, dan penelitian yang dilakukan oleh Agnes Purba, (2022) diperoleh hasil terdapat pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap kecemasan ibu hamil primigravida pada trimester III. Untuk itu diharapkan pada ibu hamil dapat memanfaatkan terapi lavender sebagai terapi komplementer yang memberikan efek relaksasi sehingga dapat mengurangi kecemasan ibu hamil menghadapi persalinan.

Berdasarkan hasil buku laporan tahunan di Klinik Pratama Tutun Sehati Tanjung Morawa jumlah ibu hamil pada tahun 2024 yaitu sebanyak 482 jiwa, ibu hamil trimester I sebanyak 200 jiwa (41,49%), ibu hamil trimester II sebanyak 72 jiwa (14,94%), ibu hamil trimester III sebanyak 210 jiwa (43,57%), primigravida sebanyak 80 jiwa (38%), dan hasil wawancara yang dilakukan pada 15 ibu hamil primigravida trimester III yang mengalami kecemasan menjelang persalinan sebanyak 12 jiwa (80%).

Berdasarkan hal tersebut, maka penulis termotivasi dan tertarik untuk melakukan studi kasus Penerapan Pemberian Aromaterapi Lavender Dalam Menurunkan Kecemasan Pada Ibu Primigravida Trimester III Di Klinik Pratama Tutun Sehati Tanjung Morawa.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan paparan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam studi kasus ini adalah “Bagaimana Penerapan Pemberian Aromaterapi Lavender Dalam Menurunkan Kecemasan Pada Ibu Primigravida Trimester III?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Menggambarkan penerapan pemberian aromaterapi lavender dalam menurunkan kecemasan pada ibu primigravida trimester III.

2. Tujuan Khusus

1. Menggambarkan karakteristik ibu hamil yang mengalami kecemasan
2. Menggambarkan tingkat kecemasan pada ibu primigravida trimester III sebelum pemberian aromaterapi lavender
3. Menggambarkan perubahan tingkat kecemasan setelah pemberian aromaterapi lavender
4. Membandingkan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender

D. Manfaat Studi Kasus

Studi kasus ini diharapkan memberi manfaat bagi:

1. Bagi Subjek Peneliti

Studi kasus ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan menambah pengetahuan tentang penerapan pemberian aromaterapi lavender dalam menurunkan kecemasan pada ibu primigravida trimester III

2. Bagi Tempat Peneliti

Studi kasus ini diharapkan dapat menambah keuntungan bagi Klinik Pratama Tutun Sehati Tanjung Morawa untuk menambahkan petunjuk tentang penerapan pemberian aromaterapi lavender dalam menurunkan kecemasan pada ibu primigravida trimester III

3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil studi kasus menjadi pelengkap yang berguna bagi peningkatan kualitas pendidikan, menjadi referensi serta bahan bacaan di ruang belajar Prodi D-III Keperawatan Medan Kemenkes Poltekkes Medan