

BAB I

PENDAHULUAN

1. Latar Belakang

Menurut WHO, terdapat 352 orang dari 2,321 ibu hamil primigravida yang mengeluh rasa takut 36 persen , cemas 42 persen , tidak percaya diri 22 persen pada saat kehamilan. (WHO2023),

Kecemasan ibu hamil trimester III menghadapi persalinan menjadi salah satu penyebab tingginya AKI. Ibu mulai merasa takut akan rasa sakit dan bahaya fisik yang akan timbul pada waktu melahirkan. Kerena itu, ibu harus menyempatkan diri memelihara keselarasan pikiran dan tubuh lewat relaksasi. teknik *self hypnosis* dapat membantu merilekskan otot-otot sehingga ibu terhindar dari kecemasan dan dapat membantu ibu lebih tenang dalam menghadapi persalinan. Tujuan ini untuk mengetahui kesiapan psikologis ibu hamil trimester III dalam persiapan persalinan.

Di Indonesia terdapat sekitar 8-10 perseen mengalami kecemasan selama kehamilan dan meningkat menjadi 13 persen ketika menjelang persalinan. kecemasan pada ibu hamil sangat berpotensi menimbulkan depresi pada ibu hamil. Kondisi ini tentu juga tidak baik untuk janin yang dikandungnya (Kemenkes.RI, 2019).

Kecemasan dapat menyebabkan spasme pada pembuluh darah sehingga terjadi peningkatan tekanan darah pada ibu hamil, namun jika tidak diberi penatalaksanaan dengan tepat dapat menyebabkan hipertensi pada kehamilan dan preeklamsia, Kecemasan akan semakin meningkat jika ibu hamil merasa takut

akan perubahan yang terjadi pada tubuhnya, keadaan kesehatan janin serta kesiapan mental menghadapi persalinan cara mengatasi ibu hamil yang mengalami gangguan kecemasan dengan cara melakukan tehnik *self hypnosis* untuk membantu menghilangkan permasalahan K ibu hamil (Sugara, 2023).

Menurut profil kesehatan di Sumatera Utara ibu hamil mengalami gejala depresi, 6,8 persen mengalami kecemasan, 2,4 persen mengalami ketidaknyamanan fisik, 2,6 persen mengalami insomnia, dan 0,9 persen (kesehatan sumut 2023)

Kehamilan trimester III disebut mencakup minggu ke-29 sampai 42 kehamilan. Trimester III merupakan saat persiapan aktif untuk kelahiran bayi dan perubahan peran menjadi orang tua seperti terpusatnya perhatian pada kehadiran bayi. Selama trimester III sebagian besar wanita hamil dalam keadaan cemas, hal yang mendasarinya adalah ibu merasa khawatir terhadap proses persalinan yang akan dihadapinya. Perubahan hormon sebagai dampak adaptasi tumbuh kembang janin dalam rahim mengakibatkan perubahan fisik dan psikologis. Perubahan fisik dan psikologis selama masa kehamilan dapat menjadi stressor yang mengakibatkan kecemasan pada ibu hamil (Ratna Sari et al., 2023) cara mengatasinya dengan melakukan tehnik *self hypnosis*.

Berdasarkan survey pendahuan yang dilakukan peneliti di praktek bidan helena Sinaga Desa Suka Maju, dari bulan juli sampai Oktober 2024 sebanyak 37 ibu dan dilakukan survey kedua pada bulan marat sampai April sebanyak 24 ibu hamil trimester III yang berkunjung ke PMB mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan. Berdasarkan masalah di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh *self hypnosis* terhadap kecemasan ibu hamil trimester III dalm persiapan persalinan Di Klinik Helena Desa Suka

Maju Kecamatan Sunggal Tahun 2025, karena diklinik tersebut sudah menerapkan hipnotrapi

2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas , rumusan masalah yang di dapat yaitu “Bagaimana pengaruh *self hypnosis* terhadap kecemasan ibu hamil trimester III dalam persiapan persalinan ?

3. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh *self hypnosis* terhadap kecemasan ibu hamil trimester III dalam persiapan persalinan.

2. Tujuan Khusus

1. Mengetahui karakteristik ibu hamil trimester III yang mengalami kecemasan
2. Mengetahui tingkat kecemasan ibu hamil trimester III sebelum dilakukan *self hypnosis* terhadap ibu hamil trimester III di klinik Helena Sinaga Desa Suka Maju 2025.
3. Mengetahui tingkat kecemasan ibu hamil trimester III sesudah dilakukan *self hypnosis* terhadap ibu hamil trimester III di klinik Helena Sinaga Desa suka maju 2025
4. Untuk mengetahui pengaruh *self hypnosis* terhadap kecemasan ibu hamil trimester III.

5. Manfaat Penelitian

1. Bagi intitusi pendidikan

Diharapkan hasil penelitian dapat menjadi sumber masukan untuk mengetahui pengaruh *self hypnosis* terhadap kecemasan ibu trimester III dalam persiapan persalinan.

2. Bagi masyarakat

Sebagai ilmu informasi dan jugak pengetahuan bagi ibu hamil untuk mengetahui pengaruh *self hypnosis* terhadap kecemasan ibu trimester III dalam persiapan persalinan.

3. Bagi penulis

Manfaat penelitian bagi penulis yaitu untuk menambah pengetahuan, pemahaman berlatih untuk menganalisi masalah di bidang kebidanan khususnya tentang pengaruh *self hypnosis* terhadap kecemasan ibu trimester III dalam persiapan persalinan.

4. Keaslian Skripsi

Tabel 1.1
Keaslian Penelitian

Nama Tahun	Judul	Metodeologi dan Sampel Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan
Pitria siregar 2022	Pengaruh <i>self hypnosis</i> terhadap kecemasan ibu hamil trimester III	<i>Quasi exprimen</i>	Hasil Penelitian in nilai p adalah 0,01 ($p < 0,05$). Kesimpulan penelitian in menyatakan Ada pengaruh <i>self hypnosis</i> terhadap kecemasan ibu hamil trimester III di Praktek Bidan Anni Rizkiah Desa Sitampa Simatoras Tapanuli Selatan.	Lokasi dan waktu penelitian
Dewita Rahmatul Amin	Pengaruh <i>hypnosis</i> terhadap kecemasan ibu hamil trimester III 2023	<i>Pra ekprimen</i> dengan <i>onegroup pretest</i> dan <i>posttest</i>	Hasil penelitian didapatkan produksi ASI ibu <i>post partum</i> sebelum diberikan intervensi teknik marmet dari 30 responden produksi ASI dengan kategori kurang sebanyak 73,3%, sedangkan setelah diberikan intervensi teknik marmet produksi ASI dengan kategori cukup sebanyak 60%. Hasil uji <i>Wilcoxon</i> diperoleh p-value sebesar $0,000 < \alpha 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh <i>hypnosis</i> terhaap tingkat kecemasan ibu hamil.	Lokasi dan waktu

Desak made Rasmini 2024	Pengaruh <i>self hypnosis</i> terhadap Tingkat kecemasan ibu hamil trimester III	<i>Quasi eskperiment design</i>	Hasil penelitian menggunakan uji <i>Mann Whitney</i> diperoleh p-value sebesar 0,014 ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa hipotesis nol ditolak. Oleh karena itu dapat disimpulkan terdapat pengaruh <i>Self Hypnosis</i> terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di UPTD. Puskesmas Abiansemal II.	Lokasi dan waktu
Isymiarni syarif	Faktor yang berhubungan dengan kesiapan psikologis ibu hamil trimester III 2024	<i>Cross square</i>	Hasil dari penelitian ini menggunakan uji statisti <i>Chi-Square</i> dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0.05$ di peroleh nilai hitungan $p = 0,026$ untuk variabel (Kesiapan Pengetahuan), untuk variabel (Dukungan Suami) $p = 0,021$ untuk variabel (Kesiapan Ekonomi) $p = 0,005$ untuk variabel (Dukungan Tenaga Kesehatan) $p = 0,002$ dan untuk variabel (Paritas) $p = 0,001$. Dengan ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan, ekonomi, dukungan suami, dukungan tenaga kesehatan, dan paritas terhadap kesiapan psikologis ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan.	Lokasi dan waktu