

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. LatarBelakang

Melahirkan merupakan peristiwa yang wajar dan membahagiakan bagi seorang ibu. Namun selain membahagiakan periode melahirkan juga merupakan periode kehidupan yang penuh dengan potensi stres. Seorang wanita dalam periode melahirkan cenderung mengalami stres yang cukup besar karena keterbatasan kondisi fisik yang membuatnya harus membatasi aktivitas sehingga kurang menyesuaikan diri terhadap peran barunya sebagai seorang ibu.

Secara umum wanita setelah melahirkan akan mengalami gangguan emosional, bentuk gangguan emosional yang umum adalah kecemasan, depresi, mudah marah dan mudah frustrasi. Gangguan mood selama periode *postpartum* termasuk gangguan yang paling sering terjadi pada wanita baik primipara maupun multipara (Saleha, 2009). Ada banyak kondisi yang menyebabkan ibu mengalami gangguan kecemasan usai melahirkan. Dalam fase ini, ibu *postpartum* akan banyak berpikir tentang bayinya, kesulitan tidur, asupan ASI yang kurang, hingga mencemaskan hal-hal lain secara berlebihan.

Pelaporan prevalensi kejadian *postpartum* bervariasi diseluruh dunia. Menurut data Badan Kesehatan Dunia (WHO), di negara berkembang, antara 10-50% ibu yang menjalani masa perinatal (saat hamil hingga setahun setelah melahirkan) mengalami kecemasan dan depresi. Menurut sebuah tinjauan sistematis, angka kejadian gangguan kesehatan mental seperti depresi dan gangguan kecemasan pada ibu di negara berkembang tercatat memiliki rata-rata terbobot 15,6% saat hamil dan 19,8% saat setelah melahirkan. Hasil Data Riset Kesehatan Dasar

(Riskesdas) tahun 2013, menyatakan bahwa prevalensi gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan adalah sebesar 6% atau sekitar 14 juta orang dari populasi penduduk Indonesia, dengan menunjukkan ibu melahirkan paling tinggi di Indonesia. adalah Jawa Tengah sekitar 99,89 % (Kemenkes, 2014), kecemasan pada ibu Postpartum yang tidak dapat teratasi dapat menyebabkan depresi Postpartum dan gangguan mental lainnya yang mengganggu kesehatan.

Wanita 2 kali lebih banyak mengalami kecemasan dibanding pria (Hawari, 2011).

Kecemasan ibu *postpartum* disebabkan oleh perubahan hormonal dan sosial (seperti perubahan peran menjadi ibu) setelah melahirkan. Selain hal tersebut faktor yang menyebabkan terjadinya kecemasan pada ibu *postpartum* yaitu adanya perubahan hormone, payudara membengkak dan menyebabkan rasa sakit atau jahitan yang belum sembuh.

Proses psikologis pada ibu *postpartum* sudah dimulai sejak masa kehamilan. Ibu melahirkan akan mengalami perubahan psikologis yang nyata sehingga diperlukan adaptasi. Proses adaptasi yang kurang baik dapat menyebabkan stress atau kecemasan sehingga dapat meningkatkan produksi kortisol. Dari kortisol yang tinggi akan menghambat produksi ASI (Zanardo, 2009). Hal ini di karenakan kecemasan dapat menghambat pengeluaran ASI (Kodrat, 2010).

Beberapa penelitian sudah pernah dilakukan, didapatkan hasil 61,8% responden mengalami kecemasan *postpartum* di RSUD Mojokerto oleh peneliti Sari Priyanti pada tahun 2013.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan, didapatkan angka persalinan di Rumah Sakit Gatoel Mojokerto tahun 2019 sebanyak 950 ibu bersalin. Pada bulan Januari 2020 terdapat 120 ibu bersalin, dengan menggunakan metode wawancara, dari wawancara 4 ibu *postpartum*, 2 diantaranya yang peneliti lakukan ibu mengatakan merasa cemas, takut, dan banyak pikiran pada hari ke 2 setelah persalinan. Faktor pemicu cemas karena ASI yang tidak keluar atau jumlah ASInya sedikit.

Seorang ibu yang mengalami kecemasan *postpartum* menunjukkan gejala-gejala kecemasan hampir sama dengan gejala cemas pada umumnya. Kecemasan *postpartum* muncul dengan gejala sebagai berikut: kurang nafsu makan, sedih dan murung, perasaan tidak berharga, mudah marah, kelelahan, insomnia, anoreksia, merasa terganggu dengan perubahan fisik, sulit berkonsentrasi, melukai diri, anhedonia, menyalahkan diri, lemah dalam kehendak, tidak mempunyai harapan untuk masa depan, tidak mau berhubungan dengan orang lain.

Menurut Fereshteh Jahdi (2016) terapi non farmakologi yang menggunakan metode sederhana dan efektif untuk mengurangi kecemasan adalah terapi pijat laktasi, dalam penelitian ini didapatkan hasil bahwa terapi pijat laktasi secara signifikan dapat mengurangi tingkat kecemasan ibu primipara selama hari postpartum pertama. Menurut penelitian Wei-Ling Chen (2013) dikatakan bahwa manfaat terapi pijat secara signifikan

mengurangi kecemasan yang ditandai dengan penurunan tekanan darah sistolik, diastolik, denyut jantung, dan tingkat pernapasan. Selain itu manfaat pijat menurut penelitian Krista Dicks (2010) dapat menurunkan stres, menurunkan ketegangan otot, peningkatan kualitas tidur dan dapat meningkatkan relaksasi pada seseorang setelah pijat. Pada Goral Kimberly (2011) dalam penelitiannya mengatakan bahwa terapi pijat secara signifikan menurunkan kecemasan yang ditandai dengan penurunan aktifitas sistem saraf (SNS) dan penurunan denyut jantung. Dapat disimpulkan dari penelitian yang telah dilakukan bahwa terapi pijat secara signifikan dapat menurunkan kecemasan.

Berdasarkan ulasan latar belakang di atas penelitian ini sangat penting dapat dilakukan untuk mendeteksi secara dini terjadinya kecemasan *postpartum* sehingga dapat dilakukan suatu penatalaksanaan yang baik agar ibu tidak jatuh pada kondisi yang lebih buruk

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka perumusan masalah adalah “Adakah pengaruh pijat laktasi terhadap penurunan kecemasan pada ibu *postpartum* (1-3) hari di Rumah Sakit Gatoel Kota Mojokerto?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh Pijat Laktasi terhadap kecemasan pasien *postpartum* (1-3) hari

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi tingkat kecemasan ibu *post partum* sebelum dilakukan pijatlaktasi
- b. Mengidentifikasi kecemasan ibu *postpartum* sesudah dilakukan pijat laktasi

- c. Menganalisis pengaruh pijat laktasi terhadap tingkat kecemasan pasien *postpartum* (1-3 hari)

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan bagi para pembaca dan dapat digunakan sebagai bahan kepustakaan dan dapat meningkatkan prestasi mahasiswa

##### **2. Manfaat praktis**

- a. Responden:

Memberikan masukan berupa informasi tentang pengaruh pijat laktasi terhadap tingkat kecemasan pasca bersalin dan responden dalam penelitian mendapatkan informasi dari pengaruh pijat laktasi terhadap tingkat kecemasan pasien *postpartum*.

- b. Institusi pendidikan:

Memberi informasi berupa data tentang pengaruh pijat laktasi terhadap tingkat kecemasan pasien *postpartum* (1-3 hari)

- c. Lokasi penelitian

Memberi informasi baru pengaruh pijat laktasi terhadap tingkat kecemasan pasien *postpartum* (1-3 hari)