

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehamilan merupakan salah satu momen penting dalam kehidupan seorang wanita, terutama bagi ibu primigravida, yaitu wanita yang sedang hamil untuk pertama kalinya. Pada trimester ketiga, ibu hamil memasuki fase akhir kehamilan yang ditandai dengan berbagai perubahan fisik dan emosional yang signifikan (Rustam, 2019). Trimester ini sering menjadi masa yang penuh tantangan karena mendekati waktu persalinan, di mana banyak ibu mengalami ketakutan, kekhawatiran, bahkan kecemasan yang cukup tinggi (Yulianti & Astuti, 2020; Rachmawati, 2016).

Ibu hamil primigravida trimester III cenderung lebih rentan terhadap kecemasan dibandingkan ibu yang pernah melahirkan sebelumnya. Hal ini disebabkan oleh ketidaktahuan akan proses persalinan, ketakutan atas rasa sakit, serta kekhawatiran tentang kesehatan bayi dan diri sendiri (Rachmawati, 2016; Fielda, 2017). Kecemasan ini, jika tidak di kelola dengan baik, dapat mempengaruhi kondisi fisiologis ibu seperti meningkatnya tekanan darah, gangguan tidur, bahkan berdampak negatif pada tumbuh kembang janin (Rustam, 2019; Yulianti & Astuti, 2020).

Kecemasan adalah gangguan alam perasaan yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak wamengalami gangguan dalam menilai realitas, kepribadian masih utuh, serta perilaku terganggu tetapi masih dalam batas normal. Kecemasan sering terjadi pada ibu dengan kehamilan pertama. Ibu primigravida yang sering mengalami kecemasan pada trimester III akan berisiko melahirkan abnormal sehingga membahayakan ibu dan janinnya (Moekroni & Analia., 2020). Dampak yang dapat ditimbulkan dari kecemasan yaitu dapat menyebabkan kontraksi persalinan yang lebih lemah atau kehilangan kekuatan mengedan ibu, yang dapat memperlambat perkembangan persalinan, dan menyebabkan persalinan yang terlalu lama (Apriliani et al, 2022).

World Health Organization (WHO) pada tahun 2020 melaporkan bahwa tingkat kecemasan selama kehamilan berkisar 8-10%, dan meningkat menjadi 12% menjelang persalinan. Kecemasan lebih banyak dialami pada ibu hamil primigravida yaitu sebanyak 42,2%. Menurut Kemenkes RI (2020) angka kejadian kecemasan pada ibu hamil di Indonesia mencapai 107.000.000 atau 28,7% diantaranya kecemasan terjadi pada ibu hamil menjelang persalinan. DKI Jakarta pada tahun dalam menunjukkan prevalensi kecemasan ibu hamil dengan cemas ringan sebesar 43,3%, cemas sedang 43,4%, dan cemas berat 13,5% (Kamalah et al, 2021).

Terapi nonfarmakologi yang dapat diberikan untuk mengatasi kecemasan pada ibu hamil primigravida antara lain teknik relaksasi, *hipnoterapy*, imajinasi, umpan balik biologis, sentuhan teraupetik, hidroterapi dan teknik distraksi. Teknik distraksi merupakan pengalihan dari fokus perhatian seseorang ke stimulus lain sehingga dapat menurunkan kewaspadaan terhadap nyeri. Teknik distraksi dengan mendengarkan musik merupakan teknik yang efektif untuk mengalihkan perhatian seseorang terhadap kecemasan yang berlebih. Terapi musik dapat mengurangi stress, merilekskan tubuh, melepaskan rasa sedih, dan membantu meringankan nyeri atau rasa sakit (Satriami & Sumiati, 2022).

Natural sounds seperti suara gemericik air, ombak laut, angin sepoi-sepoi, dan kicauan burung, mampu memberikan efek relaksasi melalui stimulasi sistem saraf parasimpatis. Aktivasi sistem ini berkontribusi pada penurunan denyut jantung, tekanan darah, serta menurunkan produksi hormon stres seperti kortisol (Lee et al, 2016). Efek relaksasi ini memperbaiki suasana hati dan meningkatkan kualitas tidur, yang sangat penting dalam menjaga kondisi fisik dan psikologis ibu hamil (Sofyan, 2019). Kelebihan terapi musik *natural sounds* lainnya adalah sifatnya yang non-invasif, tidak menimbulkan efek samping, serta mudah diakses. Terapi ini dapat dilakukan secara mandiri di rumah (Nurjanah et al., 2021). Kemampuan terapi ini dalam menciptakan suasana tenang dan nyaman menjadikannya pilihan intervensi efektif untuk membantu ibu hamil menghadapi persalinan dengan lebih percaya diri dan tenang.

Terapi musik merupakan terapi yang dilakukan berupa intervensi musik untuk mencapai tujuan terapeutik oleh seseorang yang mengalami masalah sosial, emosional, dan perilaku: masalah kognitif, motorik disegala usia (Association, 2022). Terapi musik *natural sounds* merupakan salah satu dari terapi musik menggunakan suara alam yang mempunyai karakteristik membuat nyaman, menimbulkan perasaan tenang, dan juga membuat rileks (Waruwu dkk., 2019). Musik mampu menciptakan rangsangan-rangsangan yang nantinya akan ditangkap oleh organ pendengaran kemudian diproses didalam sistem saraf dan kelenjar otak selanjutnya diinterpretasikan oleh organ pendengaran (Suharnah dkk, 2021)

Suharnah et al., 2021 mengatakan terdapat penurunan tingkat kecemasan pada ibu primigravida trimester III setelah diberikan intervensi terapi musik. Terapi musik yang dilakukan di malam hari dengan durasi 30 menit mampu menurunkan tingkat kecemasan ibu. Penelitian ini dilakukan pada 23 responden yaitu yang bersedia menjadi responden dan ibu hamil yang mengalami kecemasan berdasarkan kuesioner yang mereka isi. Frekuensi primigravida sebelum pemberian terapi musik yaitu cemas ringan sebanyak 12 orang (21.7%), cemas sedang sebanyak 12 orang (52.2%), dan cemas berat sebanyak 6 orang (26.1%). Dan frekuensi primigravida setelah pemberian terapi musik, yaitu tidak cemas sebanyak 6 orang (26.1%), cemas ringan sebanyak 11 orang (47.8%) dan cemas sedang sebanyak 6 orang (26.1%). Hal ini membuktikan bahwa terapi musik bermanfaat untuk penurunan kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III.

Salah satu instrumen yang dikembangkan untuk mengukur kecemasan pada ibu hamil adalah *perinatal anxiety screening scale* (PASS). Kelebihan dari (PASS) yang menjadikan alat yang efektif dalam mengukur kecemasan pada ibu primigravida trimester III yaitu, mudah digunakan (PASS) terdiri dari 31 item dengan skala likert 4 poin, yang mudah di isi oleh responden (Yuliani, 2021).

Perawat maternitas memiliki peran penting dalam memberikan asuhan keperawatan kepada ibu hamil, ibu bersalin, ibu nifas, dan bayi baru lahir. Mereka berperan sebagai pemberi perawatan, pendidik, pendukung emosional, dan advokat bagi pasien. Perawat membantu memantau kesehatan ibu dan janin, memberikan edukasi tentang kehamilan dan persalinan, serta mendukung ibu secara emosional selama masa transisi menjadi orang tua. Dengan peran ini, perawat maternitas turut berkontribusi dalam meningkatkan kesehatan ibu dan anak secara menyeluruh.

Universitas Kristen Indonesia memiliki nilai-nilai kristiani yaitu, rendah hati, berbagi dan peduli, disiplin, profesional, bertanggung jawab, dan berintegritas. Selama penulis berkuliah di Universitas Kristen Indonesia, penulis menerapkan nilai-nilai kristiani di kampus, demikian juga saat asuhan keperawatan untuk tugas karya tulis ilmiah akhir. Dalam kajian ilmiah ini penulis menerapkan sikap berbagi dan peduli, rendah hati terhadap pasien dan peduli terhadap kebutuhan pasien, disiplin dalam merawat orang yang mempunyai masalah dalam pengobatan perilaku kekerasan, dan profesional dalam melakukan asuhan keperawatan. Dalam melakukan asuhan keperawatan penulis tahu bagaimana bertanggung jawab atas tugas yang dilakukan untuk pasien dan jujur dalam memenuhi tugas keperawatannya.

Penulis menerapkan nilai-nilai UKI dalam melakukan perawatan pada pasien. Rendah hati adalah penerapan rendah hati (*Humility*) dengan bersikap rendah hati, ramah, baik hati, sabar, murah senyum, dan siap membantu dalam budaya kerja. Berbagi dan Peduli merupakan salah satu contoh empati, yaitu kesediaan untuk mendengarkan dan menghargai orang lain (*Sharing and Caring*). Disiplin (*Discipline*) konsisten dan taat pada peraturan Profesional (*Professional*) adalah orang yang cepat dan tepat waktu dalam memberi jawaban, akurat, dapat bekerja sama, ahli, dan berbakat. Bertanggung jawab (*Responsibility*) pribadi akan menumbuhkan kepercayaan dan tercermin dalam perilaku yang dapat diandalkan. Berintegritas (*Integrity*), memberikan keuntungan bagi semua pihak, yang dibuktikan dengan keseragaman sikap,

tindakan, dan perilaku, serta konsistensi dalam bertindak. Berdasarkan penjelasan tersebut, penulis tertarik untuk menyusun Karya tulis ilmiah dengan Terapi Musik *Natural Sounds* Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Ibu Primigravida Trimester III Di Puskesmas Kecamatan Keramat Jati.

Dampak positif *perceptee* terhadap caring *preceptor*, yaitu dapat memberikan perasaan diterima, mengembangkan citra diri yang positif dan rasa aman. Preceptor dapat memberikan *perceptee* harapan, optimisme yang mendorong berbuat lebih baik, lebih percaya diri, pertumbuhan pribadi dan profesi, serta motivasi. Ketika *perceptee* merasa diperhatikan, kecemasan berkurang dan memberi energi positif serta memotivasi. Hasil penelitian (Caranto.C., 2015) bahwa preceptor yang tidak caring ditandai dengan meningkatnya ketidakpedulian, tidak perhatian dan ketidak pekaan terhadap kebutuhan *perceptee* dan dirasakan sebagai preceptor yang kurang kompetensi (Sitorus, E., & Mahendra, D. (2017).

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam karya tulis ilmiah yaitu bagaimana penerapan “Terapi Musik *Natural Sounds* Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Ibu Primigravida Trimester III Di Puskesmas Kecamatan Keramat Jati”?

1.3 Tujuan Studi Kasus

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum studi kasus ini adalah untuk memberikan asuhan keperawatan maternitas pada pasien ibu primigravida trimester III dengan terapi musik natural sounds terhadap penurunan kecemasan di Puskesmas Kecamatan Keramat Jati.

1.4 Tujuan Khusus

1.4.1 Mampu melakukan pengkajian pada pasien ibu primigravida trimester III Puskesmas Kecamatan Keramat Jati.

1.4.2 Mampu menetapkan diagnosa keperawatan pada pasien ibu primigravida trimester III di Puskesmas Kecamatan Keramat Jati.

1.4.3 Mampu menyusun intervensi pada pasien ibu primigravida trimester III di Puskesmas Kecamatan Keramat Jati.

1.4.4 Mampu melaksanakan implementasi pada pasien ibu primigravida trimester III di Puskesmas Kecamatan Keramat Jati.

1.4.5 Mampu mengevaluasi intervensi pada pasien ibu primigravida trimester III di Puskesmas Kecamatan Keramat Jati.

1.4.6 Mampu dokumentasikan Terapi Musik Natural Sounds Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Ibu Primigravida Trimester III di Puskesmas Kecamatan Keramat Jati.

1.5 Manfaat Studi Kasus

1.5.1 Pasien

Mendapatkan informasi yang dapat membantu meminimalisir dampak buruk yang dapat terjadi pada pasien.

1.5.2 Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

Sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan studi kasus bidang keperawatan tentang tindakan terapi musik *natural sounds* pada ibu primigravida trimester III pada masa yang akan datang dalam rangka peningkatan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan.

1.5.3 Puskesmas

Meningkatkan profesionalisme perawat untuk berperan aktif dalam memberikan asuhan keperawatan maternitas pada pasien ibu primigravida trimester III untuk membantu mengatasi masalah kecemasan.

1.5.4 Institusi Pendidikan

Hasil studi kasus ini dapat digunakan sebagai data dalam upaya meningkatkan pengetahuan serta pengembangan bagi mahasiswa dalam bidang Kesehatan.

1.5.5 Penulis

Memperoleh pengalaman dalam mengimplementasikan prosedur keperawatan dengan metode terapi musik *natural sounds* pada asuhan keperawatan pada pasien ibu primigravida trimester III.