

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Kehamilan adalah masa transisi bagi wanita, di mana banyak perubahan terjadi baik secara fisik maupun psikologis. Sistem tubuh yang paling banyak mengalami perubahan adalah sistem reproduksi. Kehamilan adalah fenomena alamiah, namun hal ini menyebabkan berbagai perubahan dalam kehidupan seorang wanita. Perubahan ini meliputi dimensi fisik, sosial, psikologis, budaya, dan spiritual seorang wanita (Underdown dan Barlow, 2012). Sementara perubahan psikologis yang terjadi pada ibu hamil disadari pada saat seorang wanita mengetahui dirinya telah hamil.

Pada kurun waktu ini, ibu hamil akan merasakan kegembiraan, karena akan menyambut kehidupan yang baru. Tetapi tidak semua ibu hamil merasakan perasaan yang sama, ada diantara ibu yang merasakan ketidak nyamanan bahkan sampai mengalami stres. Wanita juga akan mengalami proses pembelajaran sosial dan kognitif yang lebih kompleks selama kehamilan (Bobak, Lowdermilk, & Jense, 2012). Stres pada ibu dapat memengaruhi janin baik secara tidak langsung dengan menumbuhkan kemungkinan ibu terpengaruh dalam perilaku yang tidak sehat.

Hal tersebut biasanya terjadi terutama pada ibu hamil yang belum atau kurang siap saat menghadapi masa-masa kritis pada proses kehamilan dan proses kelahiran. Secara biologis, wanita mampu hamil dan melahirkan pada usia rata-rata 20 tahun. Oleh karena itu, semua data di seluruh dunia menunjukkan bahwa kehamilan dan persalinan yang sehat terjadi antara usia 20 dan 35 tahun (Hasto Wardoyo, 2022). Pada masa kehamilan khususnya untuk para ibu muda yang akan menjalani kelahiran pertama, tingkat stres yang dirasakan sangat lebih besar jika dibandingkan dengan ibu hamil yang sudah pernah melahirkan.

Pada kelahiran pertama, banyak ibu muda yang mengalami kematian. Risiko terbesar kematian ibu ditemukan pada remaja perempuan dengan usia dibawah 15 tahun, dan memiliki komplikasi selama masa kehamilan dan masa persalinan menjadi penyebab sebuah utama kematian di kalangan perempuan muda di negara berkembang (WHO, 2018). Berdasarkan data Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), terdapat 4,8 juta

kehamilan di Indonesia setiap tahunnya. Dari jumlah tersebut, 4.438.141 melahirkan bayi lahir hidup, sementara 22.257 bayi lahir mati.

Hal ini karena sebagian besar dialami saat ibu dalam masa kehamilan dan persalinan. Lainnya dari itu 2 juta pasangan yang menikah setiap tahun, terdapat sekitar 1,6 juta wanita yang hamil ditahun pertama. Dengan sekitar 300.000 anak yang mengalami stunting. Hasto (2023) menyebutkan jika yang mau menikah dilakukan screening dan memenuhi syarat, maka bisa menurunkan tingkat stunting pada anak. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik pada Sensus Penduduk Tahun 2020, AKB di Jakarta tercatat 10,38 bayi per 1.000 kelahiran. Dari sumber data yang sama, angka kematian ibu (AKI) di Jakarta tercatat sebesar 48 ibu per 100.000 kelahiran hidup.

Mayoritas Wanita yang sedang hamil akan menghadapi suatu kecemasan dan stres serta menghadapi perubahan gejala fisik maupun perubahan gejala biologis dan biokimiawi yang berkaitan dengan kehamilan, serta perubahan dalam hubungan pribadi maupun keluarga, aspek sosial dan ekonomi, dan komplikasi medis dan kebidanan yang berkaitan dengan kehamilan. Stres mengacu pada suatu keadaan di mana kondisi internal dan eksternal melemahkan atau mengganggu fungsi normal energi dan jiwa manusia, dan akibatnya, merangsang sistem saraf otonom, terutama sistem saraf simpatik, yang pada akhirnya menimbulkan kecemasan pada individu (Navidpour, dkk., 2015).

Kondisi stres selama kehamilan seharusnya dapat ditanggulangi jika ibu hamil memiliki efikasi diri serta kesehatan mental yang baik. Menurut penelitian sebelumnya yang sudah dilakukan oleh Clarke dkk. (2014), efikasi diri kesehatan mental merupakan faktor yang sangat efektif dalam menurunkan tingkat stres serta depresi pada wanita hamil. Oleh karena itu, dalam proses intervensi kesehatan mental, penting untuk memperhatikan peningkatan efikasi diri kesehatan mental pada individu (Clarke, dkk., 2014).

Proses kehamilan dan persalinan menyebabkan stres yang spesifik dan hanya dirasakan oleh wanita, yang menyebabkan terjadinya komplikasi yang berhubungan dengan stres lebih tinggi pada wanita dibandingkan dengan pria. Penelitian telah banyak dilakukan pada beragam komunitas untuk menyatakan penyebab stres pada wanita hamil. Sebuah penelitian tentang prevalensi stres selama awal kehamilan di antara berbagai populasi menemukan bahwa sekitar 16,5-74 % wanita mengalami stres pada masa awal kehamilan mereka. Oleh karena itu, tingkat

stres dan kecemasan yang tinggi berdampak negatif pada keterikatan antara ibu dan janin, yang mengakibatkan penurunan keterikatan antara ibu hamil dan bayi yang dikandungnya (Hopkins, dkk., 2018; Rusanen, dkk., 2018).

Stres dikenal sebagai interaksi antara kemampuan mengatasi individu dan tuntutan lingkungannya. Ini adalah proses psikobiologis (di mana adanya rangsangan yang mengancam kesehatan fisik dan psikologis menyebabkan reaksi kecemasan). Menurut Hans Selye dalam Sary (2015) dinyatakan bahwa stres merupakan reaksi tubuh yang tidak khusus terhadap tuntutan yang diberikan kepadanya. Ketika seseorang mengalami gejala stres dan mengalami suatu gangguan pada berbagai organ tubuh, yang mengakibatkan ketidakmampuan mereka untuk melakukan tugas-tugas mereka secara efektif, hal ini disebut sebagai *distress*.

Salah satu faktor penyebab stres adalah faktor individu dan faktor situasional. Faktor individu merupakan faktor yang berasal dari dalam diri individu, seperti sifat-sifat kepribadian individu dan kemampuannya untuk mengatasi stres. Sedangkan faktor situasional merupakan faktor yang berasal dari lingkungan individu seperti dukungan keluarga, kondisi rumah tangga, pekerjaan, dan segala situasi yang bisa menimbulkan stres. Audit maternal perinatal yang dilakukan oleh Departemen Kesehatan Indonesia di tahun 2008 menunjukkan bahwa 28,7% ibu hamil mengalami kecemasan (Handayani, 2015).

Ibu yang baru pertama kali melahirkan sering kali mengalami pikiran yang mengganggu karena reaksi cemas terhadap cerita yang mereka dengar selama kehamilan. Banyak orang yang menyatakan bahwa proses melahirkan itu sangat menyakitkan dan banyak hal yang terjadi pada saat persalinan, misalnya kematian ibu atau janin, melahirkan dengan cara normal atau operasi dan sebagainya. Akibatnya, seorang ibu saat pertama kali hamil serta tidak memiliki pengalaman melahirkan merasa takut dan cemas. Selain itu kebanyakan dari ibu hamil yang merasa stres terhadap kehamilannya akan mempengaruhi perkembangan janin di dalam rahim.

Perkembangan kehamilan pada wanita membutuhkan penyesuaian diri yang tepat agar kondisi kesehatan psikis dan fisik ibu hamil dan janin dapat terjaga dan terpelihara dengan baik. Faktor-faktor yang diharapkan dapat memberikan dukungan selama masa penyesuaian diri tersebut adalah dukungan sosial dan jaringan sosial yang paling dekat dengan ibu hamil, yaitu keluarga. Menurut Mubarak dalam Misgiyanto & Susilawati (2014), ada hubungan yang kuat diantara keluarga dengan status kesehatan anggotanya, dimana keluarga berperan signifikan dalam

setiap aspek pada perawatan kesehatan anggota keluarga, mulai dari strategi hingga masa rehabilitasi. Hal ini menandakan bahwa dukungan yang didapat dari keluarga serta berkaitan dengan pengetahuan, sikap, dan perilaku anggota keluarga terutama jika salah satu anggota keluarga sedang sakit, merupakan peran dan fungsi keluarga dalam upaya meningkatkan dukungan psikologis.

Diharapkan ibu hamil dapat melakukan penyesuaian atau adaptasi diri dengan lebih baik selama masa kehamilannya dengan berbagai bentuk dukungan yang dapat diberikan oleh keluarga. Berbagai penelitian menyebutkan dukungan keluarga, suami dan tenaga kesehatan dapat menurunkan tingkat stres atau kecemasan saat proses kehamilan dan saat persalinan pada ibu hamil. Penyebab munculnya stres pada ibu menjelang proses persalinan adalah karena kurang lebih 95% para tenaga kesehatan kurang memperhatikan kondisi psikologis ibu hamil, namun lebih berfokus pada kondisi fisik ibu dan bayi yang akan dilahirkan (Istikhomah & Suryani, E, 2014).

Dukungan yang didapat dari keluarga seperti suami dan tenaga kesehatan membuat ibu hamil mengalami penurunan kecemasan dan tingkat stres saat proses kehamilan dan menjelang persalinan, sedangkan ibu hamil yang kurang atau tidak mendapat dukungan keluarga seperti suami dan tenaga kesehatan akan mengalami kecemasan dan tingkat stres yang jauh lebih tinggi. Kemudian, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Tang dkk., (2019) di Cina, ditemukan bahwa wanita yang tidak menerima nasihat dari suaminya lebih cenderung mengalami depresi dan cenderung menunjukkan gejala stres dibandingkan dengan mereka yang menerima nasihat. Dukungan sosial yang diberikan tenaga kesehatan secara signifikan juga sangat membantu pada masa kehamilan dan melahirkan. Dukungan sosial yang bisa diberikan oleh tenaga kesehatan bisa dilakukan dalam bentuk tanya jawab terhadap keluhan dan memberikan penyuluhan pada ibu hamil.

Berdasarkan uraian teori, penelitian terkait, dan studi pendahuluan diatas, peneliti tertarik untuk meneliti dukungan sosial dengan stres ibu hamil di Poliklinik Kebidanan Rumah Sakit Bhayangkara Tk. I R. Puskokes Polri.

1.2. Rumusan Masalah

Kehamilan merupakan sebuah proses dalam kehidupan diri seorang ibu yang mengakibatkan terjadinya berbagai perubahan. Perubahan ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk

faktor fisik, psikologis, sosial, budaya, dan ekonomi. Perubahan yang disebabkan oleh faktor psikologis dapat mengganggu kesehatan mental, yang bisa sangat berbahaya bagi ibu hamil.

Sebuah penelitian yang dilakukan di Cina mengenai dukungan sosial dan depresi pasca melahirkan di kalangan ibu mengungkapkan peran penting persepsi diri sendiri sebagai mediator dalam korelasi antara dukungan sosial serta depresi. Sebagian besar ibu yang pertama kali hamil tidak memiliki pengetahuan atau akses untuk mendapatkan jawaban atas pertanyaan-pertanyaan mereka, yang membuat mereka mencari bantuan serta dukungan ketika menghadapi situasi yang penuh tekanan. Tidak adanya atau kurangnya dukungan pada masa ini dapat menyebabkan depresi yang disebabkan oleh rendahnya efikasi diri ibu pasca melahirkan. Tidak hanya ibu pasca melahirkan tetapi ibu hamil juga mengalami stres dan cemas. Efikasi diri kesehatan mental ibu hamil dianggap berperan sebagai mediator yang menjembatani dukungan yang diberikan oleh suami, keluarga, dan tenaga kesehatan terhadap kelekatan antara ibu dan janin. Dan stres merupakan kesehatan mental yang paling sering terjadi.

Berdasarkan uraian latar belakang sebagaimana yang telah dipaparkan, maka peneliti tertarik untuk merumuskan masalah yaitu apakah terdapat hubungan dukungan sosial dengan tingkat stres pada ibu hamil di Poliklinik Kebidanan Rumah Sakit Bhayangkara Tk. I PUSDOKES POLRI.

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Untuk mengidentifikasi hubungan dukungan sosial dengan tingkat stres pada ibu hamil di Poliklinik Kebidanan Rumah Sakit Bhayangkara Tk. I PUSDOKES POLRI.

1.3.2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi distribusi karakteristik ibu hamil meliputi usia dan paritas di Poliklinik Kebidanan Rumah Sakit Bhayangkara Tk. I PUSDOKES POLRI.
- b. Mengidentifikasi distribusi responden berdasarkan dukungan sosial pada ibu hamil di Poliklinik Kebidanan Rumah Sakit Bhayangkara Tk. I PUSDOKES POLRI.
- c. Mengidentifikasi distribusi responden berdasarkan tingkat stres pada ibu hamil di Poliklinik Kebidanan Rumah Sakit Bhayangkara Tk. I PUSDOKES POLRI.
- d. Mengidentifikasi hubungan dukungan sosial dengan tingkat stres pada ibu hamil di Poliklinik Kebidanan Rumah Sakit Bhayangkara Tk. I PUSDOKES POLRI.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat untuk Rumah Sakit Bhayangkara Tk. I Puskor Polri

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan masukan Rumah Sakit Bhayangkara Tk. I Puskor Polri bagi segi keperawatan maupun kedokteran sehingga dapat memperkaya hasil penelitian serta bisa menjadi rujukan untuk penelitian-penelitian kedepannya tentang kondisi stres pada ibu hamil.

1.4.2. Manfaat untuk Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan pembelajaran tentang asuhan keperawatan pasien, yaitu tentang bagaimana memberikan dukungan sosial kepada kondisi stres pada ibu hamil.

1.4.3. Manfaat untuk Profesi Keperawatan

Memberikan data dasar terkait tentang perawatan pasien dukungan sosial kepada kondisi stres pada ibu hamil. Sebagai contoh dalam memberikan dukungan sosial yang baik untuk pasien ibu hamil.