

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tingkat kecemasan ibu hamil secara global pada trimester 1 sampai trimester 3 berkisar 34,4 % di negara yang berpenghasilan rendah sampai menengah dan di negara berpenghasilan tinggi sebanyak 19,4% (Bedaso et al., 2021). Menurut (Wulansari, 2021) di Indonesia kecemasan pada ibu hamil primigravida lebih banyak dari pada ibu hamil multigravida. Pada ibu hamil primigravida sebanyak 66,2% dan ibu hamil multigravida sebanyak 42,2%. Ibu hamil primigravida di Indonesia yang mengalami kecemasan sebanyak 373.000.000. Tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida yang sudah dilakukan penelitian diketahui sebanyak 22,5% mengalami cemas ringan, 30% mengalami cemas sedang, 27,5% mengalami cemas berat, dan 20% mengalami cemas sangat berat. Di Indonesia ibu hamil yang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan sebanyak 107.000 (28,7%). Di Jawa Timur setiap tahunnya terdapat 73,5% ibu hamil yang mengalami kecemasan dan banyak terjadi pada trimester 3 menjelang persalinan (Hardika & Arwiyantasari, 2024). Kecemasan yang terjadi selama kehamilan 18,2% pada trimester 1 sampai 24,6% pada trimester 3. Tingkat kecemasan yang paling tinggi adalah selama masa kehamilan (Ji, Li, et al., 2024).

Gejala psikologis wanita hamil muncul pada trimester 1 dan trimester 3, seperti timbulnya kecemasan, mudah tersinggung, suasana hati yang labil, dan cenderung depresi (Perkovic et al., 2021). Faktor munculnya kecemasan pada ibu hamil bisa disebabkan karena usia ibu yang masih muda sehingga kesiapan ibu untuk kehamilan kurang matang, tingkat pendidikan rendah yang menyebabkan tingkat pengetahuan ibu tentang kehamilan kurang, dan yang sering terjadi karena faktor kemiskinan dan kurangnya dukungan dari keluarga terutama pasangan (Nabwire et al., 2024). Kehamilan remaja dan kehamilan yang tidak diinginkan juga menjadi penyebab kecemasan bahkan sampai bisa menyebabkan depresi (Article, 2023). Faktor lainnya yang sering dihubungkan dengan kecemasan pada ibu hamil yaitu paritas, adanya penyakit lain, riwayat komplikasi pada saat nifas, aborsi, persalinan yang sulit dan riwayat kematian bayi baru lahir (Nabwire et al., 2024)

Kehamilan pertama bisa menimbulkan rasa senang dan juga rasa cemas. Kecemasan yang berlebihan akan meningkatkan hormon kortisol yang bisa menyebabkan gangguan pada pertumbuhan dan perkembangan pada bayi. Kecemasan juga dapat menyebabkan bayi lahir secara prematur dan berat badan lahir rendah (Shafqat et al., 2024). Kecemasan yang berlebihan selama hamil bisa membuat gangguan kesehatan mental, kerugian sosial, dan kehilangan janin dalam kandungan (Nogueira et al., 2017). Kecemasan selama kehamilan juga akan berpengaruh pada anak yang dilahirkan, anak akan mengalami masalah pada perilaku dan

emosionalnya, gangguan pada kefokusannya, cenderung hiperaktivitas, *autisme*, pada saat memasuki usia remaja akan sering depresi, impulsiv, dan terjadi gangguan kognitif, pada saat dewasa akan mengalami *skizofrenia* (Tang et al., 2019).

Untuk mengatasi kecemasan pada ibu hamil ada 2 cara yaitu dengan terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi farmakologis merupakan terapi dengan pemberian obat-obatan sesuai advis dokter, tetapi banyak ibu hamil yang ragu bahkan tidak mau meminum obat karena takut efek samping dari obat akan mempengaruhi janin atau bayi yang dilahirkan. Sedangkan terapi nonfarmakologis merupakan cara lain selain pemberian obat. Tujuan terapi nonfarmakologis juga difokuskan untuk mengatasi kecemasan, mencegah stres, dan depresi selama kehamilan, persalinan, dan *post partum* (Domínguez-Solís et al., 2021). Beberapa cara mengatasi kecemasan dengan terapi nonfarmakologis antara lain teknik relaksasi, hipnoterapi, imajinasi, sentuhan terapeutik dan teknik distraksi (Safitri, 2023). Yang sering digunakan untuk mengatasi kecemasan pada ibu hamil yaitu *massage*, pemberian *aromatherapy*, dan terapi musik.

Terapi musik merupakan cara yang cukup efektif untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil, terapi musik memiliki banyak manfaat, selain untuk ketenangan juga dapat memberikan efek positif pada denyut jantung basal janin (Ji, Zhao, et al., 2024). Terapi musik klasik merupakan cara yang cukup efektif untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil, karena memiliki ritme dan harmoni yang cukup lembut sehingga bisa memberikan

efek menenangkan dan rasa nyaman untuk seseorang yang mendengarkan. Terapi musik klasik ini memiliki pengaruh yang baik untuk kondisi psikologis pada ibu hamil yaitu bisa mengurangi stres dan pikiran negatif (Amalia & Amalia, 2023).

Dari penelitian sebelumnya terapi musik *Lullaby (Brahm's Lullaby)* digunakan untuk mengurangi rasa sakit pada bayi prematur selama *heel lance*, hal itu dapat dilihat dari perilaku dan ekspresi wajah nyeri bayi selama *heel lance* (Rn & Rn, 2019). Penelitian sebelumnya juga telah mengungkapkan bahwa musik *Lullaby (Brahm's Lullaby)* dapat meningkatkan saturasi oksigen pada bayi premature. Musik ini dapat menstabilkan saturasi oksigen dan tidak memberikan efek negatif yang berkaitan dengan apnea atau bradikardia (Jabraeili et al., 2016). Penelitian sebelumnya juga ada yang mengungkapkan bahwa terapi musik *lullaby* dapat mengurangi tingkat kecemasan ibu hamil selama kehamilan (Carolan et al., 2012). Peneliti tertarik untuk memilih musik klasik *lullaby* yang merupakan lagu pengantar tidur karena selain bisa digunakan untuk bayi musik ini juga bisa digunakan untuk ibu hamil. Diantara musik *Mozart*, *lullaby*, dan *Beethoven* selain memberikan manfaat sebagai relaksasi dan menurunkan tingkat kecemasan musik *lullaby* ini memiliki kelebihan sebagai lagu penghantar tidur. Musik ini banyak digunakan untuk bayi namun masih sedikit yang menggunakan musik ini untuk ibu hamil.

B. Rumusan Masalah

Adakah pengaruh terapi musik klasik *Lullaby* dengan kecemasan pada ibu hamil primigravida dalam menghadapi persalinan?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh terapi musik klasik *Lullaby* dengan kecemasan pada ibu hamil primigravida dalam menghadapi persalinan.

2. Tujuan Khusus

- 1) Mengidentifikasi kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi pada ibu primigravida.
- 2) Mengidentifikasi responden yang menerapkan terapi musik klasik *Lullaby* dalam mengurangi kecemasan.
- 3) Menganalisa pengaruh terapi musik klasik *Lullaby* terhadap kecemasan responden.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan acuan untuk menambah teori atau tambahan ilmu pengetahuan dibidang kesehatan khususnya dalam keperawatan maternitas terutama dalam mengatasi kecemasan pada ibu hamil primigravida dengan terapi musik klasik.

2. Manfaat Praktis

1) Bagi Responden

Dapat memberikan dukungan dan wawasan bagi responden dalam mengatasi kecemasan primigravida serta diharapkan responden bisa menerapkan saat merasakan kecemasan.

2) Bagi Institusi Pendidikan

Dapat digunakan sebagai sumber bacaan dan referensi untuk penelitian selanjutnya dan untuk meningkatkan kualitas pendidikan khususnya dalam keperawatan maternitas tentang manfaat terapi musik klasik untuk mengurangi kecemasan primigravida.

3) Bagi Tempat Penelitian

Dapat dijadikan sebagai alternatif dalam memberikan pelayanan kehamilan atau *antenatal care* untuk mengurangi kecemasan primigravida dalam menghadapi persalinan.