

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehamilan atau *pregnancy* adalah proses sembilan bulan atau lebih di mana seorang perempuan membawa *embrio* dan janin yang sedang berkembang di dalam rahimnya. *Federasi Obstetri Ginekologi Internasional* juga menjelaskan bahwa kehamilan merupakan proses *fertilisasi* atau penyatuan dari *spermatozoa* dan *ovum* yang dilanjutkan dengan proses *nidasi* atau *implantasi* dimana bakal janin menempel di dinding rahim. Masa kehamilan trimester III merupakan periode yang cukup menantang bagi ibu hamil, karena memasuki persiapan menjelang persalinan. Kondisi ini sering menimbulkan kecemasan yang dapat berdampak negatif terhadap kesejahteraan fisik dan psikologis ibu serta perkembangan janin. (WHO, 2017).

Kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III adalah kondisi umum yang disebabkan oleh kombinasi perubahan fisik, hormonal, psikologis, dan sosial. Sebagai kehamilan pertama, ibu mungkin merasa cemas tentang persalinan, kesehatan bayi, dan peran baru sebagai seorang ibu (Lestari, 2015). Ibu hamil mengalami kecemasan seperti reaksi emosional dalam mengkhawatirkan diri dan janinnya, keberlangsungan kehamilan, persalinan, masa setelah persalinan dan ketika telah berperan menjadi ibu (Sari, 2021).

Setiap kehamilan menimbulkan risiko kematian ibu, masalah kematian dan kesakitan ibu di Indonesia masih menjadi masalah besar. Kehamilan

dengan kecemasan yang tinggi akan mempengaruhi hasil perkembangan saraf janin yang berkaitan dengan perkembangan kognitif, emosi dan perilaku sampai masa anak – anak (Lestari, 2015).

Kecemasan sering terjadi pada ibu hamil sebesar 29,2% dibandingkan ibu yang postpartum sebesar 16,5%. Kecemasan yang terjadi selama kehamilan diperkirakan akan memengaruhi antara 15-23% wanita dan berpengaruh dengan peningkatan risiko negatif pada ibu dan anak yang dilahirkan. Prevalensi kecemasan pada ibu hamil diperkirakan antara 7-20% di negara maju sementara pada negara berkembang dilaporkan 20% atau lebih (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020).

Angka kejadian kecemasan pada ibu hamil di Indonesia mencapai 373.000.000. Sebanyak 107.000.000 atau 28,7% diantaranya kecemasan terjadi pada ibu hamil menjelang proses persalinan. Penelitian yang dilakukan pada ibu primigravida 22,5% mengalami cemas ringan, 30% mengalami cemas sedang, 27,5% cemas berat, dan 20% mengalami cemas sangat berat.

Kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan akan meningkat pada kehamilan trimester III dan akan berpengaruh pada proses persalinan. Kecemasan yang terjadi terus menerus juga dapat menyebabkan kesejahteraan janin menurun. Dampak perubahan psikologi pada trimester ketiga menyebabkan ibu hamil mengalami rasa sensitif, cenderung malas, butuh perhatian lebih, mudah cemburu, rasa *ansietas* (kecemasan) dan kadang ibu khawatir bahwa bayi akan lahir sewaktu-waktu. Kelahiran Bayi

Berat Lahir Rendah (BBLR) dan bayi *prematuur* juga merupakan dampak negatif dari kecemasan (Muliani, 2022).

Salah satu alternatif *non-farmakologis* untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III yaitu dengan cara memberikan terapi musik klasik (Suciati, 2020). Pemberian terapi musik ditujukan untuk memberikan efek relaksasi pada ibu hamil. Ketenangan pikiran akan memberikan ketenangan terhadap pikiran dan fisik. Ketenangan akan menghindarkan seseorang dari tekanan fisik, emosi maupun mental. Selain itu dapat melatih seseorang untuk mengondisikan dirinya lebih rileks. Terapi music dapat digunakan untuk semua orang dari berbagai kalangan usia. Musik klasik terbukti tidak hanya memiliki efek menenangkan dan membangkitkan semangat pada wanita hamil, tetapi juga berpengaruh positif pada bayi yang belum lahir (Aprilia & Husanah, 2021).

Teknik terapi music klasik dapat mengurangi stress, merilekskan tubuh, melepaskan rasa sedih, dan membantu meringankan nyeri atau rasa sakit (Prabowo, 2019). Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Suharnah (2021) menyatakan bahwa metode terapi musik klasik mozart dapat berpengaruh untuk menurunkan kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III. Primigravida cenderung mengalami ketidaknyamanan fisik, merasakan kelelahan, merasa cemas akan kesejahteraan atau keadaan janin yang dikandungnya.

Sebuah studi penelitian oleh Aprilia dan Husanah, 2021. Terapi musik klasik diberikan kepada ibu hamil trimester III selama 2 kali dalam seminggu berturut-turut selama satu bulan dan hasilnya menunjukkan

penurunan kecemasan yang signifikan. Hasil penelitian yang dilakukan Suharnah, Jama & Suhermi (2021) juga menyatakan bahwa ada perbedaan Tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III yang signifikan antara sebelum dan setelah diberikan musik klasik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati tahun 2019 yang menyatakan bahwa pemberian terapi musik klasik dapat menurunkan kecemasan pada ibu primigravida trimester III dengan nilai signifikansi yang didapat 0,015. Terapi musik klasik dapat mengurangi kecemasan pada ibu karena terapi musik klasik merupakan teknik yang efektif untuk mengalihkan perhatian seseorang terhadap cemas berlebih. Musik klasik dapat membantu seseorang menjadi lebih rileks, mengurangi stress, menimbulkan rasa aman dan sejahtera, melepaskan rasa sedih, membuat jadi gembira, dan membantu serta melepaskan rasa sakit (Yuliana & Indriani, 2018).

Berdasarkan hasil survei pendahuluan pada tanggal 23 desember 2024 menggunakan lembar kuisioner *perinatal anxiety screening scale* (PASS) terhadap 15 orang ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas Jomin Kabupaten Karawang pada bulan desember tahun 2024 sebanyak 85% atau 13 orang ibu hamil *primigravida* trimester III mengalami kecemasan yang disebabkan oleh ketakutan akan persalinan, persiapan peran baru sebagai ibu, kekhawatiran tentang kesehatan bayi dan masalah keuangan. Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh terapi musik klasik terhadap

kecemasan ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas Jomin kabupaten karawang.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan dari uraian latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “ Pengaruh terapi musik klasik terhadap kecemasan ibu hamil primigravida trimester III di UPTD Puskesmas Jomin Kabupaten Karawang Tahun 2025 ”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis Pengaruh terapi musik klasik terhadap kecemasan ibu hamil trimester III di wilayah UPTD Puskesmas Jomin kecamatan Kotabaru kabupaten Karawang Tahun 2025.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengetahui kecemasan ibu hamil sebelum dan sesudah dilakukan terapi musik klasik

1.3.2.2 Mengetahui pengaruh musik klasik terhadap kecemasan ibu hamil primigravida trimester III.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Bidan Di UPTD Puskesmas Jomin

Meningkatkan mutu dan kualitas pelayanan asuhan kebidanan khususnya pada ibu hamil primigravida trimester III. Selain itu diharapkan dapat memberikan solusi praktis bagi bidan dalam mengatasi kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III.

1.4.2 Bagi Ibu Hamil

Ibu hamil dapat melakukan terapi musik klasik mandiri di rumah untuk mengurangi kecemasan pada usia kehamilan trimester III.

1.4.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai Sumber informasi dalam melakukan penelitian yang berkaitan dengan terapi musik pada ibu hamil.

