

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menjadi seorang ibu tentunya hal yang diinginkan oleh hampir semua wanita, dalam hal ini wanita yang baru saja merasakan kehamilan biasanya perlu melakukan berbagai cara agar bisa beradaptasi dengan kehamilannya.

Kehamilan merupakan periode perubahan, penyesuaian, tantangan dan titik balik dari kehidupan keluarga, serta berpengaruh secara mendalam pada setiap aspek kehidupan perempuan. Dalam masa kehamilan terjadi banyak perubahan, baik secara fisik maupun psikologis. Perubahan yang bermakna terjadi secara psikologis dalam diri ibu dan pasangan selama proses kehamilan (Baston, 2012).

Riwayat kehamilan ibu hamil terutama yang memiliki pengalaman pertama dalam mengalami proses hamil (primigravida) diharapkan dapat menghadapi perubahan fisiologis secara realistis tanpa tekanan dengan beradaptasi terhadap perubahan tersebut dan berupaya untuk meningkatkan kesehatannya.

Menurut (Indriyani, 2013) peristiwa kehamilan dianggap sebagai suatu masa krisis maturitas atau suatu periode transisi dalam siklus kehidupan seorang wanita. Peristiwa ini menyebabkan seorang wanita mengalami berbagai perubahan besar dalam kehidupannya dan mengubah status sosialnya, menjadi seorang calon ibu. Rata-rata kehamilan yang dijalani seorang wanita 267 hari atau

38 minggu dihitung dari mulainya terjadikonsepsi selama periode tersebut tubuh wanita akan mengalami banyak perubahan atau adaptasi sehubungan dengan kebutuhan pertumbuhan janin. Berbagai adaptasi baik biofisik maupun psikososial dan kognitif dialami para wanita selama menjalani masa kehamilan. Adaptasi biofisik meliputi pengaturan sistem endokrin melalui mekanisme hormonal menimbulkan berbagai adaptasi pada tubuh wanita hamil sebagai respon terhadap kebutuhan janin, seperti kebutuhan ruang untuk pertumbuhan janin, kebutuhan makan, dan kebutuhan proteksi diri dari berbagai trauma selama masa kehamilan.

Selama kehamilan kebanyakan wanita mengalami perubahan psikologis dan emosional. Berbagai perubahan atau adaptasi psikososial yang dialami wanita hamil, mengharuskan wanita tersebut melakukan berbagai penyesuaian terhadap perubahan-perubahan yang dialaminya. Beberapa stresor psikososial, baik dari faktor internal maupun eksternal mempengaruhi adaptasi atau penyesuaian wanita terhadap perubahan-perubahan tersebut. Faktor internal akan muncul dari diri wanita itu sendiri dalam memenuhi kebutuhan psikologis mereka, seperti harapan mereka terhadap kehamilan dan hasil akhir kehamilan. Hal ini disebabkan karena ibu belum beradaptasi dengan perubahan tubuhnya (Rhamadhani & Sudarmiati, 2013).

Perubahan psikologis yang terjadi pada kehamilan trimester I didasari pada teori Revarubin. Teori ini menekankan pada pencapaian peran ibu. Dimana untuk mencapai peran ini seorang wanita memerlukan proses belajar melalui serangkaian aktifitas (Maulid, 2017).

Angka kematian Ibu (AKI) dan angka kematian Bayi (AKB) merupakan salah satu indikator utama derajat kesehatan suatu negara. AKI dan AKB juga mengindikasikan kemampuan dan kualitas pelayanan kesehatan, kapasitas pelayanan kesehatan, kualitas pendidikan dan pengetahuan masyarakat, kualitas kesehatan lingkungan, sosial budaya serta hambatan dalam memperoleh akses pelayanan kesehatan (Gusna, Elmispandriya; Sulaini, Pelsi; Bachtiar, 2016).

Berdasarkan angka kematian ibu di Jawa Timur cenderung menurun pada dua tahun terakhir. Hal ini menggambarkan hasil kinerja yang lebih baik karena faktor dukungan baik dari segi manajemen program KIA maupun sistem pencatatan dan pelaporan juga semakin baik. Peningkatan ketrampilan klinis petugas di lapangan tetap dilakukan dengan melibatkan Forum Penakib Provinsi Jawa Timur dan Kabupaten/ Kota. Menurut Supas tahun 2016, untuk AKI Nasional sebesar 305 per 100.00 kelahiran hidup. Pada tahun 2018, AKI Provinsi Jawa Timur mencapai 91,45 per 100.00 kelahiran hidup. Angka ini menurun dibandingkan tahun 2017 yang mencapai 91,92 per 100.000 kelahiran hidup (DINKES, 2018).

Sejak hamil wanita telah mempunyai harapan-harapan tentang kesejahteraan dirinya secara personal dan bayinya. Saat mengandung anak pertama, calon ibu akan merasakan perasaan khawatir sekaligus bahagia penuh harapan mengenai apa yang dialaminya selama kehamilan hingga persalinan (Janiwarty, 2013). Pada survei yang dilakukan Melender terhadap 329 ibu hamil di Finlandia, 78% responden mengakui mengalami sedikit ketakutan terkait kehamilan dan melahirkan. Ketakutan menciptakan tingkat stress dan

kecemasan yang berbeda, yang lebih sering terjadi pada ibu yang mengalami kehamilan pertama (Baston, 2012).

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan selama 20 tahun oleh Tiffani Field, Ph. D dari Universitas of Miami Medical School, anak yang dilahirkan oleh ibu yang mengalami depresi berat selama kehamilan akan memiliki kadar hormone stress tinggi, aktivitas otak yang peka terhadap depresi, menunjukkan sedikit ekspresi, dan mengalami gejala depresi lain, seperti sulit makan dan tidur (Jhaquin, 2014).

Sedangkan kejadian gangguan jiwa sebesar 15% pada trimester I yang kebanyakan pada kehamilan pertama. Menurut kumar dan robson 12% wanita yang mendatangi klinik menderita depresi terutama pada mereka yang ingin menggugurkan kandungannya. Menurut WHO, dalam skala global, sebanyak 10% ibu hamil dan 13% wanita yang baru saja melahirkan mengalami penyakit mental, terutama depresi. Khususnya negara – negara berkembang seperti Indonesia, angka kejadian penyakit mental pada ibu hamil lebih tinggi dari negara maju (Fadillah, 2019).

Ibu yang hamil pertama kali harus memahami peran barunya, oleh karenanya banyak perempuan hamil yang mengalami konflik batin. Jika masa kehamilan itu telah lama ditunggu-tunggu, maka limpahan perhatian dan kebahagiaan individu terhadap kehamilannya begitu besar, namun sebagaimana diungkapkan sebelumnya, bahwa masa kehamilan adalah masa perubahan dan ketidakpastian, oleh karenanya pada masa ini ibu mengalami kecemasan

membayangkan masa kehamilan sepanjang individu menjalani kehamilannya (Taufik, 2011).

Seiring persiapannya untuk menghadapi peran baru, wanita tersebut mengubah konsep dirinya supaya ia siap menjadi orangtua. Secara bertahap, ia berubah dari seorang yang bebas dan berfokus pada diri sendiri menjadi seorang yang seumur hidup berkomitmen untuk merawat seorang individu lain. Pertumbuhan ini membutuhkan penguasaan tugas-tugas perkembangan tertentu, seperti menerima kehamilan, mengidentifikasi peran ibu, mengatur kembali hubungan antara ibu dan anak perempuan serta antara dirinya dan pasangannya, membangun hubungan dengan anak yang belum lahir, mempersiapkan diri untuk menghadapi pengalaman melahirkan. Penelitian menunjukkan bahwa dukungan emosi dari pasangan merupakan faktor penting dalam mencapai keberhasilan tugas perkembangan ini (Jensen et al., 2005).

Dari sekian banyak data yang telah di paparkan , dapat ditarik kesimpulan bahwa kehamilan merupakan masa krisis maturasi yang menyebabkan perempuan mau tidak mau harus beradaptasi dengan semua perubahan entah itu fisiologis maupun psikologis. Sehingga peneliti tertarik ingin meneliti adaptasi psikologis ibu hamil primigravida , yang bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman pengalaman apa saja yang di alami ibu primigravida.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis merumuskan masalah yaitu:“Bagaimana pengalaman adaptasi psikologis ibu hamil primigravida?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengidentifikasi pengalaman adaptasi psikologis ibu hamil primigravida.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui perubahan psikologis yang terjadi pada masa kehamilan.
2. Untuk mengetahui bentuk adaptasi kehamilan yang terjadi pada masa kehamilan.
3. Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi adaptasi kehamilan.

1.4 Manfaat Penulisan

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan atau bahan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya sebagai tambahan informasi atau data untuk pengetahuan pentingnya proses adaptasi psikologis kehamilan pada ibu hamil.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Institusi pendidikan

Hasil penelitian ini dapat berguna sebagai sumber data baru yang bisa digunakan sebagai pemecahan masalah yang ada kaitannya dengan adaptasi psikologis ibu hamil primigravida.

2. Peneliti

Peneliti dapat mengetahui bagaimana ibu hamil primigravida dalam menghadapi perubahan psikologis kehamilan.