

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Perawatan maternitas merupakan suatu tindakan perawatan yang mencakup perawatan wanita yang hendak melahirkan anak dan keluarga mereka melalui semua tahap kehamilan dan persalinan. Salah satu fokus utama dalam perawatan maternitas yang akan peneliti bahas adalah perawatan maternitas terhadap ibu setelah melahirkan atau *postpartum*. Selama memasuki kehamilan akhir, seorang wanita akan mulai mempersiapkan proses kelahiran janin yang telah ia kandung selama antara 37 sampai dengan 42 minggu usia kehamilan. Dalam fase tersebut, seorang janin atau bayi dalam rahim ibu akan tumbuh dan berkembang serta mulai mempersiapkan dirinya memasuki kehidupan ektrauterine atau kehidupan diluar rahim ibu. Seorang wanita atau calon ibu tersebut pun juga akan mengalami berbagai macam adaptasi baik secara fisiologis yakni mempersiapkan kelahiran dan psikologis untuk menjadi seorang ibu. Persalinan dan kelahiran yang terjadi pada seorang wanita akan menjadi akhir dari kehamilan, awal kehidupan ektrauterine untuk bayi baru lahir dan perubahan dalam kehidupan keluarga (Lowdermilk, Perry, Cashion, Alden, & Olshansky, 2016).

Disaat seorang wanita tengah melalui proses melahirkan, maka organ-organ tubuhnya pun akan mulai beradaptasi dengan proses kelahiran tersebut. Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi proses persalinan dan kelahiran, diantaranya ialah *Passenger* (janin dan plasenta), *passageway* (jalan lahir), power (kontraksi), posisi ibu saat melahirkan dan respon psikologis ibu. Pada tahapan pertama proses persalinan, perubahan fisik yang akan dialami oleh ibu adalah pelebaran pada serviks atau dinding rahim yang akan membuka sebagai jalan lahir bayi yang akan berlangsung sampai tahap kedua dimana pembukaan pada serviks ibu sudah terbuka sepenuhnya dan kepala janin akan mulai nampak keluar. Pada tahap ketiga sampai keempat, bayi akan lahir dan setelahnya plasenta. Perubahan-perubahan fisik sering kali terjadi pada ibu hamil khususnya pada 8 minggu pertama setelah melahirkan. Selain itu, masalah payudara dan menyusui termasuk

nyeri puting, mastitis dan kekhawatiran tentang suplai ASI, juga umum terjadi pada wanita setelah melahirkan.

Perubahan fisik ibu juga dapat menjadi pemicu munculnya perubahan secara psikologis terhadap ibu *postpartum*. Pada ibu *postpartum*, perubahan psikologis yang umumnya terjadi adalah berubah *mood*, peningkatan level ansietas atau kecemasan, perasaan tidak nyaman karena nyeri pasca persalinan dan depresi atau *postpartum blues*. Masalah paling umum yang dapat menimbulkan depresi pada ibu *postpartum* diantaranya adalah nyeri yang terjadi akibat trauma perineum atau sesar, luka pasca persalinan, sakit punggung, sembelit, wasir, inkontinensia urin, inkontinensia fekal, dan kelelahan (Cooklin, Amir, Jarman, Cullinane, & Donath, 2015).

Depresi *postpartum* atau *postpartum blues*, merupakan suatu kondisi dimana terjadi perubahan pada kesehatan mental ibu yang mana pada kondisi ini biasanya akan ditandai dengan meningkatnya perasaan cemas, munculnya putus asa, serta kesedihan yang akan mempengaruhi kehidupan sehari-hari ibu baik setelah selesai masa persalinan ataupun dalam membesarkan serta merawat bayinya (Kim & Yang, 2018). Depresi *Postpartum* tersebut juga dapat mengakibatkan terjadinya penurunan energi, gangguan konsentrasi yang menyebabkan daya konsentrasi ibu menjadi memburuk serta penurunan intensitas tidur yang berakibat terganggunya pola tidur ibu (Langan & Goodbred, 2016).

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Kusuma (2017) yang bertempat di Yogyakarta menjelaskan bahwa mayoritas ibu mengalami depresi *postpartum* pada usia produktif yakni 21 sampai dengan 35 tahun dengan persentase 47,1%. Kusuma juga menjelaskan bahwa jika dikelompokkan menurut paritas, kejadian depresi *postpartum* lebih banyak terjadi pada ibu primipara (70,59%) dibandingkan dengan ibu multipara (58,82%). Ibu primipara umumnya memiliki tingkat ansietas dan *stress* yang lebih tinggi dikarenakan kurangnya pengalaman selama masa persalinan. Sementara, ibu multipara dimana sudah memiliki pengalaman akan persalinan sebelumnya jauh lebih rileks dan tenang ketika memasuki proses melahirkan.

Terapi Komplementer merupakan suatu terapi yang dilakukan tanpa melibatkan penggunaan obat-obatan kimiawi yang dikonsumsi langsung oleh

pasien kedalam tubuh. Terapi Komplementer ini sering pula disebut sebagai terapi tradisional dimana merupakan metode perawatan alternative bagi pasien selain perawatan medis yang diperkenalkan secara turun-temurun dari leluhur terdahulu kepada generasi selanjutnya (Artana, 2017).

Menurut Peraturan Menteri Kesehatan, tahun 2007 mengenai Terapi Komplementer Alternatif disebutkan bahwa perawatan menggunakan Terapi Komplementer merupakan suatu tindakan non konvensional yang dilakukan oleh petugas pelayanan kesehatan kepada masyarakat yang diperuntukan guna meningkatkan derajat kesehatan di masyarakat meliputi upaya pencegahan penyakit, promosi kesehatan, kegiatan prosedural dalam pemberian layanan kesehatan dan rehabilitatif atau pemulihan kesehatan pada masyarakat.

Oleh karena itu perlu adanya dukungan dalam pemberian Terapi Komplementer tersebut pada ibu *postpartum* agar supaya dapat meningkatkan kualitas kenyamanan ibu, menurunkan kecemasan dan memberikan ibu pegangan untuk dapat melalui hari-harinya setelah melahirkan. Pemberian Terapi Komplementer tersebut selain dapat dilakukan oleh perawat, dapat pula dilakukan oleh keluarga khususnya suami yang akan selalu mendampingi ibu melalui masa-masa sulitnya setelah melahirkan dan meningkatkan kesejahteraannya.

I.2 Tujuan Penelitian

I.2.1 Tujuan Umum

Tujuan dari dibuatnya produk Buku ini adalah untuk menyampaikan mengenai berbagai macam jenis terapi komplementer yang dapat dilakukan untuk mendukung ibu *postpartum*.

I.2.2 Tujuan Khusus

- a. Memaparkan informasi disertai dengan *evidence based* di area keperawatan terkait jenis-jenis terapi komplementer yang dapat diberikan oleh perawat kepada ibu *postpartum*.
- b. Memaparkan informasi disertai dengan *evidence based* di area keperawatan terkait jenis-jenis terapi komplementer yang dapat diberikan oleh suami dan keluarga kepada ibu *postpartum*.

- c. Memaparkan informasi disertai dengan *evidence based* di area keperawatan terkait jenis-jenis terapi komplementer yang dapat dilakukan oleh ibu *postpartum* secara mandiri.

I.3 Target Luaran

Target yang diharapkan dalam pembuatan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) berikut ialah agar supaya tercipta sebuah karya yakni paduan pemberian terapi komplementer dalam upaya meningkatkan kesejahteraan ibu setelah melahirkan. Dengan materi yang disusun dalam bentuk *book chapter* diharapkan dapat memudahkan pembaca yang meliputi perawat, keluarga serta pasien dalam memberikan asuhan keperawatan terapi komplementer guna menurunkan tingkat kecemasan dan meningkatkan kenyamanan serta kesejahteraan ibu *postpartum* tersebut.

Luaran yang diharapkan dalam pembuatan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) berikut ialah terciptanya suatu panduan pemberian dukungan berupa terapi komplementer dalam menurunkan tingkat kecemasan, merileksasikan tubuh dan meningkatkan kenyamanan serta kesejahteraan ibu *postpartum*.