

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Postpartum atau pascapersalinan terhitung dari 6 minggu setelah persalinan sampai pulihnya kembali alat kandungan seperti keadaan sebelum hamil, memerlukan waktu pemulihan kurang lebih 3 bulan (Wahyuni, 2018). Kelahiran bayi menyebabkan penurunan hormon *steroid* dan hormon *oksitosin* yang memberi efek langsung pada psikologis ibu berupa depresi dan peningkatan rasa cemas ibu dalam menghadapi masa *postpartum*. Rasa cemas yang dialami oleh ibu merupakan keadaan yang normal, namun jika hal ini dibiarkan akan berdampak negatif bagi psikologi ibu yaitu terjadinya *postpartum blues* (Balalau dkk., 2021).

Berdasarkan data yang diperoleh dari profil kesehatan Indonesia tahun 2020 menunjukkan 4.627 kematian ibu di Indonesia, di mana sebagian besar terjadi pada masa *postpartum* sebanyak 1.330 kasus. Masa *postpartum* merupakan masa yang rentan dan memerlukan penanganan khusus. Data menunjukkan bahwa tingkat kejadian *blues* setelah kelahiran pada wanita mencapai 20% dan pada pria mencapai 12% dalam tiap kehidupan (Abidjulu dkk., 2015). Di negara berkembang, angka ini meningkat menjadi 19,8% ibu yang mengalami *postpartum blues* menurut WHO (2018). Sementara, prevalensi *postpartum blues* di Asia sangat umum dan bervariasi antara 26-85% dari ibu melahirkan (Munawaroh, 2018). Angka kejadian *postpartum blues* di Indonesia sendiri mencapai 31 kelahiran per 1.000 populasi Indonesia (USAID, 2016). Dari angka tersebut, Indonesia menduduki peringkat ke-4 tertinggi di ASEAN setelah Laos. Beberapa penelitian tentang *postpartum blues* tersebar di berbagai wilayah Pulau Jawa, seperti Semarang, Bandung, Madiun, hingga Bantul. Riset menunjukkan sekitar 45,5% ibu di bawah usia 20 tahun mengalami *postpartum blues* (Pratiwi dkk., 2017).

Beberapa terapi yang dapat dilakukan untuk mengatasi kecemasan ibu *postpartum* di antaranya relaksasi, aromaterapi, terapi pijat dan terapi relaksasi musik. Terapi musik memiliki keunggulan dibandingkan terapi lain karena lebih hemat, mudah dan nyaman (Chan dkk., 2012). Banyak yang menggunakan terapi musik untuk mengurangi ketegangan emosi seperti kecemasan dan nyeri selama

kehamilan, persalinan, dan *postpartum*. Efektivitas terapi musik dalam mencegah *postpartum blues* sebesar 23,3% (Chan dkk., 2012). Penelitian lain studi lain menunjukkan bahwa terapi musik dapat mengurangi kecemasan dan stres pada ibu *postpartum* (Corey dkk., 2019). Penelitian lain menunjukkan bahwa terapi musik klasik *Mozart* efektif dalam mengurangi gejala *postpartum blues* dengan hasil kelompok eksperimen mengalami penurunan signifikan sebesar 5,87 poin pada skala gejala *postpartum blues* dengan nilai p sebesar 0,000 atau $p < 0,05$ (Permatasari dkk., 2015).

Pada tahun 2023 Puskesmas Bungursari memiliki 1.127 sasaran ibu bersalin terdata di pelayanan *Antenatal Care* (ANC). Angka tersebut mempermudah peneliti dalam mendapatkan data dan responden. Studi pendahuluan telah dilakukan oleh peneliti di Puskesmas Bungursari pada Oktober 2023. Peneliti mengambil 10 sampel ibu *postpartum* dengan metode kuesioner *Edinburgh Post-natal Depression Scale* (EPDS), Hasil pra survei menunjukan bahwa 8 dari 10 ibu mengatakan terkadang menyalahkan diri sendiri atas apa yang terjadi, 6 dari 10 ibu merasa cemas dan khawatir, 7 dari 10 ibu mengatakan sulit tidur, 10 dari 10 ibu mudah menangis saat setelah persalinan.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, beberapa penelitian telah menjadikan terapi musik sebagai intervensi untuk mengurangi kecemasan pada ibu *postpartum*. Namun untuk membedakan secara signifikan, peneliti memodifikasi subjek yang akan dikaji yaitu sampel penelitian berfokus pada ibu *postpartum primipara* karena ibu *primipara* lebih sering berisiko mengalami kecemasan bermakna daripada ibu *multipara* (Pratiwi dkk., 2017). Maka, peneliti tertarik mengangkat judul “Pengaruh TERASIK (Terapi Musik Klasik) terhadap Kecemasan Pada Ibu *Postpartum Primipara* di Bungursari”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan dan urgensi yang telah diuraikan, maka masalah yang menjadi fokus dalam penelitian ini, yaitu “Bagaimana Pengaruh TERASIK (Terapi Musik Klasik) terhadap kecemasan ibu *postpartum primipara* di Bungursari”.

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan, maka yang menjadi tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengidentifikasi seberapa berpengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap skala kecemasan pada ibu *postpartum primipara* di Bungursari.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui skala kecemasan pada ibu *postpartum primipara* di Bungursari.
- b. Mengidentifikasi pengaruh intervensi terapi musik klasik terhadap kecemasan pada ibu *postpartum primipara*.
- c. Mengidentifikasi skala kecemasan pada fase *taking in* ibu *postpartum primipara* di Bungursari.

1.4 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang ingin dicapai, maka penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat. Adapun manfaat penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1.4.1 Bagi Responden

Peneliti berharap penelitian ini dapat memberikan bukti ilmiah yang mendukung penggunaan terapi musik *Mozart* sebagai salah satu intervensi non-farmakologis yang efektif untuk mendukung kesejahteraan ibu *postpartum primipara*.

1.4.2 Bagi Pendidikan Keperawatan

Peneliti berharap penelitian ini dapat berguna sebagai media pembelajaran khususnya pada bidang Keperawatan, lalu dapat memberikan pengalaman baru dan meningkatkan pengalaman sehingga dapat dijadikan pedoman dalam melakukan intervensi keperawatan.

1.4.3 Bagi Pelayanan Keperawatan

Peneliti berharap terapi musik sebagai pencengahan dapat bermanfaat bagi pelayanan keperawatan bahwa terapi musik dapat dilakukan sebagai pencengahan terjadinya *postpartum blues* pada ibu *primipara*. Dengan demikian, dapat berguna

bagi masyarakat umum dan tingkat kejadian *postpartum blues* dapat berkurang dan dicegah.

1.4.1 Bagi Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan pengetahuan ilmiah bagi penelitian berikutnya, dapat menambah referensi penelitian yang akan dilakukan di Puskesmas Bungursari sehingga dapat mengembangkan praktik pelayanan kesehatan yang lebih baik.