BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Preeklampsia adalah gangguan khas pada kehamilan yang menyebabkan hipertensi dan disfungsi organ tubuh (Kemenkes RI, 2024b). Kondisi hipertensi pada kehamilan yang secara substansial berkontribusi terhadap angka kesakitan dan menjadi salah satu penyebab utama kematian ibu secara global terutama pada negara berkembang (Gustri dkk., 2016). Preeklampsia adalah suatu kondisi kehamilan berkelanjutan yang ditandai dengan hipertensi, edema, dan kelebihan protein urin. Komplikasi preeklampsia pada ibu dan bayi yang akan dilahirkan antara lain kekurangan oksigen pada otak, berat badan lahir rendah (BBLR), dan kematian perinatal. (Fatkhayah dkk., 2018).

Berdasarkan data dari *Maternal Perinatal Death Notification* (MPDN), sistem pencatatan kematian ibu Kementerian Kesehatan, Angka Kematian Ibu (AKI) pada tahun 2022 mencapai 4.005 dan pada tahun 2023 meningkat menjadi 4.129 kasus. Sebagian besar AKI disebabkan oleh preeklampsia, yang merupakan penyebab tertinggi kedua setelah pendarahan (Kemenkes RI, 2024a). Kejadian Preeklampsia di Indonesia diperkirakan sebesar 3,4% - 8,5%. Sementara itu, angka kematian ibu karena Preeklampsia di Indonesia antara 9,8% - 25% (Handayani dkk., 2023).

Jumlah kematian ibu di NTT Pada Tahun 2022 sebanyak 160 kasus kematian dan 15% diantaranya disebabkan oleh hipertensi dalam kehamilan (preeklampsia) (Wittiarika dkk., 2024). Menurut Data Dari Dinas Kesehatan Kota Kupang ibu hamil dengan komplikasi kebidanan berjumlah 1.699 kasus dan salah satu komplikasi tersebut adalah preeklampsia. Menurut data yang di peroleh dari Puskesmas Sikumana dari Tahun 2022-2024 jumlah ibu hamil dengan preeklampsia sebanyak 32 kasus.

Faktor risiko preeklampsia antara lain tingkat stres ibu selama kehamilan. Stres mengaktifkan hipotalamus sehingga menyebabkan pelepasan bahan kimia adrenalin dan non-adrenalin dalam tubuh. Hal ini diikuti dengan pelepasan kortisol. Jika stres berkepanjangan, secara psikologis tubuh akan merangsang hormon adrenalin dan kortisol. (Khayati & Vefisia, 2018). Berdasarkan penelitian Peoples dkk., (2014) Stres saat hamil bisa dipengaruhi oleh pengalaman melahirkan di masa lalu, terutama jika ibu mengalami trauma saat melahirkan. Faktor lain seperti kondisi sosial, ekonomi, dan geografis juga berperan, bergantung pada seberapa baik ibu menangani stres. Stres ini dapat mempengaruhi ibu dan hasil persalinan.

Stres yang berkepanjangan dapat meningkatkan hormon kortisol dalam tubuh. Hormon ini bisa membuat pembuluh darah menyempit. Ketika pembuluh darah menyempit, aliran darah dan jumlah oksigen yang mencapai janin mungkin tidak mencukupi. Hal inilah yang akhirnya dapat menghambat tumbuh kembang janin dalam kandungan (Nuraini, 2023).

Dampak dari ibu hamil yang menderita preeklampsia dan mengalami stres dapat memperparah gejala preeklampsia serta meningkatkan risiko terjadinya komplikasi berat. Stres bisa menyebabkan tekanan darah meningkat lebih tinggi lagi, yang sudah menjadi masalah utama pada preeklampsia, sehingga memperbesar kemungkinan terjadinya krisis hipertensi. Selain itu, stres yang terus-menerus bisa menyebabkan reaksi fisik yang merugikan, seperti gangguan aliran darah ke plasenta, yang berdampak pada perlambatan pertumbuhan janin dan meningkatkan kemungkinan kelahiran prematur. Dampak psikologis dari stres juga dapat mengganggu kesehatan mental ibu, yang berpotensi menyebabkan depresi dan kecemasan lebih lanjut, sehingga menciptakan siklus yang sulit dipecahkan. Oleh karena itu, penting bagi ibu hamil dengan preeklampsia untuk mendapatkan dukungan emosional dan strategi

manajemen stres yang efektif demi melindungi kesehatan mereka dan janin (Silalahi & Kurnia, 2023).

Salah satu teknik relaksasi yang dapat dilakukan untuk menurunkan tingkat stres adalah dengan terapi musik. Terapi musik bertindak sebagai metode pendukung yang sangat efektif dalam mengurangi stres, karena musik mampu memengaruhi kondisi fisik, emosional, dan sosial seseorang. Dengan memanfaatkan beragam instrumen atau suara, terapi ini bisa disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing individu untuk meningkatkan kesejahteraan mental, sehingga membuat seseorang terasa lebih tenang dan rileks.

Berdasarkan hasil penelitian Suciati dkk., (2020) terapi musik memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penurunan tingkat stres pada ibu hamil dengan usia kandungan >20 minggu. Sebelum mendengarkan musik, tingkat stres ibu hamil tercatat cukup tinggi. Namun, setelah mendengarkan musik tersebut, terjadi penurunan yang signifikan dalam tingkat stres ibu hamil. Serta hasil penelitian Wulandary dkk., (2021) Musik klasik didengarkan selama 20 menit 1 kali sehari selama 3 hari dapat menurunkan tekanan darah dan memberikan ketenangan sehingga dapat menurunkan tingkat stres yang dialami oleh ibu hamil.

Berdasarkan uraian tersebut, maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “Implementasi teknik relaksasi musik klasik untuk mengurangi stres pada ibu hamil dengan risiko preeklampsia di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana” karena preeklampsia merupakan salah satu penyebab utama komplikasi kehamilan yang dapat membahayakan ibu dan janin, sementara intervensi non-farmakologis seperti terapi musik klasik masih jarang diterapkan di layanan kesehatan primer. Musik klasik terbukti memiliki efek relaksasi yang dapat menurunkan tekanan darah dan mengurangi stres, yang merupakan faktor risiko utama preeklampsia. Selain itu, Puskesmas Sikumana sebagai fasilitas kesehatan tingkat pertama memiliki peran penting dalam meningkatkan kesehatan ibu hamil, sehingga penelitian

ini diharapkan dapat memberikan solusi yang mudah, murah, dan efektif dalam mendukung perawatan ibu hamil berisiko. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat ditemukan bukti-bukti ilmiah yang dapat mendukung penggunaan terapi musik klasik sebagai bagian dari proses perawatan prenatal, sehingga mampu meningkatkan mutu pelayanan kesehatan serta kesejahteraan ibu hamil di wilayah tersebut.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka permasalahan yang dapat di rumuskan adalah Bagaimana pengaruh implementasi teknik relaksasi musik klasik terhadap penurunan tingkat stres pada ibu hamil dengan risiko preeklampsia di wilayah kerja Puskesmas Sikumana?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis pengaruh implementasi teknik relaksasi dengan musik klasik untuk mengurangi stres pada ibu hamil dengan risiko preeklampsia di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi karakteristik ibu hamil dengan risiko preeklampsia (Usia, Paritas, Pekerjaan).
2. Mengidentifikasi tingkat stres ibu hamil sebelum melakukan relaksasi dengan musik klasik di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana.
3. Mengidentifikasi tingkat stres ibu hamil setelah melakukan relaksasi dengan musik klasik di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana.
4. Mengidentifikasi tekanan darah ibu hamil dengan risiko preeklampsia sebelum dan setelah melakukan relaksasi dengan musik klasik di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana.

1.4 Manfaat

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis:

Penelitian ini dapat memperkaya pemahaman tentang penggunaan teknik relaksasi dengan musik untuk mengurangi stres pada ibu hamil berisiko preeklamsi.

2. Manfaat Praktis:

Memberikan informasi untuk:

a. Ibu Hamil

- 1) Membantu menurunkan tingkat stres
- 2) Membantu mengendalikan tekanan darah
- 3) Meningkatkan rasa relaks dan ketenangan
- 4) Meningkatkan kenyamanan dan kesejahteraan ibu hamil selama kehamilan

b. Puskesmas

- 1) Menambah inovasi layanan Kesehatan
- 2) Meningkatkan kualitas layanan dan kepuasan pasien
- 3) Mencegah komplikasi dan efisiensi biaya
- 4) Meningkatkan peran dan kapasitas tenaga Kesehatan

3. Manfaat Kebijakan:

Memberikan masukan dan mendorong pengembangan kebijakan kesehatan yang mendukung penggunaan teknik relaksasi sebagai bagian dari perawatan ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sikumana.