

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehamilan pada umumnya memberikan arti emosional yang sangat besar pada setiap wanita karena kehamilan merupakan salah satu ekspresi perwujudan diri dan perwujudan identitas sebagai calon ibu. Kehamilan juga merupakan kebanggaan tersendiri bagi wanita untuk mewujudkan feminisme, dan untuk mewujudkan jati diri seorang wanita tersebut. Proses kehamilan pada umumnya mendatangkan suatu kebahagiaan tersendiri bagi wanita, walaupun kehamilan tersebut mengandung resiko mempertahankan jiwa dan raga. Khususnya pada saat melahirkan bayinya. (Humane, 2017)

Kehidupan seorang wanita mengalami beberapa perubahan selama proses kehamilan. Tiga komponen: fisik, psikologis, dan ekonomi memengaruhi perubahan tersebut. Pada umumnya, kehamilan menyebabkan perubahan fisik dan tanda-tanda fisiologis, seperti mual dan muntah-muntah, kepala pusing, dan keluhan umum seperti rasa panas dalam perut, terutama pada lambung atau muntah-muntah. Keluhan Setiap kali berat janin meningkat, keluhan tersebut akan semakin parah. Jika berat janin meningkat, posisi rahim dalam perut akan naik atau meninggi. Setelah itu, rahim dan semua yang terkandung di dalamnya akan mendesak lambung..(Mereduksi et al., 2022) (Arifin A. Pasinringi et al., 2021)

Perubahan tubuh yang ditandai dengan kenaikan berat badan, perut yang membuncit, garis stretch mark, dan pertumbuhan payudara. Perubahan fisik ini juga akan mempengaruhi kondisi mental ibu. Perubahan ini akan membuatnya

sadar bahwa ada yang berbeda, yang dapat berdampak baik atau buruk. (Mereduksi et al., 2022) (Apriliani et al., 2021)

Kehamilan pertama akan menimbulkan perasaan yang berbeda pada beberapa wanita yang tidak dirasakan oleh wanita lain. Tidak dapat melakukan aktivitas keseharian seperti biasanya sebelum kehamilan dapat menjadi masalah bagi beberapa wanita pada kehamilan pertamanya. Wanita yang mengalami kehamilan pertamanya mungkin merasa terisolasi dari orang lain, yang dapat menimbulkan tekanan psikologis dan stres baginya. Perubahan pada tubuh dan emosi seorang wanita serta perubahan sosial dalam keluarga akan menyebabkan perubahan fisik dan emosional. (Juli Oktalia & Herizasyam, 2016) (Yuliani & Helena, 2020)

Sebagaimana disebutkan sebelumnya, perubahan yang mungkin menyebabkan masalah sosial dalam keluarga adalah perubahan yang bernuansa psikologis, terutama yang berkaitan dengan aspek emosionalnya, seperti menjadi mudah tersinggung, mudah sedih, suka khawatir, merasa kurang diperhatikan, merasa tidak nyaman, dan ambang ketidak pastian penyebabnya termasuk memiliki Permintaan yang diluar akal sehat, seperti meminta jenis buah yang tidak tersedia pada musimnya, dan biasanya harus dipenuhi jika tidak dipenuhi, menyebabkan banyak wanita hamil menggunakan perilaku yang tidak wajar, seperti meminta yang harus segera dipenuhi, tersinggung, dan menyalahkan sebagai bentuk pertahanan ego. (Yuliani & Helena, 2020). (Apriliani et al., 2021)

Gambaran di atas menunjukkan bahwa perubahan emosi yang terjadi pada ibu hamil sangat jelas dan jika tidak ditangani dengan benar, dapat menyebabkan reaksi kecemasan yang parah dan bahkan gangguan jiwa pada ibu

hamil itu sendiri. Suami dan keluarga ibu hamil harus membantu mengurangi respon psikologis ibu hamil seperti kecemasan, tetapi mereka juga berpotensi mengalami kecemasan sendiri. (Yuliani & Helena, 2020)

Dukungan keluarga yang didapatkan calon ibu akan menimbulkan perasaan tenang sikap positif terhadap diri sendiri dan kehamilannya, maka diharapkan ibu dapat menjaga kehamilannya dengan baik sampai saat persalinan. Dengan mendapatkan dukungan keluarga diharapkan wanita hamil dapat mempertahankan kondisi kesehatan psikologisnya dan lebih mudah menerima perubahan fisik serta mengontrol gejala emosi yang timbul. Keluarga ibu hamil dapat mencegah kecemasan yang timbul akibat perubahan fisik yang mempengaruhi kondisi psikologisnya. Wanita hamil dengan dukungan keluarga yang tinggi tidak akan mudah menilai situasi dengan kecemasan, karena wanita hamil dengan kondisi demikian tahu bahwa akan ada keluarganya yang membantunya. Wanita hamil dengan dukungan keluarga yang tinggi akan mengubah respon terhadap sumber kecemasan dan pergi kepada keluarganya untuk mencurahkan isi hatinya. (Humane, 2017)

Berikut adalah ungkapan singkat yang dibuat oleh seorang wanita yang bernama Sofia dari wawancara yang dilakukan sebelum penelitian. Sofia mengatakan dia mengalami perasaan yang berbeda saat kehamilan pertamanya. Beberapa perasaan yang dia alami termasuk manja, mudah sedih, dan keinginan untuk selalu ditemani suami. Semua keinginan harus dipenuhi, dan jika tidak, menangislah sebagai tanggapan. Hal lain yang lebih mengkhawatirkan saat mempertimbangkan proses melahirkan. Seringkali, dia merasa takut, khawatir jika ada apa-apa dengan bayinya, dan mempertimbangkan apakah dia selamat atau tidak. Dia juga sering bertanya-tanya sendiri. Meskipun dia sudah cukup

rajin mengunjungi bidan dan sering menerima saran dari ibunya. Dia mengatakan bahwa semua hal di atas sering menyebabkan sakit kepala, sakit perut, dan malas makan. Uraian di atas menunjukkan bahwa masalah perubahan psikologis yang menyebabkan ketidaknyamanan umumnya dialami oleh ibu hamil. Masalah ini sangat kompleks dan memiliki banyak efek negatif. Perubahan ini terjadi dari trimester pertama hingga ketiga, terutama dengan respons psikologis yang dapat berubah setiap saat.. (Yuliani & Helena, 2020).("Orthostatic Hypotens. Older Adults," 2021)

Ibu hamil dapat melakukan beberapa hal untuk mengurangi kecemasan mereka. Antara lain, mengunjungi dokter kandungan atau bidan secara teratur, makan makanan yang sehat untuk ibu dan janin, menciptakan rasa bahagia, dan belajar mengendalikan perasaan Anda untuk menjadi lebih tenang. Memiliki regulasi emosi yang baik seharusnya membantu ibu hamil mengurangi kecemasan dan stres, memungkinkan mereka untuk menghindari perubahan emosional selama kehamilan. Regulasi emosi adalah kemampuan seseorang untuk memahami, mengontrol, dan mengevaluasi emosi mereka untuk membantu mereka mencapai tujuan tertentu. Kemampuan regulasi emosi dapat membantu menyeimbangkan perasaan, perilaku, dan respons fisiologis terkait suatu kejadian. Tentu saja, ibu hamil dengan kemampuan regulasi emosi yang tinggi akan membantu berpikir lebih positif saat menghadapi masalah, sedangkan ibu hamil dengan kemampuan regulasi emosi yang rendah akan cenderung memiliki pemikiran yang negatif..(Arifin A. Pasinringi et al., 2021).

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimanakah gambaran psikologis pada ibu muda dalam menghadapi kehamilan pertamanya?

1.2 Tujuan Penelitian

1.3 .1 Tujuan Umum

1. Untuk mengetahui respon psikologis pada ibu muda yang mengalami kehamilan pertamanya.

1.3 .2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi respon psikologis pada ibu muda yang mengalami kehamilan pertamanya pada trimester 1, dan 2.
2. Bagaimana aspek psikologis pada kehamilan pertamanya.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat bagi institute pendidikan

Dapat memberikan informasi dan pengetahuan mengenai kehamilan. Pemberian informasi dan pengetahuan tersebut mengurangi tingkat kecemasan, kekhawatiran, dan ketakutan dikarenakan ketidaktahuan tentang kondisi perubahan psikologis dan kondisi perubahan fisiologisnya maupun dukungan keluarga dan social saat mengalami kehamilan.

1.4.2 Manfaat bagi perawat

Karya tulis ini diharapkan dapat memberikan informasi dan penambah pengetahuan bagi perawat dalam memberikan asuhan keperawatan sehingga dapat menjadikan masukab dalam memberikan pendidikan keperawatan, promosi kehesatan mengenai pengalam psikologis terhadap ibu muda yang mengalami kehamilan pertamanya.

1.4.3 Manfaat bagi institut lahan praktik

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai informasi tentang hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan pada ibu muda yang mengalami kehamilan pertamanya, sehingga petugas klinik bersalin dapat bekerja sama dengan anggota keluarga untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil, khususnya pada kehamilan pertamanya.

