

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A.PENGERTIAN KECEMASAN

Menurut Jenni Marlindawani.(2008). Kecemasan merupakan respon individu terhadap suatu keadaan yang tidak menyenangkan yang dialami oleh setiap makhluk hidup dalam kehidupan sehari-hari.Kecemasan merupakan pengalaman subjektif dari individu dan tidak dapat diobservasi secara langsung serta merupakan suatu keadaan emosi tanpa objek yang spesifik.Kecemasan pada individu dapat memberikan motivasi untuk mencapai sesuatu dan merupakan sumber penting dalam usaha memelihara keseimbangan hidup.Kecemasan terjadi sebagai akibat dari ancaman terhadap harga diri yang sangat mendasar bagi keberadaan individu.

Tingkat kecemasan itu adalah sebagai berikut:

1. Kecemasan ringan: Cemas yang normal yang menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari dan menyebabkan seseorang menjadi waspada dan meningkatkan lahan persepsinya. Kecemasan ini dapat memotivasi belajar dan menghasilkan pertumbuhan dan kreativitas.
2. Kecemasan sedang: Cemas yang memungkinkan seseorang untuk memusatkan pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain. Sehingga seseorang mengalami perhatian yang selektif namun dapat melakukan sesuatu yang lebih terarah.
3. Kecemasan berat: Cemas ini sangat mengurangi lahan persepsi seseorang. Individu cenderung untuk memusatkan pada sesuatu yang terinci dan

spesifik dan tidak dapat berfikir tentang hal lain. Semua perilaku ditujukan untuk mengurangi ketegangan. Individu ini memerlukan banyak pengarahan untuk dapat memusatkan pada suatu area lain.

B. PENYEBAB KECEMASAN

Faktor – faktor yang menjadi penyebab timbulnya kecemasan biasanya berhubungan dengan kondisi kesejahteraan ibu dan bayi yang akan dilahirkan, pengalaman keguguran, rasa aman dan nyaman selama kehamilan, penemuan jati dirinya dan dan persiapan menjadi orang tua, sikap memberi dan menerima kehamilan, keuangan keluarga, dukunga keluarga, support tenaga medis, usia ibu hamil, dukungan suami, tingkat persiapan personal ibu, pengalam traumatis ibu dan tingkat aktifitas (Janiwarty dan Pieter,2013)

Kehamilan dapat merupakan sumber kecemasan, terutama pada seorang ibu yang labil jiwanya. Sejak saat hamil, ibu sudah mengalami kegelisahan dan kecemasan. Kegelisahan dan kecemasan selama kehamilan merupakan kejadian yang tidak bisa dihindari, hampir selalu menyertai kehamilan dan bagian dari suatu proses penyesuaian yang wajar terhadap perubahan fisik dan psikologi yang terjadi selama kehamilan. Perubahan ini terjadi sebagai akibat dari perubahan hormon yang akan mempermudah janin untuk tumbuh dan berkembang sampai sakit dilahirkan (Kushartanti dkk,2009)

C. GEJALA KECEMASAN

Keluhan – keluhan oleh orang yang pernah mengalami gangguan kecemasan diantaranya cemas, khawatir, firasat buruk, takut akan pikirannya sendiri, mudah tersinggung, merasa tegang, tidak tenang, mudah terkejut,

takut sendirian, takut pada keramaian dan banyak orang, gangguan pola tidur, mimpi-mimpi yang menegangkan, gangguan konsentrasi dan daya ingat, keluhan-keluhan somatik, misalnya rasa sakit pada otot dan tulang, pendengaran berdenging, berdebar-debar, sesak nafas, gangguan pencernaan, gangguan perkemihan dan sakit kepala (Hawari,2008).

Sue dkk (2008), menyebutkan bahwa manifestasi kecemasan terwujud dalam empat hal, antara lain :

1. Manifestasi kognitif, yang terwujud dalam pikiran seseorang, sering kali memikirkan tentang malapetaka atau kejadian buruk yang akan terjadi.
2. Prilaku motorik, kecemasan seseorang terwujud dalam gerakan tidak menentu seperti gemetaran.
3. Perubahan somatik, muncul dalam keadaan mulut kering, tangan dan kaki dingin, diare, sering kencing, ketegangan otot, peningkatan tekanan darah dan lain-lain. Hampir semua penderitaan kecemasan mewujudkan peningkatan detak jantung, respirasi, ketegangan otot dan tekanan darah.
4. Kecemasan, diwujudkan dalam perasaan gelisah dan perasaan tegang yang berlebihan.

D. TINGKAT KECEMASAN

Menurut Stuart (2008), cemas juga disebut dengan ansietas. Setiap tingkatan kecemasan memiliki lahan persepsi yang berbeda pada setiap individu tergantung pada kemampuan individu dalam menerima informasi dan pengetahuan mengenai kondisi yang ada dalam dirinya maupun lingkungannya. Tingkat kecemasan adalah sebagai berikut :

1. Kecemasan ringan, cemas yang berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari – hari dan menyebabkan seseorang menjadi waspada dan meningkatkan lahan persepsinya.
2. Kecemasan sedang, cemas yang memungkinkan seseorang untuk memusatkan pada hal yang penting dan mengesampingkan hal lain. Sehingga seseorang mengalami perhatian yang selektif namun dapat melakukan sesuatu yang lebih terarah.
3. Kecemasan berat, perasaan cemas yang sangat mengurangi lahan persepsi seseorang. Seseorang cenderung untuk memusatkan pada sesuatu yang lebih terinci dan spesifik serta tidak dapat berfikir tentang hal lain.

Cara mengukur Tingkat Kecemasan Pada Ibu Primigravida di Klinik Raskita Sendang Rejo dengan menggunakan Kuesioner sebanyak 20 pertanyaan. Dengan pilihan jawaban YA / TIDAK.

E.PENGERTIAN PERSALINAN

Persalinan merupakan proses pergerakan keluarnya janin, plasenta, dan membran dari dalam rahim melalui jalan lahir. Proses ini berawal dari pembukaan dan dilatasi serviks sehingga akibat kontraksi uterus dengan frekuensi, durasi, dan kekuatan yang teratur. Mula – mula kekuatan yang muncul kecil, kemudian terus meningkat sampai pada puncaknya pembukaan serviks lengkap sehingga siap untuk pengeluaran janin dari rahim.

Dalam rangka proses persalinan tersebut, maka secara alamiah ibu bersalin akan banyak mengeluarkan banyak energy dan mengalami perubahan – perubahan, baik secara fisiologis maupun psikologis. Tahap

pertama persalinan ditetapkan sebagai tahap yang berlangsung sejak terjadi kontraksi uterus yang teratur sampai terjadi pembukaan lengkap. Tahap ini berlangsung jauh lebih daripada waktu yang diperlukan untuk tahap kedua dan ketiga. Tahap ini juga merupakan kunci kesuksesan persalinan (Rohani,2010).

F. FAKTOR – FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PERSALINAN

Menurut Rohani (2010), ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi persalinan yaitu power,passage,passenger,psikologis,dan penolong. Persalinan dapat berjalan normal apabila ketiga faktor fisik 3P yaitu power,passage,pasanger dapat bekerja sama dengan baik. Selain itu terdapat 2 P yang merupakan faktor lain yang secara tidak langsung dapat mempengaruhi jalannya persalinan, terdiri atas psikologi dan penolong. Dengan mengetahui faktor – faktor yang mempengaruhi persalinan,maka jika terjadi penyimpangan atau kelainan yang dapat mempengaruhi jalannya persalinan, kita dapat memutuskan intervensi persalinan untuk mencapai kelahiran bayi yang baik dan ibu yang sehat, persalinan yang memerlukan bantuan dari luar karena terjadi penyimpangan 3 P disebut *persalinan distosia*.

1.Power(Tenaga/Kekuatan)

kekuatan yang mendorong persalinan adalah his,kontraksi otot –otot perut,kontraksi diafragma,dan aksi dari ligamen. Kekuatan primer yang diperlukan dalam persalinan adalah his,sedangkan sebagai kekuatan sekundernya adalah tenaga meneran ibu.

His adalah kontraksi otot –otot rahim pada persalinan. Pada bulan terakhir dari kehamilan dan sebelum persalinan dimulai,sudah ada kontraksi rahim yang disebut his.

2. Passage (Jalan Lahir)

Jalan lahir terdiri atas panggul ibu,yakni bagian tulang yang padat,dasar panggul,vagina,dan introitus. Janin harus berhasil menyesuaikan dirinya terhadap jalan lahir yang relatif kaku,oleh karena itu ukuran dan bentuk panggul harus ditentukan sebelum persalinan dimulai.

Jalan lahir dibagi atas :

- 1) Bagian keras: tulang – tulang panggul.
- 2) Bagian lunak: uterus,otot dasar panggul,dari perenium.

3. Passenger (Janin dan Plasenta)

Cara penumpang (passenger) atau janin bergerak disepanjang jalan lahir merupakan akibat interaksi beberapa faktor,yaitu ukuran kepala janin,presentasi,letak,sikap,dan posisi janin. Plasenta juga harus melalui jalan lahir sehingga dapat juga dianggap sebagai penumpang yang menyertai janin. Namun,plasenta jarang menghambat proses persalinan pada kelahiran normal.Janin dapat mempengaruhi jalannya kelahiran karena ukuran dan presentasinya.Kepala banyak mengalami cedera pada persalinan sehingga dapat membahayakan hidup dan kehidupan janin. Pada persalinan,oleh karena tulang – tulang masih dibatasi fontanel dan sutura yang belum keras,maka pinggir tulang dapat menyisip antara tulang satu dengan tulang yang lain – disebut moulage/molase – sehingga kepala bayi bertambah kecil.

Biasanya apabila kepala janin sudah lahir, maka bagian – bagian lain dari janin akan dengan mudah menyusul.

4. Psikis (Psikologis)

Banyak wanita normal bisa merasakan kegairahan dan kegembiraan saat merasa kesakitan di awal menjelang kelahiran bayinya. Perasaan positif ini berupa kelegaan hati, seolah – olah pada saat itulah benar – benar terjadi realitas “kewanitaan sejati”, yaitu munculnya rasa bangga bisa melahirkan atau memproduksi anak. Khususnya, rasa lega itu berlangsung bila kehamilannya mengalami perpanjangan waktu, mereka seolah – olah mendapatkan kepastian bahwa kehamilan yang semula dianggap sebagai suatu “keadaan yang belum pasti”, sekarang menjadi hal nyata. Faktor psikologis meliputi hal – hal sebagai berikut.

1. Melibatkan psikologis ibu, emosi, dan persiapan intelektual
2. Pengalaman melahirkan bayi sebelumnya
3. Kebiasaan adat
4. Dukungan dari orang terdekat pada kehidupan ibu

5. Penolong

Peran dari penolong persalinan adalah mengantisipasi dan menangani komplikasi yang mungkin terjadi pada ibu dan janin, dalam hal ini tergantung dari kemampuan dan kesiapan penolong dalam menghadapi persalinan.

G. KECEMASAN PADA KEHAMILAN

Menurut Wulandari (2008), bahwa pada usia kandungan tujuh bulan keatas, tingkat kecemasan ibu hamil semakin akut dan intensif seiring

dengan mendekatnya kelahiran bayi pertamanya. Ibu hamil pertama lebih sering mempunyai pikiran yang mengganggu, sebagai pengembangan reaksi kecemasan terhadap cerita yang diperolehnya. Semua orang selalu mengatakan bahwa melahirkan itu sakit sekali.

Oleh karena itu, muncul ketakutan-ketakutan pada ibu hamil pertama yang belum memiliki pengalaman bersalin. Adanya fikiran-fikiran seperti melahirkan yang akan selalu diikuti dengan nyeri kemudian akan menyebabkan peningkatan kerja sistem saraf simpatetik. Adanya peningkatan hormon adrenalin dan nonadrenalin atau epinefrin dan norepinefrin menimbulkan disregulasi biokimia tubuh, sehingga muncul ketegangan fisik pada diri ibu hamil. Dampak dari proses fisiologis ini dapat timbul pada perilaku sehari – hari. Ibu hamil menjadi mudah marah atau tersinggung, gelisah, tidak mampu memusatkan perhatian, ragu – ragu, bahkan kemungkinan ingin lari dari kenyataan hidup.(Pieter dan Lubis,2013).

Bagi ibu hamil kecemasan sering muncul, kecemasan tersebut beraneka ragam tergantung dari individu tersebut. Kecemasan yang terjadi pada ibu hamil dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu usia ibu hamil, dukungan suami, dukungan keluarga, tingkat persiapan personal ibu, pengalaman traumatis ibu dan tingkat aktifitas ibu I(Pieter dan Lubis,2013).