

ASUHAN KEPERAWATAN IBU HAMIL DALAM PEMENUHAN KEBUTUHAN PSIKOLOGIS

Fitria Dewi Ayu Ramadanti¹, Mutiara Dewi Listiyanawati²

¹Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga Universitas Kusuma Husada
Surakarta

fitriadewi297@gmail.com

²Dosen Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga Universitas Kusuma Husada
Surakarta

mutiaradewi@ukh.ac.id

ABSTRAK

Kehamilan merupakan proses lanjutan dari pembuahan sel ovum dan sperma yang berkembang selama 40 minggu di dalam uterus ibu. Kecemasan pada ibu hamil dapat timbul khususnya pada trimester ketiga kehamilan hingga saat persalinan, ibu hamil merasa cemas terhadap berbagai hal seperti normal atau tidak normal bayinya lahir, nyeri yang akan dirasakan. Tindakan yang tepat untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil yaitu pemberian aromaterapi lavender yang bertujuan untuk menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil. Metode yang digunakan adalah wawancara dan observasi. Subjek dalam kasus ini adalah satu ibu hamil dengan diagnosis keperawatan kecemasan dengan agen pencedera psikologis. Pemberian aromaterapi lavender dilakukan 3 kali sehari selama 3 – 5 menit dengan cara inhalasi. Hasil yang diperoleh dari studi kasus ini menunjukkan bahwa setelah dilakukan pemberian aromaterapi lavender selama 3 hari, didapatkan penurunan skor dari 15 (kecemasan ringan) menjadi 12 (tidak cemas)

Kata Kunci : Aromaterapi Lavender, Kecemasan, Kehamilan.

NURSING FOR PREGNANT MOTHERS IN THE FULFILLMENT OF PSYCHOLOGICAL NEEDS

FitriaDewi Ayu Ramadanti¹, Mutiara Dewi Listiyanawati²

¹Student of Nursing Study Program Diploma Three University of Kusuma Husada Surakarta
fitriadewi297@gmail.com

²Lecturer of Nursing Study Program Diploma Three, University of Kusuma Husada Surakarta
mutiaradewi@ukh.ac.id

ABSTRACT

Pregnancy is a continuation process of the fertilization of ovum and sperm cells that develop for 40 weeks in the mother's uterus. Anxiety in pregnant women can arise, especially in the third trimester of pregnancy until the time of delivery, pregnant women feel anxious about various things such as normal or abnormal babies born, pain that will be felt. The correct action to reduce anxiety in pregnant women is giving lavender aromatherapy which aims to reduce anxiety levels in pregnant women. The method used is interview and observation. The subject in this case is a pregnant woman with a nursing diagnosis of anxiety with a psychological injury agent. Giving lavender aromatherapy was done 3 times a day for 3-5 minutes by inhalation. The results obtained from this case study showed that after giving lavender aromatherapy for 3 days, the score decreased from 15 (mild anxiety) to 12 (not anxious)

Key words : Lavender Aromatherapy, Anxiety, Pregnancy.

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan proses lanjutan dari pembuahan sel ovum dan sel sperma yang berkembang selama 40 minggu di dalam uterus ibu. Kehamilan dibagi atas tiga trimester yaitu kehamilan trimester pertama mulai 0 – 14 minggu, trimester kedua mulai 14 – 28 minggu, dan kehamilan trimester ketiga mulai 28 – 40 minggu (Yuli, 2017). Setiap ibu hamil pasti ingin memperoleh bayi yang sehat dan tidak kurang suatu apapun. Untuk itu seorang ibu hamil dapat menjaga perilaku hidup sehat dan menghindari faktor – faktor yang dapat mempengaruhi kondisi calon ibu pada masa kehamilan (Johnson, 2016).

World Health Organization (WHO) tahun 2014 Angka Kematian Ibu (AKI) di dunia yaitu 289.000 jiwa. Di Jawa Tengah, AKI pada tahun 2016 mencapai 602 kasus atau 109,65 per 100.000 kelahiran hidup, yang mana kematian tertinggi ada di Brebes dengan 52 kasus serta angka kematian terendah ada di Temanggung dan Magelang dengan jumlah masing – masing 3 kasus (Tim Dinkes Jawa Tengah, 2017).

Seorang ibu yang mengalami kehamilan untuk pertama kalinya, pada umumnya akan merasa senang dan semakin tinggi rasa ingin tahu terhadap perubahan diri dan perkembangan janin (Usman, 2016). Namun, disaat yang sama timbul pula rasa cemas dalam diri ibu

hamil (Shodiqoh & Syahrul, 2014).

Kebutuhan psikologis suatu kebutuhan yang dapat diartikan sebagai kebutuhan yang bertujuan untuk mengembangkan kepribadian seseorang. Beberapa perubahan psikologis pada ibu hamil yaitu, kekhawatiran membahayakan janin, keguguran, dan penurunan gairah seksual (Rustikayanti, 2016)

Kecemasan pada ibu hamil dapat timbul khususnya pada trimester ketiga kehamilan hingga saat persalinan, dimasa pada periode ini ibu hamil merasa cemas terhadap berbagai hal seperti normal atau tidak normal bayinya lahir, nyeri yang akan dirasakan, dan sebagainya (Usman, 2016)

Pasien yang mengalami kecemasan dapat diberikan tindakan non farmakologi, tindakan nonfarmakologi ini dapat berupa pendidikan kesehatan, terapi relaksasi, dan teknik distraksi untuk dapat menurunkan kecemasan pasien. Tindakan nonfarmakologi ini memiliki risiko yang sangat rendah bahkan hampir tidak ada risiko yang akan terjadi pada pasien selama diberikan untuk mengatasi kecemasan. (Brand, 2013)

Aromaterapi dapat mempengaruhi sistem limbik di otak yang merupakan pusat emosi, suasana hati atau mood, yang bersifat sebagai penghilang rasa sakit dan serotonin yang berefek menghilangkan ketegangan atau stres serta kecemasan

menghadapi persalinan. Lavender mempunyai efek menenangkan. Disamping itu, lavender juga dapat mengurangi rasa tertekan, stres, rasa sakit, emosi yang tidak seimbang, hysteria, rasa frustrasi dan kepanikan. Aromaterapi Lavender memiliki aroma yang menyegarkan yang mana memiliki manfaat meredakan stress, mnurangi sakit kepala, migraine, juga mempercepat penyembuhan luka dan mengurani tingkat kecemasan. (Endisupraba, 2017)

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk mengaplikasikan efektifitas aromaterapi lavender sebagai pelayanan ibu hamil dalam menurunkan kecemasan.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah menggunakan lembar observasi dengan menggunakan alat ukur kecemasan *Hamilton Axiety Rattng Scale* (HARS). Subjek penelitian yang diteliti adalah 1 orang ibu hamil dengan diagnosis keperawatan kecemasan dengan agen pencedera psikologis : Di Ruang Poliklinik RSUD Ungaran pada tanggal 20 – 22 Februari 2021, pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara dan lembar observasi, instrument studi kasus ini menggunakan lembar observasi untuk mengukur seberapa berat tingkat kecemasan ibu hamil menggunakan alat

ukur *Hamilton Axiety Rattng Scale* (HARS) sebelum tindakan dan sesudah tindakan. Sebelum dilakukan tindakan subjek dilakukan pengukuran tingkat kecemasan untuk mengetahui derajat kecemasan pada ibu hamil yan terdiri dari 14 kelompok yang masing masing kelompok gejala diberi penilaian atau (score) anantara 0-4, yang artinya 0 = tidak ada gejala, nilai 1 = gejala ringan, 2 = gejala sedang, 3 = gejala berat, 4 = gejala berat sekali. Sedangkan untuk pemberian aromaterapi dilakukan 3 kali sehari dengan 5 tetes aromaterapi lavender selama 5 menit dengan cara inhalasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Subjek studi kasus yang dipilih adalah Ny. J dengan usia kehamilan 37 minggu atau trimester III. Dari hasil pengkajian yang dilakukaan didapatkan klien mengatakan cemas dan gelisah karena kondisi janinnya karena adanya pandemic covid-19, data objektif klien skore kecemasan 15 (kecemasan ringan) Tekanan darah : 130/80 mmhg, Nadi : 82 kali per menit, Suhu : 36,6°C, *Respiratory rate* : 24 kali per menit.

Bersasarkan diagnosis keperawatan menurut SDKI (2016) kasus yang dialami subjek dapat dirumuskan masalah keperawatan Kecemasan (Ansietas) dengan faktor yang berhubungan dengan krisis situasional.

Intervensi dilakukan selama 3 x 24 jam diharapkan kecemasan menurun dengan criteria hasil menurun sesuai teori pada SLKI (2019) dengan kriteria hasil perilaku gelisah menurun, perilaku tegang menurun, konsentrasi menurun, dan pola tidur membaik.

Intervensi yang ditetapkan untuk mencapai kriteria tersebut sesuai dengan SIKI (2018) yaitu yang pertama monitor tanda-tanda ansietas, motivasi mengidentifikasi situasi yang memicu kecemasan, anjurkan mengungkapkan perasaan depresi, berikan teknik non farmakologi pemberian aromaterapi lavender, dan kolaborasi pemberian obat ansietas jika perlu. Setelah melakukan pengkajian awal terkait kecemasan pada ibu hamil maka intervensi keperawatan yang dilakukan secara mandiri yaitu terapi nonfarmakologi aromaterapi lavender untuk mengurangi tingkat kecemasan yang dialami.

Berdasarkan hasil evaluasi keperawatan selama 3 hari. Hari pertama sebelum dilakukan tindakan aromaterapi lavender didapatkan data : Skor kecemasan 15 (kecemasan ringan), Tekanan darah : 130/80 mmhg, Nadi : 82 kali per menit, Suhu : 36,6°C, *Respiratory rate* : 24 kali per menit. Hari kedua dengan skor kecemasan 15 (kecemasan ringan), Tekanan darah : 120/80 mmhg, Nadi : 82 kali per menit, Suhu : 36°C, *Respiratory*

rate : 24 kali per menit. Hari ketiga dengan skor 12 (tidak cemas) Tekanan darah : 130/80 mmhg, Nadi : 82 kali per menit, Suhu : 36,6°C, *Respiratory rate* : 24 kali per menit.

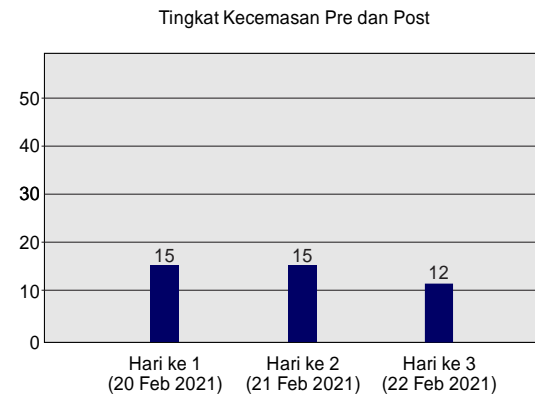


Diagram I observasi tingkat kecemasan pre dan post pemberian aromaterapi lavender.

PEMBAHASAN

Hasil pengkajian tersebut didapatkan hasil klien mengatakan cemas dan gelisah dengan kondisi janinnya, Secara teoritis kecemasan adalah perasaan khawatir, gugup, atau gelisah tentang sesuatu dengan hasil yang tidak pasti dan dapat mengiringi, mempengaruhi, atau menyebabkan depresi dan tidak didukung oleh situasi yang ada. Kecemasan pada ibu hamil trimester 1 yaitu adanya perubahan fisik dan psikologis yaitu mual-mual, pusing, cepat lelah, mudah marah, dan takut akan keguguran. Kecemasan pada trimester 2 yaitu ketakutan ibu hamil akan berkembangnya janin didalam kandungan masih hidup atau mengalami suatu gangguan. Kecemasan pada trimester 3

ketika mendekati persalinan, dimana ibu hamil akan ditakuti oleh kesakitan ketika persalinan bahkan resiko kematian (Icemi, 2015).

Kecemasan dapat dikaji dengan menggunakan alat ukur *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) didapatkan hasil skor kecemasan klien yaitu 15 yang masuk dalam kategori kecemasan ringan (cemas, gelisah, takut pada gelap, takut pada kerumunan orang banyak, terbangun di malam hari, bangun dini hari, sakit dan nyeri otot, otot kaku, berdebar – debar, sering menarik nafas, perut melilit, sering buang air kecil, amenorrhoe, mulut kering, mudah berkeringat, nafas cepat dan pendek).

Ibu hamil yang mengalami kecemasan, intervensi yang dapat dilakukan antara lain pemberian aromaterapi lavender, secara teoritis aromaterapi lavender memiliki aroma yang menyegarkan yang memiliki manfaat meredakan stress, mengurangi sakit kepala, dan mengurangi tingkat kecemasan (Endisupraba, 2013).

Pemberian aromaterapi lavender beberapa molekul yang dilepaskan keudara sebagai uap air, ketika uap air yang mengandung komponen kimia tersebut dihirup, akan diserap tubuh melalui hidung dan paru – paru yang kemudian masuk kealiran darah. Aromaterapi lavender sangat efektif dan bermanfaat saat dihirup

atau digunakan pada bagian luar, karena indra penciuman berhubungan dekat dengan emosi manusia (Winda, Setiati Nova, dkk, 2019)

Hasil evaluasi akhir pemberian aromaterapi lavender selama 3 hari, diperoleh adanya penurunan terhadap tingkat kecemasan dari score 15 pada hari pertama dengan kategori kecemasan ringan, score 15 pada hari kedua dan menjadi score 12 pada hari ketiga yang berarti masuk dalam kategori tidak cemas.

KESIMPULAN

Pengelolaan asuhan keperawatan pada ibu hamil dalam pemenuhan kebutuhan psikologis dengan masalah keperawatan kecemasan (ansietas) tindakan yang dilakukan adalah pemberian aromaterapi lavender dengan durasi 5 menit sebanyak 3 tetes selama 3 hari dengan durasi 3 kali sehari jam 11.00 wib, jam 14.00 wib, jam 17.00 wib didapatkan hasil penurunan skala kecemasan dari skor 15 (kecemasan ringan) menjadi skor 12 (tidak cemas).

SARAN

1. Bagi Perawat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan untuk profesi perawat dalam meningkatkan kualitas perawat dalam memberikan asuhan keperawatan secara

komperhensif dan profesionalisme perawat berperan aktif dalam memberikan asuhan keperawaatan pada ibu hamil dalam pemenuhan kebutuhan psikologis dengan pemberian aromaterapi lavender.

2. Bagi Rumah Sakit

Hasil studi ini diharapkan menjadi bahan masukan bagi pengelola rumah sakit dalam rangka meningkatkan mutu pelayanan kesehatan khususnya ibu hamil dengan pemberian aromaterapi lavender yang bermanfaat untuk menurunkan tingkat kecemasan.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan kajian sumber informasi dan reverensi ilmu dalam pemberian asuhan keperawatan pada ibu hamil dalam pemenuhan kebutuhan psikologis dengan menggunakan intervensi aromaterapi lavender.

4. Bagi Pasien dan keluarga

Hasil penulisan karya tulis ilmiah bagi klien dan keluarga yaitu supaya klien dan keluarga dapat mengetahui gambaran umum tentang masalah ibu hamil beserta perawatan yang benar bagi klien agar penderita mendapat perawatan yang tepat dalam keluarganya dengan menggunakan aromaterapi lavender.

DAFTAR PUSTAKA

- Brand, L, Munroe, D. and gavin., J. (2013). *The effect of hand message onpreoperative anxiety in ambulatory surgery patients*, AORN J, 97(06), pp. 708-17
- Endisupraba. 2017. *Aromaterapi Bagi Kesehatan*. Yogyakarta: Medika Cipta.
- Icemi, Sukarni K., & Wahyu, P. (2015). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Johnson. (2016). *Keperawatan Maternitas Buku Wajib Bagi Praktisi dan Mahasiswa Keperawatan*. Yogyakarta: Rapha Publishing.
- Rustikayanti, R, N., Kartika, I & Herawati Y. (2016). “Perubahan Psikologis Pada Ibu Hamil Trimester III”. *The Southeast Asian Journal of Midwifery* Vol. 2, No.1, Oktober 2016, Hal: 45-49.<https://doi.org/10.36749/seajom.v2i1.66>.Diakses tanggal 04 Februari 2021
- Rustikayanti, R, N., Kartika, I & Herawati Y. (2016). “Perubahan Psikologis Pada Ibu Hamil Trimester III”. *The Southeast Asian Journal of Midwifery* Vol. 2, No.1, Oktober 2016, Hal: 45 -49. <https://doi.org/10.36749/se>

- [jom.vil.66](#). Diakses tanggal 04 Februari 2021
- Shodiqoh, E, R., & Syahrul F. (2014). “Perbedaan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Antara Primigravida dan Multigravida”. *Jurnal Berkala Epidemiologi*. Volume 2, nomor 1, Januari 2014. hlm 141 – 150. Diperoleh dari <http://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-jbec2bc6e4a6ffull.pdf> . Diakses pada tanggal 06 Desember 2020.
- Tim Dinkes Jawa Tengah. (2017). *Profil Kesehatan Jawa Tengah Tahun 2016*. Semarang : Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah <http://dinkesjatengprov.go.id/v2018/dokumen/profil2016/mobile/index.html#p=1>. Diakses pada tanggal 07 Desember 2020
- Tim Pokja SDKI PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik*, Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI
- Tim Pokja SIKI PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia : Definisi dan Tindakan Keperawatan*, Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI.
- Usman FR, Kundre RM, Onibala F. (2016). “Perbedaan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Persalinan Dengan Kepatuhan Antenatal Care (ANC) Di Puskesmas Bahu Kota Manado”. *E-journal Keperawatan (e-Kp)*. Volume 4, nomor 1, Februari 2016. hlm 1-7. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/10794> Diakses pada tanggal 06 Desember 2020.
- Winda, Setiati Nova, dkk. (2019). “Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lavender Untuk Meurunkan Kecemasan Ibu hamil Trimester III Dalam Persiapan Menghadapi Persalinan Di Bidan Praktek Mandiri Nurssyifa Kecamatan Buniseuri”. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada*. Volume 19, Nomor 1, Februari 2019. hlm 45-55. <http://dx.doi.org/10.36465/jkbth.v19i1.449> . Diakses pada tanggal 21 November 2020.
- Yuli, R. (2017). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Maternitas, Aplikasi NANDA, NIC, dan NOC*. Jakarta: TIM