

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Postpartum *blues* adalah gangguan emosional atau stress yang sering dialami wanita baru melahirkan. Sindrom postpartum *blues* masih tergolong stress ringan, biasanya menimpa ibu baru selama dua minggu setelah melahirkan pada tahun pertama. Diperkirakan 50% - 80% wanita mengalami sindrom postpartum *blues* sesudah melahirkan buah hatinya. (Aksara, 2012)

Menurut Purwati (2012) perubahan psikologis pada ibu setelah melahirkan, ia mengalami stimulasi kegembiraan yang luar biasa, menjalani proses eksplorasi dan asimilasi terhadap bayinya, berada di bawah tekanan untuk dapat melakukan perawatan pada bayinya, dan merasa menjadi tanggung jawab yang besar sebagai seorang ibu. Periode ini terdiri dari tiga periode yaitu periode *takking in*, *taking hold*, dan *letting go*.

Periode *taking in* yaitu periode ketergantungan, berlangsung dari hari 1 – 2 setelah melahirkan. Pada periode ini ibu sedang berfokus terutama pada dirinya sendiri. Periode *taking hold* adalah periode yang berlangsung antara 3 – 10 hari setelah melahirkan. Pada periode ini ibu merasa khawatir akan ketidakmampuan dan rasa tanggungjawabnya dalam

merawat bayi, selain itu perasaannya sangat sensitif. Depresi postpartum biasanya terjadi pada periode ini. Periode *letting go* merupakan periode menerima tanggung jawab akan peran barunya yang berlangsung 10 hari setelah melahirkan. Ibu mulai menyesuaikan diri dengan ketergantungan bayinya. (Wulandari & Handayani, 2011)

Kejadian postpartum *blues* dipengaruhi oleh beberapa faktor penyebab antara lain lingkungan tempat melahirkan yang kurang mendukung, keraguan terhadap peran yang baru, dan fluktuasi hormon seiring dengan kelahiran. Faktor penyebab biasanya merupakan kombinasi dari berbagai faktor, termasuk adanya gangguan tidur yang tidak dapat dihindari oleh ibu selama masa-masa awal menjadi seorang ibu. (Purwati, 2012)

Hormon yang mempengaruhi saat melahirkan yaitu : 1. Hormon estrogen, akan meningkat selama kehamilan dan menurun saat melahirkan, dapat menyebabkan terjadinya depresi; 2. Hormon endorfin, hormon yang dapat memicu perasaan senang dan bahagia, pada saat melahirkan akan menurun. Hal ini turut berkontribusi terhadap kejadian depresi; 3. Hormon tiroid, mengalami ketidakstabilan setelah melahirkan membuat ibu kurang bergairah. Faktor lainnya yaitu penyakit yang menyertai ibu selama hamil dan melahirkan, praktik budaya yang membatasi aktivitas ibu serta kurangnya dukungan yang diperoleh ibu selama hamil, melahirkan dan postpartum. (Aksara, 2012)

Kejadian postpartum *blues* di Indonesia yaitu sekitar 50% – 70% dan hal ini dapat berlanjut menjadi depresi postpartum dengan jumlah bervariasi dari 5% hingga lebih dari 25% setelah ibu melahirkan.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Machmudah (2010) di kota Semarang menunjukkan bahwa 29 responden (53, 7 %) dari 40 responden yang melahirkan dengan komplikasi persalinan mengalami kemungkinan terjadinya postpartum *blues* dan dari 40 responden yang melahirkan normal sebanyak 25 responden (46, 3 %) mengalami kemungkinan terjadinya postpartum *blues*.

Terapi alternatif banyak digunakan saat ini, salah satunya dengan terapi musik. Banyak peneliti tingkat dunia yang telah membuktikan bahwa musik mampu membangkitkan emosi manusia. Meski musik terkesan sesuatu yang biasa saja bagi sebagian besar orang, namun tanpa disadari musik mampu menyentuh emosi seseorang, baik bahagia maupun sedih. Musik juga mampu membantu mengurangi tingkat depresi serta melepaskan seseorang dari kebosanan. (Sumaryati & Hastomi, 2012)

Terapi musik adalah teknik yang digunakan untuk penyembuhan suatu penyakit dengan menggunakan bunyi atau irama tertentu. Jenis musik yang digunakan dalam terapi musik dapat disesuaikan dengan keinginan, misalnya musik klasik, instrumentalia, musik berirama santai, orkestre, dan musik modern lainnya. (Potter, 2005 dalam Setyoadi & Kushariyadi, 2011)

Terapi musik dalam kesehatan yaitu terapi non farmakologis yang digunakan untuk pengobatan guna untuk meningkatkan dan memperbaiki kondisi fisik, emosi, kognitif dan sosial bagi individu dari semua usia. Musik klasik adalah musik yang di buat dan ditampilkan oleh orang berpendidikan secara profesional yang terlatih dalam bidang tersebut. Musik klasik sejatinya muncul dari Eropa. Manfaat dari terapi musik yaitu untuk mengurangi perasaan sedih, meningkatkan rasa aman dan nyaman, mengurangi rasa sakit, dll.

Oleh karena itu, penulis tertarik untuk menerapkan hasil penelitian terapi musik terhadap penurunan gejala postpartum *blues* pada ibu primipara dengan *sectio caesaria* di ruang ayyub 1 RS Roemani Muhammadiyah Semarang

B. Rumusan Masalah

1. Apakah penerapan terapi musik dapat menurunkan gejala postpartum *blues* pada ibu primipara dengan *sectio caesaria* di Ruang Ayyub 1 RS Roemani Muhammadiyah Semarang?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mahasiswa mampu menerapkan terapi musik terhadap penurunan gejala postpartum *blues* pada ibu primipara dengan *sectio caesaria* di Ruang Ayyub 1 RS Roemani Muhammadiyah Semarang.

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian.
- b. Menegakkan diagnosa keperawatan.
- c. Menyusun rencana keperawatan.
- d. Mengimplementasikan terapi musik pada pasien terhadap penurunan gejala postpartum *blues*.
- e. Mengevaluasi hasil terapi musik pada pasien terhadap penurunan gejala postpartum *blues*.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Pasien

Manfaat penulisan karya ilmiah bagi pasien yaitu memberikan dukungan atau motivasi pada pasien untuk dapat diterapkan terapi musik selama masa perawatan saat terjadi tanda – tanda depresi pasca kelahiran.

2. Bagi Instansi Pelayanan Kesehatan.

Sebagai acuan perawat dalam mengelola kasus penerapan terapi musik terhadap penurunan gejala postpartum *blues* pada ibu primipara dengan *sectio caesaria* di Ruang Ayyub 1 RS Roemani Muhammadiyah Semarang.

3. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Hasil karya tulis ilmiah diharapkan dapat memberikan sumbangan terhadap pengembangan ilmu di bidang keperawatan khususnya mengenai penerapan terapi musik terhadap penurunan gejala postpartum *blues* pada ibu primipara dengan *sectio caesaria*.

