

## **BAB II**

### **TINJAUAN TEORI**

#### **2.1 Konsep Kehamilan**

##### **2.1.1 Pengertian Kehamilan**

Kehamilan merupakan proses melanjutkan keturunan yang terjadi secara alami dan lamanya hamil normal adalah 280 hari atau 40 minggu dihitung dari haid pertama haid terakhir (HPHT) (Fatimah, 2019, hal. 15).

##### **2.1.2 Pembagian Usia Kehamilan**

Usia kehamilan dibagi menjadi 3, yaitu :

- a) Kehamilan Trimester pertama (sebelum 14mg)
- b) Kehamilan Trimester kedua (14 -28 mg)
- c) Kehamilan Trimester ketiga (29 – 36 mg atau sesudah 36 mg) (Mangkuji 2014, hal. 27)

##### **2.1.3 Tanda dan Gejala Kehamilan**

Secara umum tanda kehamilan dibagi menjadi 3 yaitu tanda tidak pasti, tanda kemungkinan hamil, tanda pasti hamil misalnya :

- a. Tanda Tidak Pasti Kehamilan
  - 1) Amenore (tidak dapat haid). Wanita harus mengetahui tanggal haid pertama haid terakhir (HPHT) agar staf kesehatan dapat menaksir usia kehamilan dan tafsiran

tanggal persalinan (TTP), yang dihitung dengan rumus dari Naegle.

- 2) Mual dan muntah (*nausea and vomiting*). Biasanya terjadi pada bulan – bulan pertama kehamilan hingga akhir triwulan pertama. Mual dan muntah sering terjadi pada pagi hari sehingga disebut *morning sickness*.
- 3) Mengidam (ingin makan makanan tertentu). Ibu hamil sering meminta makanan atau minuman tertentu, terutama pada triwulan pertama.
- 4) Tidak tahan mencium bau – bauan tertentu.
- 5) Pingsan bila berada ditempat ramai dan sesak bisa pingsan
- 6) Tidak ada selera makan (anoreksia). Hanya berlangsung pada triwulan pertama kehamilan pertama kehamilan, kemudian nafsu makan akan timbul kembali.
- 7) Letih.
- 8) Payudara membesar, tegang dan sedikit nyeri. Kondisi ini disebabkan pengaruh estrogen dan progesteron yang merangsang duktus dan alveoli payudara , sehingga kelenjar mentgomery terlihat membesar.
- 9) Sering miksi hal ini disebabkan karena kandung kemih yang tertekan oleh rahim yang membesar. Gejala ini akan hilang pada triwulan kedua kehamilan pada akhir

periode gejala kan muncul kembali karena tertekan oleh kepala janin.

10) Konstipasi/obtipasi. Kondisi ini disebabkan oleh tonus otot usus yang melemah karena pengaruh hormon steroid.

11) Pigmentasi kulit. Hal ini dipengaruhi oleh hormon kortikosteroid plasenta dan sering dijumpai dimuka (*cholasma gravidarum*) dandinding perut.

12) Varises (penekanan vena). Dapat terjadi pada kaki, betis dan vulva biasanya dijumpai pada triwulan akhir (Manguji 2014, hal. 27).

b. Tanda – tanda kemungkinan Hamil

Tanda tidak pasti kehamilan dapat ditentukan oleh :

- 1) Perut membesar
- 2) Uterus membesar, terjadi perubahan bentuk dan konsistensi rahim
- 3) Tanda hegar, yakni perlunakan ismus yang memanjang
- 4) Tanda *Chadwick*, yakni vulva dan vagina tampak kebiruan
- 5) Tanda *Piscaseck*, yakni bentuk rahim yang tidak sama
- 6) Kontraksi rahim bila dirangsang
- 7) Teraba ballottment

c. Tanda Pasti Kehamilan

- 1) Gerakan janin dalam rahim
- 2) Terlihat/teraba gerakan janin dan teraba bagian-bagian janin
- 3) Denyut jantung janin. Terdengar menggunakan stetoskop, laenec, alat kardiokografi, alat Doppler. Dilihat dengan ultrasonografi. Pemeriksaan dengan alat canggih yaitu USG untuk melihat janin
- 4) Terlihat tulang-tulang janin dalam foto rontgen.

d. Keluhan Kehamilan Pada Trimester III

Hal yang mendasari ketidaknyamanan trimester III :

- 1) Pertambahan ukuran uretrus akibat perkembangan janin dan plasenta serta turunnya kepala pada rongga panggul menimbulkan pengaruh pada sistem organ maternal. Hal tersebut menjadi dasar timbulnya ketidaknyamanan trimester III.
- 2) Pada trimester III progesteron mengalami peningkatan dan stabil hingga 7 kali lebih tinggi dari masa sebelum hamil.
- 3) Penantian dan persiapan akan persalinan mempengaruhi psikologi ibu. Ibu merasa khawatir terhadap proses persalinan yang akan dihadapinya, keadaan bayi saat dilahirkan sehingga dukungan

pendamping sangat dibutuhkan (Irianti, 2014.hal. 133- 134).

#### 2.1.4 Perubahan psikologis

Kondisi psikologis ibu melibatkan emosi dan persiapan intelektual, pengalaman tentang bayi sebelumnya, kebiasaan adat dan dukungan dari orang terdekat pada kehidupan ibu. Keinginan persalinan untuk melihat bayinya sama dengan dengan ketakutan akan keselamatan saat melahirkan (Lailiyana 2012, hal, 26).

Perubahan – perubahan psikologis yang terjadi antara lain :

- a. Banyak wanita yang merasakan kegairahan dan kegembiraan di saat merasakan kesakitan pertama menjelang kelahiran bayinya. Perasaan positif yang berupa kelegaan hati, seolah- olah pada saat itu terjadi suatu “realistis kewanitaan” sejatinya muncul rasa bangga melahirkan atau memproduksi anaknya.
- b. Wanita dalam proses kelahiran bayinya merasa tidak sabar mengikuti irama naluriah dan mau mengatur sendiri dan menolak nasehat- nasehat dari luar, mempunyai sikap yang berlebihan dan melawan ketakutan dan rasa cemas menjelang kelahirannya. Jika wanita yang pasif atau menyerah, keras kepala, dan tidak bersedia memberikan partisipasi sama sekali maka sikap ini dapat memperlambat proses pembukaan dan pendataran servik dan juga

mengakibatkan his menjadi sangat lemah bahkan berhenti secara total dan proses kelahiran menjadi terhambat dan harus diakhiri dengan pembedahan sesar.

- c. Wanita mungkin menjadi takut dan khawatir jika dia berada pada lingkungan yang baru/asing dan diberi obat, lingkungan rumah sakit yang tidak menyenangkan, tidak mempunyai otonomi sendiri, kurang perhatian. Beberapa wanita menganggap persalinan tidak realistis sehingga mereka merasa gagal dan kecewa.
- d. Pada ibu primigravida sering khawatir/cemas karena pengalaman pertamanya dalam proses kehamilan. Suami memberikan dukungan dan perhatian untuk menghindari kekhawatiran tersebut. Beberapa wanita menjadi kuat dan mampu melalui proses persalinan dengan dukungan dari suami, perhatian suami merupakan hal paling dasar menjadi kebutuhan wanita dan berpengaruh terhadap apa yang mereka lakukan bagi bayi mereka.

## **2.2 Konsep Persalinan**

### **2.2.1 Pengertian Persalinan**

Persalinan merupakan proses pengeluaran hasil konsepsi janin dan ari yang dapat hidup diluar kandungan melalui jalan lahir dengan bantuan atau kekuatan sendiri.

Persalinan adalah pengeluaran janin yang terjadi pada kehamilan cukup bulan (37 - 42 mg) lahir spontan dengan presentasi belakang kepala yang berlangsung dalam 18 jam, tanpa komplikasi baik pada ibu maupun janin (Ahmad, 2019, hal. 5).

### 2.2.2 Tanda – tanda persalinan

Tanda – tanda persalinan ada 5 yaitu :

#### a. Terjadinya his persalinan

- 1) Pinggang terasa sakit yang menjalar ke depan
- 2) Sifatnya teratur, interval semakin pendek dan kekuatannya makin besar
- 3) Mempunyai pengaruh terhadap perubahan serviks
- 4) Makin beraktifitas (jalan) kekuatan makin bertambah.

#### b. Pengeluaran lendir dan daerah pembawa tanda

Dengan his persalinan terjadi pembukaan serviks yang menimbulkan :

- 1) Pendaratan dan pembukaan
- 2) Pembukaan menyebabkan lendir yang terdapat pada kanalis lepas
- 3) Terjadi perdarahan karena kapiler pembuluh darah pecah.

#### c. Pengeluaran cairan

Menimbulkan pengeluaran cairan menjelang pembukaan lengkap dengan pecahnya ketuban.

- d. Penilaian masuk dan turunnya kepala dirongga panggul
  - 1) Jika pemeriksaan luar palpasi penurunan kepala masih 5/5 berarti kepala diatas pintu atas panggul dan mudah digerakan
  - 2) Jika pada palpasi penurunan kepala 4/5 berarti kepala di hodge I setinggi bawah symphysis, sulit digerakan dan penurunan bagian terbesar kepala belum masuk panggul
  - 3) Jika pada palpasi penurunan kepala 3/5 berarti kepala di hodge II- III, dengan bagian terbesar kepala belum masuk panggul
  - 4) Jika pada palpasi penurunan kepala 2/5 berarti kepala ada di hodge III bidang yang sejajar dengan hodge I setinggi P bawah symphysis dengan bagian terbesar kepala sudah masuk panggul
  - 5) Jika pada palpasi penurunan kepala 1/5 berarti kepala ada di hodge III-IV atau berada didasar panggul
  - 6) Jika pada palpasi penurunan kepala 0/5 berarti kepala ada di hodge IV atau di perenium.
- e. Identifikasi presentasi dan posisi janin dengan melakukan pemeriksaan dalam sebaiknya dilakukan setiap 4 cm selama



1 kala pada I pada persalinan dan setelah ketuban pecah (Ahmad, 2019 hal. 9).

### 2.2.3 Faktor yang mempengaruhi proses persalinan

Faktor yang mempengaruhi persalinan ada 5 yaitu :

a. Power (Kekuatan)

His adalah kontraksi otot – otot rahim pada persalinan yang mengalami perasaan nyeri tergantung pada ambang nyeri klien yang ditentukan oleh keadaan jiwanya. Kontraksi ini bersifat otonom tidak dipengaruhi oleh kemauan tapi dapat dipengaruhi oleh rangsangan jari – jari tangan (dapat menimbulkan kontraksi

b. Passage (Jalan Lahir)

Sejak kehamilan yang lanjut uterus dengan jelas terdiri dari dua bagian ialah segmen atas rahim yang dibentuk oleh corpus uteri dan segmen bawah rahim yang terjadi dari isthmus uteri. Dalam persalinan perbedaan antara segmen atas rahim dan segmen bawah rahim lebih jelas lagi, segmen bagian atas merangsang peranan yang aktif karena kontraksi dan dindingnya bertambah tebal dengan majunya persalinan, sebaliknya segmen bagian bawah rahim memegang peranan yang pasif makin tipis dengan majunya persalinan karena diregang.

c. Positioning (Posisi Ibu)

Posisi pada saat persalinan yang berubah bertujuan untuk Menghilangkan rasa lelah, memberikan kenyamanan dan memperlancar sistem peredaran darah. Posisi tegak (posisi berdiri, duduk, berjalan, dan jongkok) dapat memberikan keuntungan yaitu adanya gaya gravitasi dapat membantu penurunan janin serta dapat mengurangi angka terjadinya penekanan tali pusat.

d. Pshychology (Psikologi)

Dapat dipengaruhi oleh dukungan ayah bagi/ kakek nenek, saudara kandung bagi bayi selama persalinan (Ahmad, 2019 hal. 9).

#### 2.2.4 Persiapan persalinan

Ada beberapa yang harus dipersiapkan sebelum melakukan persalinan yaitu :

a. Persiapan penolong

Penolong persalinan harus menerapkan upaya pencegahan infeksi seperti yang dianjurkan seperti mencuci tangan , memakai sarung tangan steril dan memakai perlengkapan perlindungan pribadi seperti memakai clemek yang bersih dan penutup kepala saat menolong persalinan, tanyakan kepada bidan atau dokter tanggal perkiraan persalinan

b. Persiapan Persalinan

Penolong persalinan harus melihat ruangan tempat proses persalinan berlangsung, suami, keluarga dan masyarakat menyiapkan kendaraan jika sewaktu waktu diperlukan, tabungan biaya persalinan, siapakan orang yang bersedia mendonorkan darah jika sewaktu waktu diperlukan

c. Persiapan lingkungan kelahiran bayi

Persiapan untuk mencegah kehilangan panas pada bayi baru lahir harus dimulai sebelum bayi lahir (Lailiyana, 2012.hal. 53).

## **2.3 Konsep Kecemasan**

### 2.3.1 Pengertian kecemasan

Kecemasan merupakan suatu pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dan ketidakmampuan menghadapi masalah atau adanya rasa aman dan dapat menimbulkan gejala fisiologis seperti panik, tegang, bingung dan tidak dapat berkonsentrasi (Nixson , 2016, hal. 1-2).

Ansietas merupakan perasaan tidak tenang yang samar – samar karena ketidaknyamanan atau rasa takut yang disertai suatu respons menyatakan bahwa ansietas adalah perasaan tidak tenang karena ketidaknyamanan atau ketakutan yang disertai dengan ketidakpastian, ketidakberdayaan dan ketidakmampuan dalam

menahan perasaan takut dan peringatan tentang bahaya yang akan membuat individu siap mengambil tindakan menghadapi ancaman (Sutejo, 2013).

### 2.3.2 Penyebab Kecemasan

Ada beberapa faktor yang menunjukkan reaksi kecemasan, diantaranya yaitu :

a) Lingkungan

Lingkungan atau sekitar tempat tinggal mempengaruhi cara berfikir individu tentang diri sendiri maupun orang lain. Hal ini disebabkan karena adanya pengalaman yang tidak menyenangkan pada individu dengan keluarga, sahabat ataupun dengan rekan kerja. Sehingga individu tersebut merasa tidak aman terhadap lingkungannya.

b) Emosi yang ditekan

Kecemasan bisa terjadi jika individu tidak mampu menemukan jalan keluar terhadap perasannya sendiri dalam hubungan personal ini, terutama jika dirinya menekan rasa marah atau frustrasi dalam jangka waktu yang sangat lama.

c) Sebab – sebab fisik

Pikiran dan tubuh senantiasa saling berinteraksi dan dapat menyebabkan timbulnya kecemasan. Hal ini terlihat dalam kondisi misalnya kehamilan, semasa remaja dan sewaktu

pulih dari penyakit. Perubahan – perubahan perasaan lazim muncul, dan ini dapat menyebabkan kecemasan.

Beberapa penyebab dari kecemasan yaitu:

- 1) Rasa cemas yang timbul akibat melihat adanya bahaya yang mengancam dirinya.

Kecemasan ini lebih dekat dengan rasa takut, karena sumbernya terlihat jelas dalam pikiran

- 2) Cemas karena merasa berdosa atau bersalah karena melakukan hal – hal yang berlawanan dengan keyakinan atau hati nurani.

- 3) Kecemasan yang berupa penyakit dan terlihat dalam beberapa bentuk. Kecemasan ini disebabkan oleh hal yang tidak jelas dan tidak berhubungan dengan apapun yang terkadang disertai dengan perasaan takut yang mempengaruhi keseluruhan kepribadian penderitanya. kecemasan hadir karena adanya suatu emosi yang berlebihan selain itu keduanya mampu hadir karena lingkungan yang menyertainya, baik lingkungan keluarga, sekolah maupun penyebabnya (Nixson, 2016).

#### 2.3.4 Tanda dan Gejala Kecemasan

Tanda dan gejala kecemasan sebagai berikut :

- a. Cemas, khawatir, firasat buruk, takut akan pikirannya sendiri, mudah tersinggung

- b. Pasien merasa tegang, tidak tenang, gelisah dan mudah terkejut
- c. Pasien mengatakan takut bila sendiri dan takut keramaian apabila banyak orang
- d. Mengalami gangguan pola tidur dan disertai mimpi yang menegangkan
- e. Gangguan konsentrasi daya ingat
- f. Adanya keluhan somatik misalnya rasa sakit pada otot, dan tulang belakang, pendengaran yang berdenging, berdebar – debar, sesak nafas, mengalami gangguan pencernaan (Sutejo, 2013).

#### 2.3.5 Tingkat kecemasan

Ada 4 tingkat kecemasan yang dialami oleh individu yaitu :

- a. Kecemasan ringan

Kecemasan ringan dikaitkan dengan rasa tegang dalam kehidupan sehari-hari yang dapat membuat setiap individu menjadi lebih waspada serta mengingatkan tingkat persepsinya sendiri. Kecemasan ini memunculkan motivasi belajar yang dapat menghasilkan pertumbuhan dan kreativitas seseorang.

- b. Kecemasan sedang

Kecemasan sedang membuat seseorang untuk lebih memusatkan perhatian pada suatu kejadian penting dan mengabaikan kejadian yang lain. Akibat perhatian individu

lebih spesifik tetapi bisa melaksanakan sesuatu yang lebih terarah lewat arahan orang lain.

c. Kecemasan berat

Kecemasan ini dapat membuat penilaian seseorang berkurang, adanya kecenderungan untuk dapat memusatkan suatu yang lebih rinci dan spesifik serta dapat berfikir tentang hal lain. Perilaku ditujukan untuk mengurangi adanya ketegangan. Orang tersebut perlu mendapat pengarahan agar bisa memusatkan pada suatu hal lain.

d. Panik

Kecemasan berhubungan dengan rasa takut dan ditakuti dan juga tidak bisa melakukan apapun walaupun mendapat pengarahan. Rasa panik dapat mengingatkan aktivitas motori, menurunkan kemampuan berhubungan dengan orang lain, persepsi yang menyimpang serta kehilangan pemikiran yang rasional (Sutejo, 2013).

### 2.3.6 Dampak kecemasan

a. Simtom suasana hati

Individu yang mengalami kecemasan memiliki perasaan akan adanya hukuman dan bencana yang mengancam dari suatu sumber tertentu yang tidak diketahui orang yang mengalami kecemasan tidak bisa tidur dan dengan demikian dapat menyebabkan sifat mudah marah.

b. Simtom kognitif

Kecemasan dapat menyebabkan kekhawatiran dan keprihatinan kepada individu mengenai hal – hal yang tidak menyenangkan mungkin terjadi. Individu tersebut tidak memperhatikan masalah – masalah real yang ada, sehingga individu sering tidak bekerja atau belajar secara efektif dan akhirnya dia akan menjadi merasa cemas.

c. Simtom motorik

Orang - orang yang mengalami kecemasan sering merasa tidak tenang, gugup, kegiatan motor menjadi menjadi tanpa arti dan tujuan, misalnya jari – jari kaki mengetuk – ngetuk dan sangat kaget terhadap suara yang terjadi secara tiba – tiba. Simtom motor merupakan gambaran rangsangan kognitif yang tinggi pada individu dan merupakan usaha untuk melindungi dirinya dari apa saja yang dirasanya mengancam. Kecemasan akan dirasakan oleh semua orang, terutama jika ada tekanan perasaan ataupun tekanan jiwa.

### 2.3.7 Alat Ukur Kecemasan

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kecemasan dalam penelitian ini menggunakan Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) yang terdiri dari 14 kelompok. Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) adalah metode pengukuran tingkat kecemasan pada pasien yang memiliki gejala terkait kecemasan. Setiap respons



menggunakan 4 skala. Skala kecemasan Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) dimaksudkan sebagai instrument penelitian kuantitatif, untuk menilai kecemasan sebagai gangguan kejiwaan dengan gejala sebagai gangguan psikis. Berdasarkan analisis statistik, Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) mampu membedakan dengan jelas penderita kecemasan dengan diagnosa lain dan juga hubungan antara setiap pertanyaan dengan total skor yang didapat adalah bermakna.

Pengukuran kecemasan berdasarkan munculnya pertanyaan pada individu yang mengalami kecemasan yaitu 20 pertanyaan. Setiap item yang terdapat 4 tingkatan yang diberi skor 0 – 4. Pengukuran dilakukan menggunakan kuesioner yang berisi 14 pertanyaan.

Masing - masing kelompok gejala diberikan penilaian angka (score) antara 0-4 yang artinya adalah :

Nilai	0	= Tidak ada gejala
	1	= Satu dari Gejala yang ada
	2	= Sedang/ Separuh Gejala yang ada
	3	= Berat/ lebih ½ gejala yang ada
	4	= Sangat berat semua gejala ada.

Kuesioner kecemasan ini mempunyai kelebihan yaitu dapat digunakan pada segala umur. Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) menyatakan bahwa skala rata – rata dan skor untuk remaja sehat (sejak usia bayi hingga 18 tahun) dan tergantung dari

pendidikan disekolah dan pengalaman – pengalaman dalam kehidupannya (Nixson, 2016, hal. 16).