

# Persalinan dan BBL

**WIJAYA  
HUSADA**

# Perubahan Psikologi Persalinan

# Pendahuluan

Banyak wanita normal bisa merasakan kegairahan dan kegembiraan disaat –saat merasakan kesakitan-kesakitan pertama menjelang kelahiran bayinya. kecemasan menjelang persalinan ibu hamil pertama akan muncul.

tingkat kecemasan ibu hamil semakin akut dan intensif seiring dengan mendekatnya kelahiran bayi pertamanya. Di samping itu, trimester ini merupakan masa riskan terjadinya kelahiran bayi prematur sehingga menyebabkan tingginya kecemasan pada ibu hamil. Ibu hamil pertama tidak jarang memiliki 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 pikiran-pikiran seperti melahirkan yang akan selalu diikuti dengan nyeri kemudian akan menyebabkan

# Apa itu Kecemasan ???

Kecemasan merupakan unsur kejiwaan yang menggambarkan perasaan, keadaan emosional yang dimiliki oleh seseorang pada saat menghadapi kenyataan atau kejadian dalam hidupnya. Lefrancois (1980, dalam Kartikasari, 1995) menyatakan bahwa kecemasan merupakan reaksi emosi yang tidak menyenangkan, yang ditandai dengan ketakutan, adanya hambatan terhadap keinginan pribadi dan perasaan – perasaan yang tertekan yang muncul dalam kesadaran.

# Tingkat Kecemasan

- kecemasan dalam dua tingkat, yaitu :
  1. tingkat psikologis; kecemasan yang berwujud sebagai gejala-gejala kejiwaan, seperti tegang, bingung, khawatir, sukar konsentrasi, perasaan tidak menentu dan sebagainya,
  2. tingkat fisiologis; kecemasan yang sudah mempengaruhi atau terwujud pada gejala-gejala fisik, terutama pada sistem syaraf, misalnya tidak dapat tidur, jantung berdebar-debar, gemetar, perut mual, dan sebagainya.

**Kecemasan** menjelang persalinan umum dialami oleh ibu. Meskipun persalinan adalah suatu hal yang **fisiologis**, namun didalam menghadapi **proses persalinan** dimana terjadi serangkaian **perubahan fisik dan psikologis** yang dimulai dari terjadinya kontraksi rahim, *dilatasi* jalan lahir, dan pengeluaran bayi serta plasenta yang diakhiri dengan *bonding* awal antara ibu dan bayi (Saifuddin, 2001).

# Penyebab Nyeri Persalinan

## Faktor

### fisiologis

- Kontraksi
- Perlunakan dan penipisan serviks
- Pembukaan serviks

## Faktor

### Psikologis

- Rasa takut dan cemas yang berlebihan akan mempengaruhi rasa nyeri ini

# Perubahan Psikologis Masa Persalinan

Menurut Varney (2008) perubahan psikologis pada ibu bersalin mencakup:

**Pengalaman  
sebelumnya**

**Kesiapan emosi**

**Persiapan menghadapi  
persalinan  
(fisik, mental, materi  
dan sebagainya)**

***Support system***

# Perubahan Psikologis pada Kala I

- Perasaan tidak enak
- Takut dan ragu akan persalinan yang akan dihadapi
- Sering memikirkan apakah persalinan berjalan normal
- Menganggap persalinan sebagai percobaan
- Apakah penolong persalinan dapat sabar dan bijaksana dalam menolongnya
- Apakah bayinya normal apa tidak
- Apakah ia sanggup merawat bayinya
- Ibu merasa cemas

# Perubahan Psikologi kala II

bahwa perubahan emosional atau psikologi dari ibu bersalin pada kala II ini semakin terlihat

- Emotional distress
- Nyeri menurunkan kemampuan mengendalikan emosi, dan cepat marah
- Lemah
- Takut
- Kultur (respon terhadap nyeri, posisi, pilihan kerabat yang mendampingi, perbedaan kultur juga harus diperhatikan)

- ✓ Sering timbul rasa jengkel , tidak nyaman saat bersalin, ibu merasakan nyei akibat kontraksi uterus yang semakin sering.
- ✓ Metabolisme ibu meningkat, denyut jantung meningkat, suhu , pernapasan meningkat, ibu berkeringka lebih banyak, akibat ibu merasa lelah sekali kehausan keika bayi sudah di lahirkan karena tenaga habis dipakai untuk meneran
- ✓ Tidak sabaran , sehingga hormoni antara ibu dan bayi yang dikandung terganggu, hal ini disebabkan karena kepala janin sudah masuk panggul dan timbul kontraksi-kontraksi pada uterus, munsul rasa kesakitan dan ingin segera mengeluarkan janinnya.

# Perubahan Psikologis kala III

## 1. Bahagia

- Karena saat – saat yang telah lama di tunggu akhirnya datang juga yaitu kelahiran bayinya dan ia merasa bahagia karena merasa sudah menjadi wanita yang sempurna (bisa melahirkan, memberikan anak untuk suami dan memberikan anggota keluarga yang baru), bahagia karena bisa melihat anaknya.

## 2. Cemas dan Takut

Cemas dan takut kalau terjadi bahaya atas dirinya saat persalinan karena persalinan di anggap sebagai suatu keadaan antara hidup dan mati

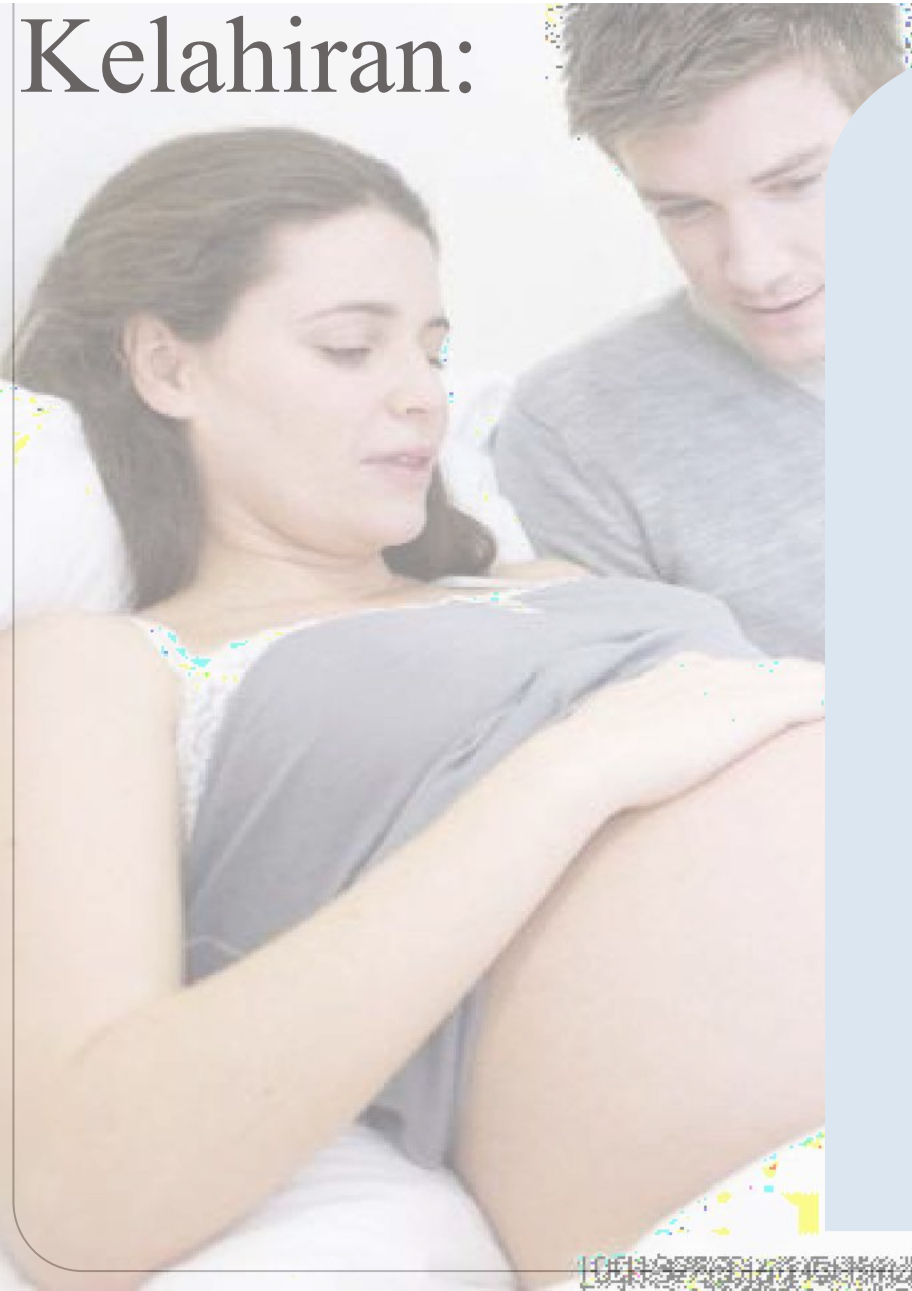
- Cemas dan takut karena pengalaman yang lalu.
- Takut tidak dapat memenuhi kebutuhan anaknya

# Perubahan Psikologis kala IV

1. Phase honeymoon
2. Ikatan Kasih
3. Fase pada masa nifas ( taking in dan taking hold)
4. Bounding attachment
5. Respon antara ibu dan bayi ( touch, eye to eye contact, body warm, voice, entertainment, )

# Kondisi Emosi Ibu Menjelang

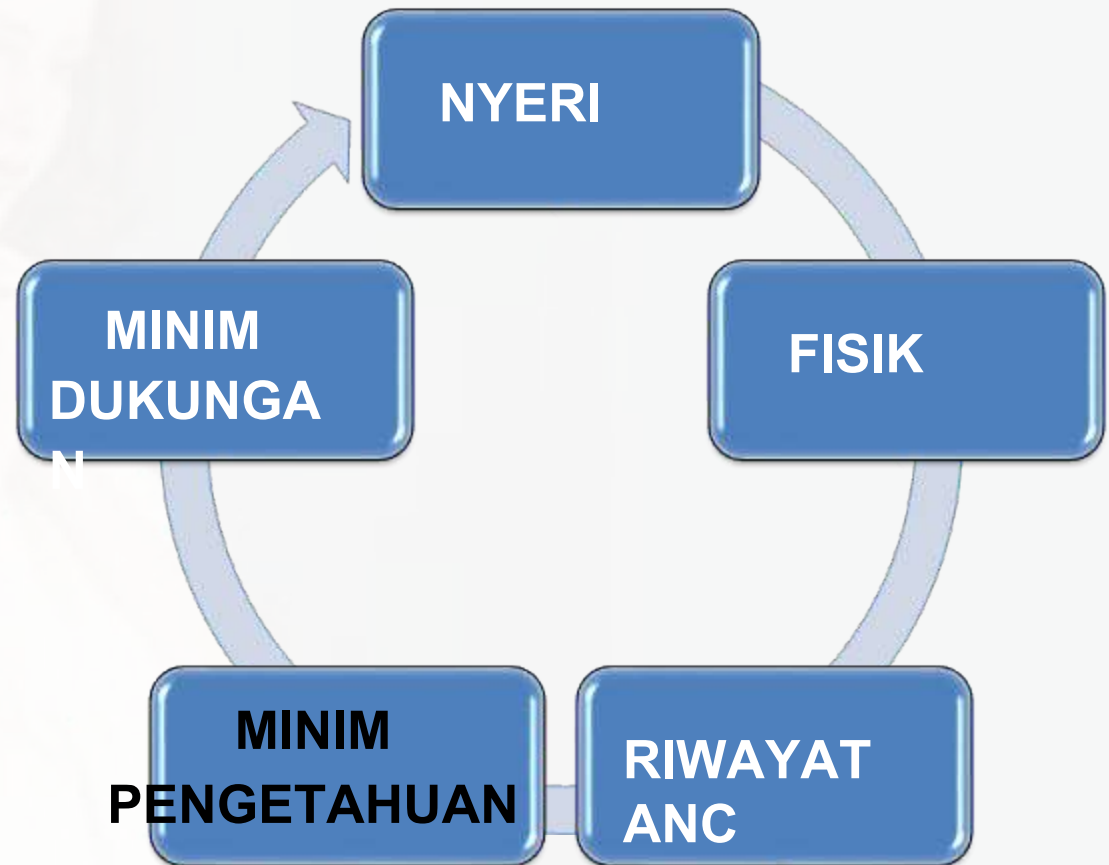
## Kelahiran:



- Kebahagiaan yang besar dan antipikasi untuk mengungkapkan ketakutan
- Ketakutan terhadap hal yang tidak diketahui
- Ketakutan terhadap teknologi, intervensi, kematian dan hospitalisasi,
- Ketegangan, ketakutan, dan kecemasan mengenai nyeri serta kemampuan untuk melatih kontrol diri selama persalinan
- Perhatian mengenai kesejahteraan, abnormalitas bayi

# CEMAS

Salah satu masalah psikososial yang timbul sehubungan dengan faktor psikologis pada ibu yang akan melahirkan



Katekolamin (hormon stres) yang disekresi ketika ibu cemas dan takut, diketahui menghambat kontraksi uterus dan aliran darah placenta.

# CEMAS

**CEMAS  
BERLEBIH  
AN**

**KADAR  
ENDORFIN  
DAN  
KATEKOLAM  
IN  
MENINGKAT**

**GANGGUAN  
KONTRAKSI  
UTERUS---  
PARTUS LAMA,  
MENGANGGU  
SIRKULASI  
UTEROPLASENTE  
R— HIPOKZIA,**

Bagaimana cara mengurangi tingkat kecemasan pada ibu yang mengalami masa persalinan????

# Pendekatan psikososial



suatu pendekatan yang memperhatikan aspek **bio-psiko-sosio-spiritual** yang berhubungan dengan keadaan **kondisi kejiwaan suatu individu**.

## Pendekatan psikososial persalinan

suatu **pendekatan psikologi dan sosial** terhadap wanita yang sedang berada dalam **masa persalinan** yang mengalami berbagai macam perubahan fisik maupun psikologis dimana perubahan-perubahan ini dapat dipengaruhi oleh interaksi wanita bersalin dengan lingkungan sosial (masyarakat).

# Pendekatan Psikososial Persalinan



**Komunikasi  
Terapeutik  
Kebidanan**

**Terapi  
Psikologis**

**Kolaborasi  
Ahli**



# A. KOMUNIKASI TERAPEUTIK KEBIDANAN

- Kegiatan komunikasi terapeutik pada ibu melahirkan merupakan pemberian bantuan pada ibu yang akan melahirkan dengan kegiatan bimbingan proses persalinan

# Tujuan Komunikasi terapeutik

**Membantu pasien memperjelas serta mengurangi beban perasaan dan pikiran selamam proses persalinan.**

**Membantu mengambil tindakan yang efektif untuk pasien.**

**Membantu mempengaruhi orang lain, lingkungan fisik dan diri sendiri untuk kesejahteraan ibu dan proses persalinan agar dapat berjalan dengan semestinya**

# Pendekatan Komunikasi Terapeutik

1. Kehadiran, Mendengarkan, sentuhan
2. Memberi Informasi tentang Kemajuan
3. Persalinan mengadakan kontak fisik dengan klien
4. Memberikan pujian , dan memberikan ucapan selamat pada klien atas kelahiran bayinya, dan menyatakan ikut berbahagia

## 2. TERAPI- TERAPI PSIKOLOGIS

Tujuan : untuk mengurangi distress emosional

### Terapi individual

- Bidan dgn Klien (emosional)

### Terapi Kognitif

- Bidan – klien - psikiater

### Terapi Keluarga

- Bidan – Klien – Keluarga

### Terapi Perilaku

- Bidan – klien (perilaku)



## Kolaborasi Ahli dalam Mengatasi Masalah Psikologis Persalinan



psikolog

Kolaborasi antar para ahli memungkinkan klien mendapatkan hasil dan intervensi pelayanan kesehatan yang optimal, karena hasil diagnosanya merupakan kumpulan testimoni dari para ahli. Risiko dari tindakan intervensi dan diagnose dapat diperkecil

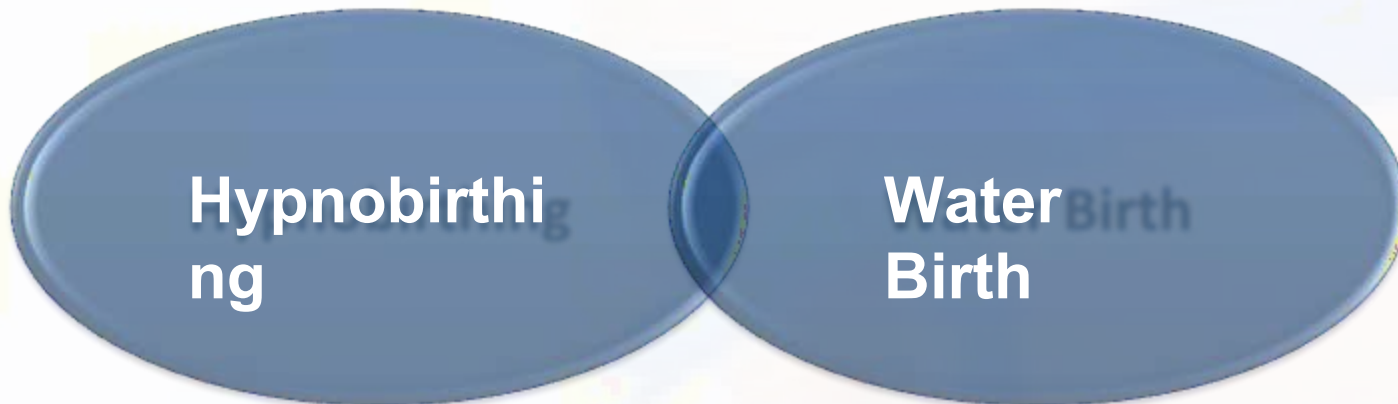
pendamping dalam persalinan akan memberikan kenyamanan pada saat persalinan, seorang pendamping pada saat persalinan dapat menimbulkan efek positif terhadap hasil persalinan, dapat menurunkan rasa sakit, persalinan berlangsung lebih singkat dan menurunkan persalinan dengan operasi termasuk bedah caesar.

Dukungan yang terus menerus dari seorang pendamping persalinan kepada ibu selama proses persalinan dan melahirkan dapat mempermudah proses persalinan dan melahirkan, memberikan rasa nyaman, semangat, membesarkan hati ibu dan meningkatkan rasa percaya diri ibu, serta mengurangi kebutuhan tindakan medis.

Jadi pendamping dan dukungan yang diberikan kepada ibu saat bersalin memiliki peranan penting dalam mengatasi rasa cemas pada ibu saat persalinan

# Metode – metode persalinan masa kini yang menggunakan pendekatan psikososial

- kembali ke konsep Lama □ Persalinan tanpa Intervensi dan bersifat fisiologis



**TERIMA KASIH**