

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Periode postpartum atau pasca melahirkan merupakan istilah untuk 6 minggu pertama setelah kelahiran bayi. Selama ini, ibu dan keluarga akan mengalami banyak perubahan, termasuk perubahan struktur dan fungsi sebuah keluarga. Pada tahapan ini ibu memulai untuk beradaptasi terhadap peran barunya. Oleh karenanya, tidak jarang berdampak pada perubahan psikologis ibu diantaranya yaitu kecemasan maupun depresi post partum (Lowdermilk dkk, 2020).

Kecemasan pada ibu post partum memiliki banyak konsekuensi negatif pada kesehatan ibu. Konsekuensi ibu meliputi kesehatan fisik, kesehatan psikologis, hubungan, dan perilaku berisiko gangguan interaksi ibu-anak, meliputi bonding, menyusui, dan peran ibu. Kecemasan postpartum akan berdampak pada meningkatnya tekanan psikologis (*psychological distress*) yang berdampak negatif pada status kesehatan mental ibu, fungsi ibu dan keluarga, dan bayi, jika masalah ini hanya di abaikan dan tidak dilakukan penanganan hal ini dikhawatirkan akan berlanjut ketahap yang lebih parah yaitu depresi pada ibu postpartum dan postpartum blues. Kecemasan postpartum hadir sebagai komorbiditas, tetapi sering tidak dikenali dalam praktik klinis atau diremehkan sebagai komorbiditas pada ibu baru (Murphey dkk, 2021).

Menurut Organisasi kesehatan dunia (WHO) tahun 2020 kecemasan mempengaruhi dari 20% wanita disuatu waktu kehidupan dengan prevalensi kecemasan ibu postpartum di negara- negara Asia sangat meningkat, yaitu 25- 86%. Di indonesia, kecemasan ibu postpartum mencapai 22,4% dan kecemasan ibu postpartum yang tidak teratasi dapat menyebabkan depresi dan penyakit jiwa lain yang mempengaruhi kesehatan. Hasil data riset kesehatan menunjukkan prevalensi penyakit jiwa tahun 2018 seperti depresi dan kecemasan ibu selama hamil adalah 15,6% dan rata-rata setelah melahirkan sebesar 19,8% (Adkha & Ratnawati, 2021).

Secara global kecemasan postpartum berkisar antara 20-25% dari total populasi ibu melahirkan yang umumnya terjadi pada wanita dewasa muda 17%-22% pada periode awal postpartum dan 15%-33% pada akhir postpartum. Sekitar 6% wanita memiliki tingkat kecemasan yang tinggi pada 2 minggu setelah melahirkan (Rados et al., 2020). Di Indonesia tingkat kecemasan sebesar 28,7%. Tingkat kecemasan yang terjadi pada ibu primipara mencapai 83,4% dengan tingkat kecemasan berat, 16,6% kecemasan sedang, sedangkan yang terjadi pada ibu multipara mencapai 7% dengan kecemasan sedang, dan 21,5% dengan kecemasan ringan (Badan Pusat Statistik, 2020).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2022 puskesmas Nanggalo termasuk 10 puskesmas terbanyak yang melakukan kunjungan KF Lengkap yaitu sebanyak 82,7% (Dinkes Kota Padang, 2022).

Salah satu upaya untuk mengatasi kecemasan pada ibu postpartum adalah dengan penggunaan aromaterapi. Aromaterapi minyak sari lemon diambil dari bagian buah. Efeknya dapat menjernihkan dan menstimulasi dimana dapat meningkatkan ketegangan, perasaan bahagia, pandangan positif, motivasi, keyakinan dalam mengambil keputusan dan stabilitas serta dapat mengurangi masalah pernapasan, stres dan pikiran negatif. Zat yang terkandung dalam lemon salah satunya adalah linalool yang berguna menstabilkan saraf sehingga dapat menimbulkan efek tenang bagi siapapun yang menghirupnya (Donna L wong, 2021).

Aromaterapi lemon merupakan minyak essensial yang dihasilkan dari ekstrak kulit jeruk (*citrus lemon*) yang sering digunakan dalam aromaterapi. Aromaterapi lemon ini adalah jenis aromaterapi yang aman digunakan untuk kehamilan dan kelahiran. Aromaterapi lemon dapat membunuh bakteri meningokokus (*meningococcuc*), bakteri tipus, juga memiliki efek anti jamur dan efektif untuk menetralsir bau yang tidak enak, serta menghasilkan efek anti cemas, anti stress, anti depresi dan bisa juga untuk mengangkat dan memfokuskan pikiran (Harahap, 2022).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh dewi (2022). Tentang pengaruh pemberian aroma terapi lemon terhadap tingkat kecemasan ibu post partum menunjukkan bahwa dari 28 responden yang terbagi dalam 2 kelompok kontrol dan intervensi. Hasil uji statistik independent sampel-T test dengan tingkat signifikan 0,05 diperoleh P Value = 0,002. Dengan demikian maka didapatkan $p < \alpha$ (0,000) sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Jadi

kesimpulannya, pemberian aromaterapi lemon efektif terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu nifas di Puskesmas Wakambangura (Dewi, 2022).

Berdasarkan penelitian Rahayu (2023) tentang pengaruh pemberian aroma terapi lemon terhadap tingkat kecemasan ibu post partum sebelum intervensi berada pada tingkat sedang yang mencapai 63,2% dengan rata- rata skor kecemasan sebelum diberikan aromatherapy lemon (*Citrus Limon*) adalah 19,58. Tingkat kecemasan pada ibu post partum setelah intervensi berada pada tingkat ringan yang mencapai 57,9% dengan rata- rata skor setelah diberikan aromatherapy lemon (*Citrus Limon*) adalah 12,71. Adanya pengaruh tingkat kecemasan ibu post partum sebelum dan setelah pemberian aromaterapi lemon (*Citrus Limon*) di wilayah kerja puskesmas Sumber Baru Kabupaten Jember (p-value = 0,000).

Dari hasil survey awal yang telah dilakukan pada ibu Postpartum Kf2 di TPMB wilayah kerja Puskesmas Nanggalo Kota Padang 2024 didapatkan data bahwa sebanyak 3 orang (30%) mengalami kecemasan sedang, 2 orang (20%) mengalami kecemasan berat, 1 orang (10%) mengalami kecemasan ringan dan 4 orang lainnya tidak memiliki gejala kecemasan. Berdasarkan hasil kuesioner yang telah diisi oleh 10 orang ibu postpartum terdapat 6 ibu yang memiliki tanda kecemasan.

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti melakukan penelitian tentang “Pengaruh pemberian aroma terapi esensial oil lemon (*Citrus Lemon*) di TPMB wilayah kerja puskesmas Nanggalo Kota Padang 2024”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas rumusan masalah penelitian ini adalah, apakah ada pengaruh pemberian aromaterapi esensial oil lemon (*Citrus Lemon*) terhadap tingkat kecemasan ibu post partum di TPMB wilayah kerja puskesmas Nanggalo Kota Padang Tahun 2024?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi esensial oil lemon (*Citrus Limon*) terhadap tingkat kecemasan ibu post partum di TPMB diwilayah kerja puskesmas Nanggalo Kota Padang tahun 2024.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui rata-rata kecemasan pada ibu post partum sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi esensial oil lemon (*Citrus Limon*) terhadap tingkat kecemasan ibu postpartum di TPMB diwilayah kerja puskesmas Nanggalo Kota Padang tahun 2024.
- b. Diketahui pengaruh pemberian aromaterapi esensial oil lemon (*Citrus Limon*) terhadap nilai kecemasan ibu post partum di TPMB wilayah kerja puskesmas Nanggalo Kota Padang tahun 2024.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Diharapkan hasil penelitian ini dapat sebagai bahan referensi bagi tenaga kesehatan atau mahasiswa kebidanan terutama yang berhubungan dengan ibu post partum.

2. Bagi Peneliti

Sebagai bahan informasi, data dasar dan referensi untuk penelitian selanjutnya.

3. Bagi Tempat Penelitian

Data dan hasil yang diperoleh dari tempat penelitian dapat dijadikan suatu tolak ukur dalam menanggulangi tentang seberapa besar pengetahuan dan penanganan masyarakat terhadap tingkat kecemasan pada ibu post partum.

4. Bagi institusi pendidikan

Diharapkan penelitian ini sebagai proses belajar dalam penelitian ilmu pengetahuan khususnya dalam menangani kecemasan pada ibu post partum selama berkuliah di program sarjana Terapan Kebidanan Universitas Alifah Padang.

E. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini untuk melihat pengaruh pemberian aromaterapi esensial oil lemon (*citrus lemon*) terhadap kecemasan ibu post partum di TPMB wilayah kerja puskesmas Nanggalo Kota Padang 2024. Penelitian ini telah dilakukan pada September 2024-Februari 2025 Di TPMB Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Kota Padang Dengan pengumpulan data pada tanggal 08 November-31 Desember 2024. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Pengaruh Aromaterapi esensial oil lemon (*citrus lemon*) terhadap kecemasan ibu post partum di TPMB wilayah kerja Puskesmas Nanggalo Kota Padang 2024. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu Post Partum KF2

pada bulan November-Desember di TPMB wilayah kerja puskesmas Nanggalo Kota Padang 2024, Dengan sampel sebanyak 30 orang dengan teknik *Total sampling*. Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *Pre Eksperimen*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan univariat dan bivariat.

