

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kehamilan

1. Konsep Kehamilan

Kehamilan dan persalinan merupakan proses alami yang bukan bersifat patologis, tetapi keadaan normal ini bisa berubah menjadi tidak normal. Dengan pemahaman ini, tidak perlu melakukan intervensi yang tidak diperlukan untuk mengatur pengobatan, kecuali jika terdapat indikasi tertentu (Kasmiati, dkk. 2023). Berdasarkan penjelasan tersebut, definisi kehamilan dapat disampaikan sebagai berikut.

- a. Kehamilan adalah periode yang dimulai dari saat pembuahan sampai lahirnya janin. Durasi kehamilan ini berlangsung sekitar 280 hari (40 minggu atau setara dengan sembilan bulan tujuh hari).
- b. Kehamilan adalah proses yang dimulai ketika sel sperma bertemu dengan sel telur di dalam rahim, tepatnya di tuba fallopi. Kemudian, terjadi konsepsi, diikuti oleh nidasi dan akhirnya implantasi di dinding rahim, secara spesifik pada lapisan endometrium yang terjadi pada hari keenam dan ketujuh setelah konsepsi.

2. Konsep Kehamilan Usia Muda

Menurut Utami dan Ayu, 2018 dalam Buku Ajar Kesehatan Reproduksi tahun 2018, masa kehamilan dimulai dari fertilisasi sampai kelahiran janin. Lamanya berlangsung selama 280 hari (40 minggu atau sembilan bulan tujuh hari) yang dihitung sejak hari pertama siklus menstruasi terakhir. Ini melibatkan perubahan fisik dan emosional pada ibu serta pengaruh sosial dalam lingkungan keluarga. BKKBN menyatakan bahwa usia optimal untuk hamil berkisar antara 20-

30 tahun, sementara usia di luar rentang tersebut berisiko lebih tinggi. Kesiapan untuk menjalani kehamilan dan persalinan ditentukan oleh aspek fisik, mental, emosional, serta kondisi sosial ekonomi. Secara fisik, wanita berusia 20 tahun dinilai sudah cukup siap. Kehamilan yang terjadi pada usia remaja, atau yang terjadi pada perempuan di bawah 20 tahun saat kehamilan berakhir, merupakan kehamilan remaja. Beberapa faktor penyebab tingginya tingkat kehamilan di kalangan remaja termasuk:

- a. Faktor sosiodemografis, seperti kemiskinan, kebiasaan, peran wanita dalam masyarakat, perilaku seksual aktif, dan penggunaan alat kontrasepsi, serta pengaruh media massa.
- b. Karakteristik keluarga, yang mencakup interaksi antar anggota keluarga.
- c. Tingkat perkembangan, yakni karakteristik remaja yang kurang memiliki pemikiran tentang masa depan, keinginan untuk bereksperimen, dan kebutuhan akan perhatian.
- d. Penyalahgunaan narkoba, di mana remaja sering kali terlibat dalam penggunaan dan penyalahgunaan obat terlarang.

Risiko kehamilan pada remaja berkaitan dengan kemungkinan risiko medis dan psikososial, baik untuk ibu maupun bayi. Komplikasi yang mungkin muncul pada ibu dan bayi antara lain anemia, preeklamsia, eklamsia, keguguran, persalinan prematur, kematian perinatal, dan perdarahan. Sebagian besar kehamilan pada remaja adalah kehamilan yang tidak direncanakan (KTD). KTD merupakan kondisi kehamilan yang tidak diinginkan oleh salah satu atau kedua orangtua bayi yang ditandai oleh berbagai faktor. Situasi ini dapat disebabkan oleh minimnya pengetahuan mengenai proses kehamilan dan metode pencegahannya, serta adanya

kasus pemerkosaan dan kegagalan kontrasepsi. Efek kehamilan bagi perempuan remaja memiliki dua jalur, yaitu jika kehamilan diteruskan maupun jika kehamilan dihentikan melalui aborsi.

Dampak jika kehamilan diteruskan mencakup:

- a. Risiko fisik.
- b. Risiko psikologis, berupa kemungkinan menjadi orang tua tunggal, merasakan malu, rendah diri, merasa bersalah, dan mengalami depresi.
- c. Risiko sosial, seperti berhenti sekolah, kehilangan masa remaja, dan mendapat stigma.
- d. Risiko ekonomi, termasuk tingginya biaya melahirkan, merawat, serta membesarkan anak.

Sementara itu, efek yang muncul dari mengakhiri kehamilan melalui aborsi adalah:

- a. Risiko fisik, seperti perdarahan, komplikasi, dan kemungkinan kemandulan.
- b. Risiko mental, seperti kecemasan, kepanikan, stres, trauma, rasa bersalah, dan kurang percaya diri.
- c. Risiko sosial, yang mencakup ketergantungan yang lebih besar kepada pasangan dan kesulitan dalam menolak ajakan seksual.
- d. Risiko ekonomi, terkait dengan tingginya biaya untuk aborsi, selain dampaknya terhadap remaja perempuan, kasus kehamilan remaja juga berimbas pada remaja laki-laki, anak yang dilahirkan, dan saudara perempuannya.

Dampak bagi remaja laki-laki termasuk terpaksa putus sekolah yang berakibat pada pendidikan yang rendah, kesulitan finansial, serta pengangguran atau pekerjaan dengan upah rendah. Konsekuensi kehamilan remaja yang bisa

dialami oleh anak adalah tinggal di kondisi ekonomi yang sulit akibat masalah keuangan orangtua, menjadi korban penelantaran atau penyalahgunaan, kinerja akademik yang buruk, terlibat dalam tindakan kriminal, penyalahgunaan zat, serta adanya masalah pada kognitif, perilaku, dan emosi, dan anak tersebut juga berpotensi hamil di masa remajanya. Dampak yang mungkin dirasakan oleh saudara perempuan dari remaja yang hamil termasuk mentolerir perilaku seks di usia muda, menerima pengasuhan anak di usia muda, serta kemungkinan menjadi remaja hamil juga.

Permasalahan yang sering muncul selama ANC pada remaja yang hamil adalah keterlambatan dalam pemeriksaan dan jumlah kunjungan yang minim. Ini bisa disebabkan oleh hambatan keuangan, ketidakpuasan terhadap layanan dari petugas (seperti waktu tunggu yang lama, kurangnya privasi), rasa malu, pertimbangan untuk melakukan aborsi, dan waktu pemeriksaan yang bertabrakan dengan jam sekolah.

3. Persiapan Persalinan

a. Pengertian

Persiapan untuk menghadapi persalinan melibatkan rencana tindakan yang disusun oleh ibu, anggota keluarga, dan tenaga kesehatan. Dengan adanya rencana tersebut, kekacauan dan kebingungan saat persalinan dapat diminimalisir, serta meningkatkan kemungkinan ibu untuk mendapatkan perawatan yang tepat dan pada waktu yang dibutuhkan. Ibu yang hamil, bersama dengan keluarganya dan tenaga kesehatan yang memberikan perawatan antenatal, dapat membuat rencana persalinan yang mencakup lokasi persalinan, pemilihan tenaga medis yang terlatih, cara menghubungi tenaga kesehatan tersebut, transportasi menuju tempat

persalinan, pendamping persalinan, ketersediaan asuransi kesehatan, serta estimasi biaya yang diperlukan Suadnyani dkk., 2021. Terdapat beberapa jenis persiapan persalinan, antara lain:

1) Kesiapan Fisik

Kesiapan fisik berhubungan dengan keadaan kesehatan si ibu, di mana ia perlu memastikan kondisi fisiknya baik dari masa kehamilan hingga persalinan. Kesiapan fisik ibu hamil dapat dipecah menjadi beberapa aspek, yaitu:

a) Kondisi Kesehatan ibu

Kesehatan ibu diperiksa secara rutin melalui pemeriksaan kehamilan di fasilitas kesehatan. Antenatal Care merupakan salah satu langkah preventif untuk mendeteksi risiko yang mungkin muncul selama kehamilan. Berdasarkan pedoman pelayanan ANC yang dirilis oleh Kementerian Kesehatan di masa adaptasi kebiasaan baru pandemi COVID-19, kunjungan ANC untuk kehamilan normal setidaknya dilakukan enam kali, terperinci sebagai dua kali di Trimester 1, satu kali di Trimester 2, dan tiga kali di Trimester 3. Minimal dua kali pemeriksaan harus dilakukan oleh dokter, yaitu pada kunjungan pertama di Trimester 1 dan pada kunjungan kelima di Trimester 3 (Karmilasari dkk., 2022). Tujuan utama dari antenatal care adalah untuk memfasilitasi hasil yang sehat dan normal bagi ibu serta bayi, dengan membangun hubungan saling percaya dan mendeteksi kemungkinan komplikasi yang berpotensi mengancam jiwa, serta mempersiapkan proses kelahiran.

Akibat dari ketidakaturan dalam mengikuti kunjungan ANC dapat mengakibatkan ibu hamil kurang memahami atau tidak mengetahui metode perawatan yang benar selama masa hamil, potensi bahaya kehamilan yang prematur

tidak terdeteksi, adanya anemia yang bisa menyebabkan perdarahan yang tidak terlihat, dan kelainan bentuk panggul atau tulang belakang yang dapat menyulitkan persalinan normal terabaikan. Selain itu, komplikasi atau penyakit yang menyertai selama kehamilan, termasuk kondisi kronis seperti penyakit jantung, paru, atau penyakit genetik semisal diabetes, hipertensi, serta cacat bawaan, juga tidak terdeteksi, termasuk preeklamsia (Karmilasari dkk., 2022).

b) Kesiapan nutrisi atau status gizi ibu

Selama periode kehamilan, terdapat berbagai hal yang perlu diperhatikan terkait kesehatan ibu serta bayi yang dikandung. Salah satu hal penting adalah menjaga pola makan untuk ibu hamil dan janin. Memenuhi kebutuhan nutrisi sepanjang kehamilan sangat penting, karena asupan yang tepat membantu menjamin kesehatan ibu serta perkembangan optimal janin (Saputra dan Anggraeni, 2024). Nutrisi bagi ibu hamil mencakup zat gizi makro dan mikro yang dibutuhkan ibu dari trimester pertama hingga ketiga, yang harus dipenuhi baik dalam jumlah maupun kualitas melalui makanan sehari-hari bagi pertumbuhan dan perkembangan janin yang dikandung. Selama masa kehamilan, ibu memerlukan makanan berkualitas dalam jumlah yang cukup (tidak kurang dan tidak berlebihan) (Rahmawati, 2024).

Kebutuhan gizi ibu saat hamil lebih tinggi dibandingkan dengan sebelum kehamilan, di mana terdapat peningkatan kebutuhan gizi bagi ibu hamil serta janin yang sedang berkembang, dan kebutuhan tersebut berbeda di setiap trimester (Mulyani dkk., 2024). Seiring bertambahnya usia kehamilan, jumlah zat gizi yang diperlukan juga meningkat. Asupan gizi yang tepat dan disesuaikan dengan usia kehamilan sangat penting untuk memastikan kehamilan yang sehat. Pada trimester

pertama, terjadi peningkatan jumlah sel dan pembentukan organ, serta pertumbuhan otak dan sel-sel saraf yang sebagian besar berlangsung di trimester ini. Untuk mendukung proses tersebut, asupan nutrisi yang diperlukan terutama mencakup protein, asam folat, vitamin B12, zinc, dan iodine (Rahmawati, 2024).

Tambahan kebutuhan energi dan protein pada trimester pertama adalah 100 kalori dan 17 gram protein. Semua zat gizi tersebut harus dipenuhi sebagai persiapan untuk pertumbuhan yang lebih signifikan pada trimester selanjutnya, karena selama trimester pertama pertumbuhan janin masih belum pesat. Pada trimester kedua dan ketiga, pertumbuhan janin berlangsung sangat cepat, mencapai 90% dari keseluruhan proses tumbuh kembang selama kehamilan. Zat gizi yang diperlukan untuk mendukung pertumbuhan ini termasuk protein, zat besi, kalsium, magnesium, vitamin B kompleks, dan asam lemak omega 3 serta omega 6. Tambahan kebutuhan energi sekitar 350 hingga 500 kalori per hari serta tambahan 17 gram protein setiap harinya. (Rahmawati, 2024)

Kecukupan gizi selama masa kehamilan dapat dipantau melalui peningkatan berat badan yang sesuai dengan usia kehamilan. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi asupan gizi dan rendahnya pertambahan berat badan selama kehamilan adalah:

- (1) Perasaan mual dan muntah
- (2) Perasaan panas di bagian atas perut
- (3) Sembelit
- (4) Penggunaan makanan dan minuman beralkohol, serta minuman berkafein dan minuman energi
- (5) Pola makan yang tidak seimbang

(6) Terlalu banyak aktivitas fisik

Kualitas gizi serta kelengkapan zat gizi dipengaruhi oleh variasi jenis makanan yang dikonsumsi. Semakin beragam jenis pangan yang dimakan, semakin mudah memenuhi kebutuhan nutrisi, dan semakin baik tubuh menerima berbagai zat yang bermanfaat bagi kesehatan. Selain menerapkan prinsip variasi makanan dan minuman, penting juga untuk memperhatikan faktor keamanan pangan, yang berarti makanan dan minuman harus terbebas dari kontaminasi yang dapat membahayakan kesehatan. Cara penerapan yang disarankan adalah mengonsumsi lima kelompok makanan setiap hari, yang mencakup makanan pokok, lauk-pauk, sayuran, buah-buahan, dan minuman. Mengonsumsi lebih dari satu jenis dari setiap kelompok makanan dalam setiap kali makan akan lebih bermanfaat. Menurut Rahmawati tahun 2024, berikut beberapa panduan untuk merancang menu bagi wanita hamil:

- (1) Konsumsi makanan sebaiknya dua kali lipat dari biasanya, bukan hanya dalam hal porsi tetapi lebih pada kualitas nutrisi yang ada dalam makanan yang diikutsertakan.
- (2) Makanan dapat diberikan 4 sampai 6 kali, disesuaikan dengan kemampuan ibu. Jangan dipaksa untuk menghabiskan makanan yang ada jika merasakan mual, pusing, atau ingin muntah.
- (3) Batasi makanan yang tinggi lemak serta darimana asalnya seperti cabai, atau makanan yang menghasilkan gas seperti nangka, nanas, durian, dan yang mengandung alkohol seperti tape.
- (4) Usahakan untuk mendapatkan makanan dalam komposisi yang seimbang seperti 2 piring nasi 259 gram, 90 gram daging atau ikan, sebutir telur, 60 gram

kacang-kacangan, 3 porsi sayuran 100 gram, 2 porsi buah-buahan 100 gram, 1 gelas susu atau yogurt atau seiris keju sebagai alternatif, dan 1 sendok makan minyak atau lemak.

(5) Pastikan untuk mengonsumsi makanan secara seimbang dalam komposisi yang baik.

(6) Beri minum setengah jam setelah makan, dengan banyak mengonsumsi air putih, jus buah seperti air jeruk, air tomat, jus wortel, dan air rebusan kacang hijau sebagai pengganti cairan yang hilang, karena ibu hamil biasanya lebih banyak berkeringat dan sering buang air kecil akibat tekanan pada kandung kemih dari janin. Hindari minuman berkafein seperti kopi, cokelat, dan minuman ringan yang dapat memicu hipertensi.

(7) Hindari makanan olahan pabrik yang mengandung pengawet dan pewarna yang berpotensi membahayakan kesehatan serta pertumbuhan janin, yang sering kali berkaitan dengan cacat lahir dan kelainan pada bayi. Perhatikan label pada kemasan seperti amaranth, potassiumnitrit, sodium nitrit, sodium nitrat, formalin, boraks, sianida, rodhamin B, dan sejenisnya.

(8) Jangan konsumsi makanan tinggi kalori yang kaya gula dan lemak tetapi rendah nutrisi, makanan cepat saji, cemilan, atau cokelat, karena bisa menyebabkan mual dan muntah.

(9) Hindari seafood dan daging yang tidak diolah dengan baik karena berisiko terkontaminasi kuman serta bakteri berbahaya. Pastikan makanan dimasak hingga matang dan cuci bersih semua makanan, terutama buah dan sayuran, sebelum dimakan.

c) Perencanaan Persalinan dan Pencegahan Komplikasi

Wanita hamil yang rutin mengikuti kelas antenatal akan merasa percaya diri bahwa persalinan mendatang perlu dipersiapkan. Hal ini akan membantu ibu untuk lebih siap secara fisik dan mental dalam menghadapi persalinan, sehingga meningkatkan kesiapan mereka. Pengetahuan yang diperoleh dari kelas antenatal akan membantu ibu dalam merencanakan persalinan sesuai dengan program perencanaan dan pencegahan komplikasi (P4K). Persiapan yang baik akan mendukung ibu agar lebih tenang dan rileks saat menjelang persalinan. Kondisi ini menjadi faktor penting untuk menghadapi persalinan yang aman dan terencana, serta mengurangi risiko terjadinya situasi darurat saat melahirkan, sesuai dengan tujuan persiapan persalinan menurut Program Perencanaan Persalinan dan Pencegahan Komplikasi (P4K) (Agustini, 2020).

Ibu hamil diharapkan memiliki rencana persalinan yang terperinci, termasuk mengenali tanda-tanda bahaya dan gejala persalinan, serta mengatur semua kebutuhan yang diperlukan selama proses melahirkan. Untuk mendukung kesiapan fisik para ibu hamil, pemerintah meluncurkan Program Perencanaan Persalinan dan Pencegahan Komplikasi (P4K). Program ini bertujuan untuk meningkatkan partisipasi aktif suami, keluarga, dan masyarakat dalam merencanakan persalinan yang aman serta persiapan untuk menghadapi kemungkinan komplikasi, termasuk rencana penggunaan kontrasepsi pasca persalinan untuk meningkatkan akses dan kualitas pelayanan kesehatan bagi ibu hamil dan bayi yang baru lahir.

2) Kesiapan Psikologi

Kesiapan mental ibu hamil untuk menghadapi persalinan merupakan faktor kunci yang memengaruhi kelancaran proses kelahiran serta kesejahteraan ibu dan

bayi. Kesiapan psikologis ibu hamil dipengaruhi oleh beberapa hal, yaitu:

a) Informasi yang diperoleh oleh ibu hamil

Akses terhadap informasi yang cukup memengaruhi kesiapan mental. Ibu hamil yang mendapatkan informasi yang baik cenderung lebih siap secara emosional dalam menghadapi persalinan. Sebaliknya, kurangnya informasi dapat meningkatkan rasa takut dan ketidakpastian. Keterbatasan informasi yang diperoleh oleh ibu hamil tentang kesiapan mental membuat mereka butuh perhatian dan bimbingan mengenai dampak dari ketidaksiapan psikologi saat menghadapi proses melahirkan. Ibu sering menerima informasi dari tenaga kesehatan atau anggota keluarga terdekat. Penelitian oleh Ramadhani dan Amran, 2024 menunjukkan bahwa sebagian responden tidak mendapatkan informasi khusus terkait kesiapan psikologis. Ibu yang tidak memperoleh informasi dan mengalami ketidaksiapan mental disebabkan oleh ketidaktahuan mengenai tanda atau gejala gangguan psikologis. Padahal, informasi tersebut penting agar ibu di trimester ketiga lebih siap menjelang persalinan. Di sisi lain, ibu yang tidak pernah memperoleh informasi namun siap secara psikologis karena mendapatkan dorongan dan dukungan dari suami atau keluarga, membuat mereka lebih tenang saat melahirkan.

b) Dukungan suami atau keluarga terdekat

Dukungan yang datang dari keluarga, terutama suami, berperan signifikan dalam kesiapan mental ibu hamil. Penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil yang mendapatkan dukungan dari keluarga mengalami penurunan tingkat stres menjelang persalinan. Sebaliknya, kurangnya dukungan dapat meningkatkan risiko stres dan kecemasan. Dukungan suami mencerminkan perhatian dan kasih sayang. Dukungan tersebut dapat bersifat fisik maupun psikologis. Suami memiliki

pengaruh besar terhadap kesehatan ibu. Dukungan dari suami yang positif dapat memberi motivasi kepada ibu untuk memeriksakan kehamilannya (Sari, 2014 dalam Yanti dan Wirastri, 2022).

Persiapan mental sangat penting untuk mencegah rasa panik, ketakutan dan untuk menciptakan kondisi yang tenang serta nyaman, sehingga proses melahirkan dapat berlangsung dengan baik. Dukungan dari keluarga dan orang-orang terdekat sangat diperlukan oleh ibu yang akan melahirkan, karena bisa menjadi sumber kekuatan yang membuatnya lebih siap menghadapi kelahiran. Ketakutan yang dirasakan bisa berkurang berkat dukungan kuat dari keluarga atau orang-orang dekat melalui kasih sayang dan dorongan bahwa persalinan akan berjalan dengan lancar (Fitriani dkk., 2022).

Istri yang didampingi anggota keluarga, khususnya suami, cenderung mengalami lebih sedikit komplikasi, dan juga memiliki kebutuhan yang lebih rendah akan obat penghilang rasa sakit serta terapi medis. Dukungan dari keluarga yang diterima oleh ibu hamil memiliki dampak positif dalam mengurangi kecemasan. Ketika ibu hamil merasa mendapatkan dukungan dari orang-orang di sekitarnya, keyakinannya akan meningkat sehingga rasa cemasnya bisa menurun. Sebaliknya, kurangnya dukungan dari keluarga dapat menyebabkan kecemasan yang lebih besar bagi ibu hamil menjelang waktu bersalin (Suryani dan Hamdayani, 2021).

Dukungan dari keluarga sangat penting bagi ibu hamil yang dalam proses persalinan untuk menurunkan tingkat kecemasannya. Keberadaan dukungan ini menciptakan rasa bahwa ibu tidak sendirian dalam menghadapi persalinan, melainkan ada keluarga yang selalu siap memberikan bantuan, sehingga dia bisa

merasa lebih tenang saat proses tersebut berlangsung (Astria dan Tesa, 2024).

c) Pengalaman persalinan sebelumnya

Pengalaman melahirkan sebelumnya juga memiliki pengaruh terhadap kesiapan psikologis ibu hamil. Ibu yang sudah pernah melahirkan umumnya lebih siap secara mental menghadapi kelahiran selanjutnya dibandingkan dengan ibu yang baru pertama kali. Penelitian oleh Irianti Indah dan Herlina Nina, 2021 menunjukkan bahwa kecemasan yang dirasakan ibu multigravida sering kali berkaitan dengan bayangan rasa sakit yang pernah dialaminya saat melahirkan. Terlebih lagi, bagi ibu yang memiliki pengalaman kehamilan berkategori risiko tinggi, tingkat kecemasannya tentunya akan lebih tinggi. Risiko ini ada baik selama masa kehamilan maupun saat proses melahirkan. Pengalaman traumatis terbukti berpengaruh pada kecemasan yang dialami ibu hamil saat menghadapi persalinan. Oleh karena itu, proporsi kecemasan lebih besar pada ibu hamil yang memiliki pengalaman traumatis dari kehamilan yang sebelumnya (Murdayah, 2021).

Menurut penelitian oleh Ramadhani dan Amran, 2024, sebagian besar responden telah memiliki pengalaman melahirkan. Ibu yang memiliki pengalaman sebelumnya akan lebih siap secara psikologis saat menghadapi persalinan karena telah mengetahui dan merasakan proses tersebut. Namun, jika ibu yang berpengalaman merasa tidak siap secara mental karena pernah mengalami masalah, maka pada kehamilan selanjutnya, ia cenderung merasa takut atau cemas akan menghadapi masalah yang serupa lagi, bahkan mungkin takut dan tidak ingin hamil lagi.

d) Edukasi Antenatal

Persiapan mental bagi ibu yang sedang hamil dalam menghadapi proses

melahirkan menjadi hal yang esensial untuk menurunkan potensi masalah emosional seperti kecemasan serta depresi setelah melahirkan. Kegagalan dalam mempersiapkan aspek psikologis ini dapat memberi dampak buruk pada kesejahteraan baik ibu maupun bayi. Penyampaian materi edukasi antenatal yang menyeluruh dapat membantu meningkatkan kesiapan mental ibu hamil. Materi ini mencakup informasi tentang proses kelahiran, teknik untuk relaksasi, serta cara mengelola rasa sakit, yang semuanya berperan dalam meningkatkan rasa percaya diri dan kesiapan ibu hamil. Materi edukasi antenatal yang berkaitan dengan teknik relaksasi, pernapasan, serta manajemen nyeri juga dapat membantu meredakan rasa cemas yang disebabkan oleh ketakutan saat menghadapi persalinan. Ketika edukasi ini disampaikan secara menyeluruh, itu berfungsi untuk mempersiapkan ibu hamil menghadapi beragam situasi, sehingga membuat mereka lebih siap serta lebih tenang secara mental dan emosional (Sujawaty dkk., 2024).

Keyakinan dalam menghadapi proses persalinan merupakan elemen penting dari kesiapan psikologis bagi ibu hamil. Edukasi antenatal memberikan informasi yang tidak hanya memperdalam pemahaman ibu terhadap proses melahirkan, tetapi juga memberikan kepercayaan diri bahwa mereka mampu menghadapi tantangan ini. Dengan menerima wawasan mendetail mengenai berbagai opsi medis dan intervensi yang mungkin terjadi selama proses melahirkan, ibu hamil merasa lebih berdaya dan memiliki kontrol atas situasi yang akan dihadapi (Lavender, dkk. 2016 dalam Sujawaty dkk. 2024).

Beragam teknik untuk relaksasi dan manajemen nyeri dapat dipraktikkan oleh ibu. Pengurangan rasa nyeri sangat penting untuk dipahami oleh ibu hamil, karena mempengaruhi dalam proses persalinan itu sendiri, yang berguna untuk

mempercepat penurunan kepala janin dan ibu tidak mengalami kelelahan, Adapun teknik yang dapat ibu lakukan yaitu:

(1) Teknik rebozo

Teknik rebozo menggunakan kain selendang atau jarik pada panggul dengan gerakan terkontrol, berfungsi untuk menggerakkan panggul atau mengayunkan dari kanan ke kiri. Mekanisme fisiologis pada teknik ini adalah menstimulasi kebahagiaan hingga dapat menutup transport simpuls nyeri yang berasal dari hantaran ke otak. Salah satu teknik rebozo yaitu metode shaking the apple tree dipraktikkan dengan ayunan terkontrol dari dan ke sisi lain untuk relaksasi otot daerah panggul dan bokong. Implementasi jarik akan memberi persepsi tekanan pijat pada perut dan punggung. Kemunculan sensasi rasa nyaman dari mengayunkan selendang atau jarik di area panggul, sehingga timbul rasa rileks. Tindakan tersebut dilakukan saat kontraksi selama 5 sampai 10 menit dan dilakukan oleh bidan atau pendamping persalinan (Agustina. dkk., 2024).

(2) Mekanisme koping

Mekanisme koping dalam menghadapi nyeri persalinan merupakan upaya ibu mengatasi diri selama proses persalinan yang meliputi upaya-upaya yaitu konsentrasi dengan menerima perubahan rasa nyaman yang terjadi akibat kontraksi, relaksasi, berdoa, mengatur sikap dengan jalan-jalan, istirahat mengatur posisi, mengatur aktifitas seperti pernafasan, minum, makan, relaksasi otot-otot ekstremitas dan tidak mengejan sebelum waktunya. Mekanisme koping yang efektif menghasilkan adaptasi menetap sehingga membentuk kebiasaan baru dan perbaikan dari situasi yang lama, sedangkan koping yang tidak efektif berakhir dengan maladaptive yaitu perilaku yang menyimpang dari keinginan normal dan

dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain atau lingkungan. Setiap individu dalam melakukan koping tidak sendiri dan tidak hanya menggunakan satu strategi tetapi dapat melakukannya bervariasi, hal ini tergantung dari kemampuan dan kondisi individu (Sri Satriani dkk., 2022). Upaya untuk meningkatkan mekanismes koping ibu bersalin melalui peningkatan pemahaman tentang persalinan melalui pemberian pendidikan kesehatan, meningkatkan kesiapan ibu hamil menghadapi persalinan melalui program kelas ibu hamil. Persiapan melahirkan melalui membaca, berdiskusi dengan orang lain, atau menghadiri kelas persiapan melahirkan sering berefek positif bagi ibu.

(3) Teknik pernapasan serta bola bersalin bermanfaat untuk membantu meringankan rasa sakit saat hamil dan melahirkan. Dapat dikatakan bahwa teknik ini dapat mempercepat proses kelahiran dan memperlebar panggul. Penggunaan bola bersalin diyakini sebagai metode non-invasif untuk menurunkan tingkat nyeri (Rufaindah, 2024). Rasa sakit yang timbul saat melahirkan bisa dikelola melalui metode farmakologis maupun non-farmakologis. Perawatan medis biasanya melibatkan penggunaan obat-obatan pereda nyeri dan anestesi yang dapat memiliki dampak tertentu bagi ibu dan bayi. Sementara itu, cara non-obat untuk meredakan nyeri saat melahirkan mencakup teknik pernapasan dalam, pijat, pemanfaatan bola bersalin, dan aromaterapi (Noviani dan Rosita, 2024).

Pelatihan bola melahirkan adalah teknik sederhana yang menggunakan bola sebagai alat, dilaksanakan selama kehamilan, proses melahirkan, dan masa nifas, dengan tujuan untuk mengurangi rasa sakit serta berupaya meningkatkan aspek sensorik dan psikologis. Penggunaan bola melahirkan saat proses persalinan terbukti mengurangi rasa sakit yang dirasakan. Dengan merangsang refleks postural

dan menjaga otot serta posisi tulang belakang yang tepat, para ibu dilaporkan merasa lebih santai dan nyaman, di mana 95% dari mereka yang di survei mengindikasikan bahwa beraktivitas dengan bola melahirkan dapat meningkatkan tingkat kenyamanan saat persalinan. Penelitian lain menunjukkan bahwa durasi fase aktif persalinan, yakni pembukaan leher rahim, berkurang 30%, dan resistensi pada tahap kedua melahirkan secara signifikan lebih rendah dalam grup yang mendapatkan pelatihan (Sriwenda dan Yulinda, 2017 dalam Noviani dan Rosita, 2024).

Sebuah studi oleh Apsari dan rekan-rekannya pada tahun 2022 menunjukkan bahwa kesiapan fisik berkontribusi pada kemampuan ibu hamil untuk mengikuti ritme selama proses persalinan. Seorang ibu hamil dianggap baik secara fisik jika staminanya terjaga, tidak mudah merasa lelah atau lemas. Ada peningkatan pada fleksibilitas dan daya tahan fisik, kualitas tidur yang lebih baik, serta penurunan keluhan nyeri pinggang dan kesulitan bernapas.

Peran bola melahirkan saat persalinan sangatlah penting dan dapat digunakan dalam berbagai posisi. Duduk tegak di atas bola dan bergoyang seperti jungkat-jungkit atau melakukan rotasi panggul dapat membantu pergerakan janin ke posisi yang tepat. Bola ini mendukung perineum dengan menekan sedikit, sehingga mengurangi stres, dan membantu menjaga posisi janin tetap sejajar di area panggul. Posisi duduk di atas bola mirip dengan posisi menekan ke bawah atau jongkok, yang membantu memperlebar daerah panggul untuk mempercepat proses melahirkan. Latihan lembut di atas bola dapat secara signifikan mengurangi rasa sakit akibat kontraksi. Dengan bola yang diletakkan di atas ranjang, ibu dapat berdiri dan bersandar pada bola, lalu menggerakkan serta menggoyangkan panggul

untuk mengurangi ketegangan (Purwati, 2020).

3) Kesiapan Finansial

Salah satu aspek penting dalam persiapan persalinan adalah keadaan finansial. Hal ini terkait dengan biaya untuk persalinan, serta pengadaan pakaian dan perlengkapan untuk bayi, serta dana cadangan jika diperlukan tindakan rujukan (Fitriani dkk., 2022).

Persiapan keuangan bagi ibu yang bersalin merupakan hal yang sangat krusial dan harus dilakukan, di mana ini mencakup semua biaya persalinan serta kebutuhan keuangan selama masa kehamilan hingga waktu melahirkan. Kondisi ekonomi mempengaruhi kemampuan ibu menyediakan dana yang dibutuhkan karena proses melahirkan memerlukan pengeluaran yang tidak sedikit. Menurut Noviyanti dkk., 2023 berikut adalah beberapa jenis persiapan keuangan yang perlu dilakukan oleh ibu hamil:

a) Persiapan Dana

Menyiapkan dana untuk persalinan adalah langkah krusial dalam menjalani kehamilan dan proses melahirkan. Kesiapan finansial menjamin bahwa ibu dan pasangan memiliki cukup uang untuk menutupi biaya persalinan, perawatan kesehatan, serta perlengkapan lain yang diperlukan untuk bayi (Wia dkk., 2022).

Berikut adalah beberapa langkah yang dapat Anda ambil untuk mempersiapkan dana persalinan:

(1) Asuransi Kesehatan: Pastikan bahwa ibu yang hamil memiliki polis asuransi kesehatan yang mencakup biaya persalinan serta perawatan untuk ibu dan bayi. Teliti ketentuan dalam polis asuransi ibu hamil agar ibu memahami berapa banyak biaya yang ditanggung oleh asuransi serta jumlah yang harus dibayar sendiri.

(2) Perencanaan Anggaran: Buatlah anggaran yang rinci untuk semua biaya terkait persalinan. Ini termasuk biaya rumah sakit, perawatan prenatal dan pasca-persalinan, serta obat dan tes tambahan yang mungkin diperlukan. Juga, pikirkan biaya lain seperti pengasuh bayi, popok, makanan bayi, dan perlengkapan bayi tambahan.

(3) Tabungan: Mulailah menabung dari awal kehamilan. Ibu hamil bisa membuka rekening tabungan khusus untuk persalinan atau menambah dana tersebut ke rekening darurat yang sudah ada.

(4) Rencana Kesehatan dan Medis: Pastikan ibu hamil melakukan kunjungan prenatal secara rutin dan mengikuti seluruh rekomendasi dari dokter atau bidan untuk menjaga kesehatan ibu dan bayi. Ini dapat membantu mencegah masalah kesehatan serius yang dapat menyebabkan biaya tambahan.

(5) Penghematan dan Prioritasi Keuangan: Selama masa kehamilan, pertimbangkan untuk mengurangi pengeluaran yang tidak perlu serta memprioritaskan penghematan. Dengan cara ini, ibu hamil dan keluarga dapat mengumpulkan lebih banyak dana untuk persalinan.

(6) Rencana Darurat: Selalu siapkan rencana cadangan untuk menghadapi situasi tak terduga yang mungkin muncul selama persalinan ataupun setelahnya. Ini termasuk biaya medis tambahan atau kebutuhan mendesak lainnya. Ingatlah, biaya persalinan dapat bervariasi tergantung pada faktor-faktor seperti lokasi, jenis persalinan (caesar atau normal), dan keadaan kesehatan ibu. Oleh karena itu, sangat penting untuk mempersiapkan rencana dengan matang serta mengantisipasi kemungkinan biaya tambahan.

b) Persiapan transportasi

Persiapan transportasi menuju persalinan sangat penting dalam perencanaan kehamilan. Berikut adalah beberapa aspek yang sebaiknya dipertimbangkan oleh ibu hamil dan keluarga terkait dengan transportasi:

(1) Rencana Transportasi Darurat: Siapkan rencana cadangan untuk keadaan darurat jika persalinan tiba-tiba terjadi. Pastikan seluruh anggota keluarga mengetahui nomor telepon darurat untuk memanggil ambulans jika ibu hamil memerlukannya. Simpan nomor tersebut di tempat yang mudah diakses.

(2) Siapkan Pengemudi: Pastikan ada seseorang yang siap untuk mengemudikan ke rumah sakit atau tempat persalinan. Ini bisa berupa suami, anggota keluarga, atau teman dekat. Berkomunikasilah dengan mereka sejak awal dan pastikan mereka siap kapan pun ibu hamil membutuhkannya.

(3) Lokasi dan Rute: Ketahui lokasi rumah sakit atau tempat persalinan ibu hamil. Pelajari rute tercepat dan teraman untuk sampai ke tempat persalinan. Jika memungkinkan, lakukan beberapa perjalanan percobaan ke rumah sakit sebelum hari persalinan.

(4) Kendaraan: Pastikan kendaraan yang digunakan untuk perjalanan ke rumah sakit dalam kondisi baik dan siap pakai. Periksa tingkat bahan bakar dan pastikan bahwa ban, rem, serta lampu kendaraan berfungsi dengan baik.

c) Perlengkapan ibu dan bayi

Perlengkapan untuk ibu dan bayi harus disiapkan sebelum ibu mulai merasakan gejala persalinan. Persiapan perlengkapan bayi ini sangat membantu ibu hamil dan keluarga agar proses persalinan berjalan lancar, sehingga suami dapat fokus mendampingi ibu saat bersalin. Perlengkapan yang perlu disiapkan oleh ibu meliputi:

- (1) Pakaian Nyaman: Siapkan pakaian yang gampang dipakai dan diganti saat persalinan. Umumnya, piyama atau gaun longgar merupakan pilihan yang tepat.
- (2) Perlengkapan Mandi: Bawa perlengkapan mandi seperti sabun, sampo, dan sikat gigi yang biasa digunakan oleh ibu dan suami.
- (3) Handuk dan Washcloth: Siapkan handuk dan washcloth pribadi untuk digunakan setelah melahirkan.
- (4) Pakaian Ganti: Persiapkan pakaian yang nyaman untuk digunakan sesudah persalinan, termasuk sandal dan pakaian dalam yang nyaman.
- (5) Peralatan Kesehatan: Bawa perlengkapan pribadi seperti pembalut.
- (6) Dokumen Penting: Siapkan dokumen identitas, kartu asuransi kesehatan, dan nomor kontak darurat (Wia dkk., 2022).

Perlengkapan yang harus disiapkan untuk bayi mencakup:

- (1) Pakaian Bayi: Siapkan pakaian yang nyaman dan sesuai dengan cuaca untuk bayi. Ini bisa berupa bodysuit, piyama, dan kaus kaki.
- (2) Selimut Bayi: Bawa selimut yang lembut dan hangat untuk membungkus bayi.
- (3) Topi Bayi: Karena bayi sering kehilangan panas melalui kepala, bawa topi untuk menjaga kepala mereka tetap hangat.
- (4) Popok: Persiapkan popok dalam jumlah yang cukup untuk beberapa hari awal.
- (5) Perlengkapan Mandi Bayi: Ini mencakup sabun mandi bayi, shampo bayi, handuk bayi, spons mandi yang lembut, alkohol, kapas, dan krim pelindung kulit bayi.

B. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Persalinan

Faktor-faktor yang berdampak pada kesiapan untuk melahirkan mencakup usia, pendidikan, kondisi ekonomi, dukungan dari suami, keluarga, teman, serta dukungan tenaga kesehatan (Johnson, 2014 dalam Sari, 2024). Terdapat beberapa faktor yang terkait dengan persiapan persalinan, antara lain:

1. Usia

Usia merujuk pada lamanya individu hidup sejak kelahiran hingga hari ulang tahun. Dengan bertambahnya usia, kedewasaan dan kekuatan seseorang dalam berpikir dan bertindak juga meningkat, mendorong mereka untuk melakukan pemeriksaan kehamilan. Usia ibu berperan sebagai indikator kematangan dalam pengambilan keputusan berdasarkan pengalaman yang dimiliki. Usia yang cukup untuk masuk atau memulai pernikahan dan kehamilan membantu seseorang dalam menghadapi tantangan, termasuk dalam mengatasi pengalaman kehamilan serta perubahan yang menyertainya. Sebaliknya, individu yang berusia di bawah 16 tahun cenderung memiliki kematangan mental dan perilaku yang lebih rendah, yang dapat menghambat persiapan ibu dalam menghadapi berbagai perubahan selama kehamilan.

Ibu yang hamil pada usia terlalu muda menghadapi risiko tinggi terhadap komplikasi selama kehamilan (Manuaba, 2016). Kategori risiko yang berkaitan dengan usia ibu hamil adalah sebagai berikut:

- a. 1 = ≤ 15 tahun (Risiko sangat tinggi, organ reproduksi belum berkembang dengan baik)
- b. 2 = 16–17 tahun (Risiko tinggi, belum ideal untuk menjalani kehamilan)
- c. 3 = 18–19 tahun (Risiko sedang, mendekati usia reproduksi yang sehat)

Berdasarkan penelitian oleh Ridayanti dkk., 2023, wanita yang berusia di atas 20 tahun menunjukkan tingkat kecemasan yang signifikan ketika menghadapi proses melahirkan. Usia ibu hamil yang lebih dari 20 tahun berdampak pada persiapan mereka terkait kehamilan, persalinan, dan masa nifas. Kehamilan pada usia di bawah 20 tahun dapat menyebabkan berbagai masalah, mengingat kondisi fisik belum sepenuhnya siap. Rentang usia yang dianggap paling aman untuk mengalaminya adalah antara 20 hingga 35 tahun. Pada periode ini, fisik wanita berada dalam kondisi optimal, sedangkan setelah melewati usia 35 tahun, banyak wanita dianggap berada dalam kategori kehamilan berisiko tinggi terhadap kemungkinan cacat bawaan dan komplikasi saat melahirkan.

2. Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang mempengaruhi kemudahan dalam memahami informasi terkait persiapan menghadapi proses persalinan. Dalam konteks keluarga, pendidikan menjadi penting agar individu dapat lebih peka terhadap gejala persalinan yang mungkin berisiko atau jika terjadi insiden selama proses melahirkan, memungkinkan mereka untuk mengambil keputusan dengan cepat.

Jenjang pendidikan menurut Undang-undang No. 20 Tahun 2003, menggambarkan tahapan pendidikan berdasarkan perkembangan peserta didik, tujuan yang ingin dicapai, dan kemampuan yang dikembangkan. Jenjang pendidikan meliputi:

- a. Pendidikan dasar, yaitu tahap pendidikan awal pada tahun pertama di sekolah anak-anak yang menjadi fondasi bagi pendidikan menengah.
- b. Pendidikan menengah atas, yaitu tahap lanjut pendidikan setelah pendidikan

menengah.

- c. Pendidikan tinggi, yaitu tingkat pendidikan selepas pendidikan menengah atas yang mencakup program sarjana, pascasarjana, doktor, dan spesialis yang diadakan oleh institusi pendidikan.

Tingkat pendidikan ibu hamil berperan penting dalam kesiapan mereka dalam menghadapi persalinan. Menurut Manuaba (2016), kategori tingkat pendidikan adalah sebagai berikut:

- a. 1 = Tidak pernah bersekolah (kurangnya informasi kesehatan, risiko tinggi)
- b. 2 = SD atau setara (pengetahuan tentang kehamilan sangat terbatas)
- c. 3 = SMP atau setara (memahami dasar-dasar kesehatan kehamilan)
- d. 4 = SMA atau setara (lebih siap menghadapi kehamilan dan persalinan)
- e. 5 = Pendidikan tinggi (D3/S1/S2/S3) (memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai kesehatan ibu dan anak).

Penelitian oleh Karmilasari dkk., 2022 menekankan bahwa pendidikan sangat penting dan berdampak signifikan terhadap cara pikir seseorang. Tingkat pendidikan seorang ibu berperan penting dalam melakukan kunjungan ANC dan persiapan menghadapi persalinan, namun bukan berarti ibu yang memiliki pendidikan rendah tidak melakukan pemeriksaan ANC sesuai standar minimal empat kali selama masa kehamilan. Jika pendidikan rendah, ini dapat menghambat kemampuan mereka dalam menerima informasi dan pengetahuan terbaru.

3. Pekerjaan

Ibu yang bekerja mendapatkan informasi dan pengalaman tentang kehamilan dari orang lain, karena lebih sering bertemu dengan orang lain, ibu yang bekerja dapat mendapatkan informasi dan pengalaman tentang kehamilan dari

pekerjaan mereka. Pekerjaan ibu hamil terlalu dini berdampak pada kesiapan mental, keuangan, dan akses ke perawatan kesehatan. Menurut Manuaba (2016), pekerjaan yang dilakukan oleh ibu hamil termasuk dalam kategori berikut:

- a. 1= tidak bekerja (bergantung pada keluarga dan rentan stres)
- b. 2= pelajar/mahasiswa (masih belajar dan memiliki risiko psikososial tinggi)
- c. 3= Buruh/karyawan (bergantung pada keluarga dan mungkin tidak memiliki akses ke layanan kesehatan)
- d. 4= pegawai negeri/swasta (stabil secara ekonomi dan memiliki akses kesehatan yang lebih baik)
- e. 5= wiraswasta (lebih mandiri secara ekonomi tetapi berisiko kurang waktu untuk pemeriksaan kehamilan)

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Febrianingrum dkk., 2024, ditemukan bahwa karakteristik pekerjaan responden terbanyak adalah IRT, dengan 36 responden. Ini menunjukkan bahwa pekerjaan responden dapat memengaruhi seberapa siap ibu hamil untuk melahirkan anak. Pekerjaan ibu hamil modern dapat membantu penyerapan informasi oleh masyarakat yang lebih besar melalui media massa (cetak, elektronik, dan online), yang tersedia bahkan jika responden hanya bekerja di rumah.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Apsari dkk., 2022, bekerja dapat membantu ibu hamil menghilangkan kecemasan mereka karena pekerjaan memerlukan banyak waktu, memberi mereka waktu untuk fokus pada pekerjaan mereka. Ibu hamil yang bekerja memiliki banyak peluang untuk berinteraksi dengan orang lain sehingga mereka dapat memperluas pengetahuan dan wawasan mereka. Bekerja dapat membantu keluarga membayar biaya kehamilan.

4. Pendapatan (Ekonomi)

Pendapatan dapat mempengaruhi kesiapan keluarga untuk menyediakan semua kebutuhan selama kehamilan dan persiapan persalinan. Salah satu faktor yang paling menentukan jumlah dan kualitas persiapan selama kehamilan, seperti menyiapkan biaya persalinan, membeli barang-barang yang dibutuhkan menjelang persalinan, dan memastikan asupan gizi yang baik selama kehamilan. Studi oleh Hesti dkk., 2022. menunjukkan hubungan yang signifikan antara pendapatan dan kesiapan persalinan. Dengan pendapatan yang cukup, ada kemungkinan besar untuk membangun fasilitas yang lebih baik untuk menyediakan semua yang diperlukan untuk persalinan. Ibu dengan pendapatan rendah tidak perlu tahu banyak tentang persiapan persalinan, berbeda dengan ibu dengan pendapatan tinggi. Oleh sebab itu pendapatan yang cukup diharapkan dimiliki oleh setiap keluarga, selain untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari juga untuk persiapan untuk masa mendatang khususnya persiapan persalinan, Karena pendapatan seseorang sangat mempengaruhi persiapan persalinan dalam sebuah keluarga.

5. Dukungan Suami

Suami menunjukkan kasih sayang dan perhatian. Dukungan fisik dan mental dapat diberikan. Suami menentukan kesehatan ibu. Dukungan suami yang baik dapat mendorong ibu untuk melakukan pemeriksaan kehamilan (Sari, 2014 dalam Yanti dan Wirastri, 2022). Untuk kehamilan istri, suami harus selalu mendukung dan menemaninya karena istri terkadang menghadapi situasi ketakutan dan sendirian. Selain itu, suami yang membantu istri hamil dapat membantunya merasa lebih percaya diri dan mengurangi kecemasan.

Hal ini sesuai dengan gagasan suami siaga, yang berarti bahwa suami harus

waspada untuk mengetahui tanda-tanda bahaya kehamilan dan siap mendampingi istrinya ke fasilitas kesehatan untuk menjalani pemeriksaan kehamilan. Suami juga harus selalu mendampingi istrinya untuk mengetahui kondisi kehamilannya (Harumawati, 2012 dalam Yanti dan Wirastri, 2022).

a. Jenis Dukungan:

1) Dukungan emosional dari suami sebagai tempat yang aman dan tenang untuk bersandar dan menenangkan diri. Setiap istri pasti membutuhkan dukungan dari pasangannya. Jika ada suami yang mau mendengarkan dan memperhatikan masalah istri, mereka akan merasa terbantu.

2) Dukungan penilaian suami membantu mengatasi masalah. Menurut Yanti dan Wirastri (2022), dukungan dan perhatian suami merupakan bentuk penghargaan positif yang diberikan kepada istri.

3) Dukungan instrumental suami membantu dengan pengawasan dan kebutuhan individu.

4) Dukungan informasional suami memberikan informasi dan menyebarkan.

6. Budaya

Persalinan adalah suatu kejadian alami yang berlangsung setelah masa kehamilan selesai dan meskipun wanita memiliki pemikiran positif mengenai proses ini, tetap ada rasa cemas akibat berbagai ketidaknyamanan yang dialami. Sampai saat ini, tidak ada wanita yang memilih untuk berhenti hamil dan melahirkan. Hal ini dipengaruhi oleh aspek budaya, serta keyakinan dan nilai-nilai yang dimiliki seorang perempuan mengenai takdir untuk beranak. Pengertian budaya terkait proses persalinan adalah bagian dari tradisi di Indonesia, di mana bantuan untuk melahirkan biasanya diberikan oleh tenaga nonmedis seperti dukun

beranak, bidan desa, atau dukun paraji.

Masalah terkait keselamatan saat melahirkan masih dipengaruhi oleh aspek sosial budaya masyarakat serta tenaga kesehatan yang terlatih. Komunitas mempunyai pemahaman dan nilai-nilai khas mengenai kehamilan, persalinan, penyedia jasa melahirkan, dan makna anak dalam sebuah keluarga. Hal ini kontras dengan sudut pandang penyelenggara program KIA yang menekankan bahwa proses melahirkan perlu direncanakan dari awal dengan melakukan pemeriksaan dan bersalin di fasilitas kesehatan, yang dibantu oleh tenaga medis. Penelitian yang telah dilakukan oleh Lestari dan Agustina, 2018 menunjukkan bahwa masyarakat dengan latar belakang etnis dan budaya yang beragam memiliki pengetahuan masing-masing terkait persalinan. Begitu juga, pandangan mengenai keahlian tenaga kesehatan sangat memengaruhi keputusan mengenai tempat bersalin bagi ibu. Berikut adalah aspek budaya terkait Persalinan di Indonesia dan pemahaman tentang Persalinan Aman:

- a. Melahirkan merupakan pengalaman yang umum dan alami bagi setiap wanita.

Dari sudut pandang ini, tampak bahwa tidak ada rasa cemas terkait kemungkinan komplikasi selama kehamilan atau persalinan itu sendiri. Dukungan dari kerabat dan kepatuhan terhadap norma-norma budaya yang ada turut memberikan perasaan aman dan nyaman bagi ibu yang melahirkan. Tujuan melahirkan adalah untuk melanjutkan generasi dari komunitas suku. Proses dan ritual persalinan dalam tradisi suatu masyarakat mencerminkan keberlanjutan suku atau kelompok etnis tertentu. Ini adalah ritual dan tradisi budaya sebagai cara menyambut generasi baru dalam konteks kesukuan. Keberlangsungan suatu etnis

serta semua pengetahuan budaya tergantung pada penerusnya. Oleh karena itu, kehamilan dan persalinan bagi wanita merupakan pengesahan dari konstruksi budaya mengenai siklus kehidupan wanita yang bertransisi menjadi seorang ibu.

b. Penolong Persalinan.

Sebagian besar penelitian menunjukkan bahwa banyak orang mempercayakan proses persalinan kepada dukun bayi, yang memiliki peran signifikan dalam komunitas adat, dikenal sebagai sosok terpercaya dan dihormati, serta memiliki hubungan yang erat dengan anggota masyarakat. Pengaruh dukun dalam budaya sosial masih sangat kuat karena berbagai faktor. Posisi dukun bayi dalam tradisi masih relevan. Peran budaya yang melekat pada dukun bayi menjadikannya sosok yang masih diakui dan diperlukan oleh masyarakat. Kehadiran dukun bayi tidak dapat tergantikan oleh tenaga kesehatan muda yang tidak memiliki posisi dalam struktur sosial budaya masyarakat setempat. Dukun bayi masih menjadi pilihan masyarakat, baik yang tinggal di area dengan akses mudah maupun yang sebaliknya. Alasan ibu atau keluarga memilih dukun, bahkan ketika akses tidak menjadi masalah, adalah karena yang pertama, dukun biasanya adalah kerabat. Kedua, dukun memiliki status sosial budaya yang tinggi di masyarakat. Ketiga, dukun mampu memberikan layanan yang lebih menenangkan, dan terakhir, dukun dapat melakukan pijatan untuk kehamilan dan bayi.

c. Larangan/ Tabu

Tabu diartikan sebagai keharusan untuk menghindari perilaku atau tindakan tertentu, yang didasarkan pada keyakinan bahwa tindakan tersebut dianggap terlalu sakral atau terlalu berisiko bagi masyarakat umum. Penelitian yang dilakukan oleh Lestari dan Agustina, 2018 menunjukkan bahwa banyak praktik budaya tabu dapat

menjadi faktor yang mengganggu kenyamanan persalinan ibu, sebab melibatkan bagian tubuh yang privat. Hal-hal yang dianggap tabu ini bisa mendorong wanita hamil untuk melahirkan secara mandiri. Jenis tabu ini terlihat di antara suku Baduy Dalam, Toraja, Kaili Da'a, Sabu, Muyu, dan Ngalum. Untuk beberapa etnis, darah yang keluar saat melahirkan dianggap sebagai kotoran, sehingga wanita yang bersalin ditempatkan di bangunan terpisah dari rumah. Hal ini diyakini dapat mencegah darah dari mencemari rumah utama atau tanah adat yang dipandang suci.

d. Nilai Banyak Anak Banyak Rejeki

Peran anak dalam sebuah komunitas dinilai berdasarkan fungsinya dalam memenuhi harapan orang tua. Harapan tersebut mencakup aspek psikologis (anak sebagai sumber kebahagiaan), aspek sosial (anak sebagai pencegah perceraian dan pengangkat status sosial keluarga), serta aspek ekonomi (anak dianggap sebagai investasi jangka panjang untuk kesejahteraan keluarga di masa mendatang). Nilai anak dalam berbagai budaya mendorong kehamilan di usia muda dan menolak kontrasepsi, karena terdapat keyakinan lebih banyak anak lebih banyak rezeki. Kehamilan dini dan jarak kelahiran yang dekat berpotensi membahayakan ibu. Bagi masyarakat Jawa Cirebon, Baduy Dalam, Madura, Toraja, dan Tobelo, memiliki banyak anak serta hamil dalam usia muda tanpa mengatur jarak kelahiran dianggap lebih penting daripada keselamatan ibu.

e. Peran Pandangan Keluarga dalam Pengambilan Keputusan Persalinan

Faktor sosial budaya memberikan pandangan bahwa ancaman fisik dan spiritual yang dihadapi ibu hamil berkaitan dengan pencarian layanan kesehatan yang dilakukan. Oleh karena itu, seorang ibu mungkin memilih untuk mengkombinasikan layanan kesehatan tradisional dengan terapi alternatif (seperti

pengobatan psikososial, spiritual, atau herbal). Meskipun fasilitas kesehatan yang ada cukup memadai untuk proses persalinan, pola pencarian layanan yang berkaitan dengan kebutuhan psikologis (kenyamanan) dapat membuat ibu enggan untuk melahirkan di fasilitas kesehatan. Fenomena ini sering terjadi pada ibu yang awalnya memeriksakan kehamilan mereka kepada dukun bayi, yang kemungkinan besar akan melahirkan di tempat yang sama. Salah satu contohnya yaitu pembelian perlengkapan ibu dan bayi setelah melahirkan, ini erat kaitan dengan peran social budaya dimasyarakat jika membeli perlengkapan ibu dan bayi setelah usia kandungan 7 bulan.

f. Lingkungan Fisik

Penelitian menunjukkan terdapat 15 lokasi yang tidak memiliki akses terhadap Fasilitas Pelayanan Kesehatan dan tenaga medis. Hanya 7 lokasi yang memiliki akses yang memadai menuju Fasyankes dan tenaga kesehatan. Secara umum, masyarakat cenderung tinggal di daerah yang terasing dari modernitas dan sering kali berada di lokasi yang sulit diakses. Hal ini berakibat pada kurangnya informasi kesehatan bagi masyarakat, di mana sulitnya akses dan jalur transportasi menyebabkan banyak tenaga kesehatan enggan bertugas di daerah yang terpencil.