

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Ibu hamil dengan infeksi Human Immunodeficiency Virus (HIV) merupakan kelompok yang sangat rentan mengalami kecemasan selama kehamilan, khususnya menjelang proses persalinan (Halil & Puspitasari, 2023). Kecemasan ini dipicu oleh berbagai faktor, mulai dari ketakutan terhadap kondisi kesehatan janin, kekhawatiran tentang kemungkinan penularan vertikal, kecemasan terhadap prosedur medis seperti operasi *Sectio Caesarea* (SC), hingga beban sosial akibat stigma dan diskriminasi (Sutriningsih et al., 2024). Kondisi ini tidak hanya mempengaruhi kesehatan psikologis ibu, tetapi juga berdampak pada keseimbangan fisiologis seperti peningkatan tekanan darah, denyut nadi, dan frekuensi napas. Akibatnya, proses pemulihan pascaoperasi dapat terganggu dan meningkatkan risiko komplikasi.

Fenomena kecemasan menjelang operasi tidak hanya terjadi pada pasien HIV. Secara global, berbagai studi menunjukkan bahwa 41–68% perempuan yang akan menjalani SC mengalami kecemasan preoperatif. Namun, pada ibu hamil dengan HIV, kecemasan ini cenderung lebih kompleks dan mendalam. Data dari UNAIDS tahun 2023 mencatat bahwa dari lebih dari 1,3 juta ibu hamil yang hidup dengan HIV setiap tahunnya, sekitar 24,6% mengalami kecemasan, dan hampir 18% di antaranya juga mengalami depresi. Tekanan emosional yang dialami kelompok ini sering kali lebih tinggi dibandingkan ibu hamil tanpa HIV (Alamsyah et al., 2025).

Di Indonesia, Kementerian Kesehatan melaporkan lebih dari 10.000 kasus HIV pada ibu hamil per tahun. Meskipun belum ada data nasional yang secara khusus menyoroti angka kecemasan di kalangan ini, studi lokal menunjukkan bahwa 60–70% ibu yang menjalani SC mengalami kecemasan sedang hingga berat. Hal ini memperlihatkan bahwa operasi SC saja sudah cukup menjadi stresor, apalagi bila disertai status HIV (Alexander, Arni, 2021). Di Provinsi Jawa Timur, kasus HIV pada ibu hamil cukup tinggi, dan rumah sakit rujukan seperti RS Bina Sehat di Jember menerima cukup banyak pasien HIV positif yang direncanakan menjalani SC. Namun, sayangnya, dukungan psikologis dalam pelayanan preoperatif masih sangat terbatas dan belum terintegrasi dalam standar asuhan.

Kecemasan yang dialami ibu hamil dengan HIV berkembang secara bertahap, sejak mereka pertama kali menerima diagnosis. Seiring berjalannya waktu, beban psikologis terus meningkat, terlebih saat memasuki trimester akhir dan mendapatkan keputusan untuk menjalani tindakan SC. Kondisi ini menuntut intervensi non-farmakologis yang tepat dan terukur. Salah satu pendekatan yang terbukti efektif dan mudah diterapkan adalah teknik relaksasi napas dalam. Teknik ini bekerja dengan menenangkan sistem saraf simpatis dan meningkatkan relaksasi melalui pernapasan terkontrol, sehingga memberikan efek menenangkan secara fisiologis dan emosional (Rahmawati & Barkah, 2023).

Berbagai penelitian mendukung efektivitas teknik ini. Studi oleh Mawardika et al. (2020) menunjukkan bahwa kombinasi relaksasi napas dalam dan dzikir mampu menurunkan kecemasan lebih dari 70% pada ibu hamil HIV positif.

Sementara Dianaurelia dan Hardayati (2024) membuktikan adanya penurunan skor kecemasan secara signifikan setelah pemberian teknik relaksasi napas selama tiga hari berturut-turut pada ibu hamil trimester akhir.

Melihat kompleksitas kecemasan yang dialami ibu hamil dengan HIV menjelang SC serta kurangnya dukungan psikologis di fasilitas pelayanan kesehatan, maka penerapan teknik relaksasi napas dalam perlu dikaji lebih lanjut. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi penerapan teknik tersebut sebagai upaya menurunkan tingkat ansietas pada ibu hamil pre operasi *Sectio Caesarea* dengan HIV di RS Bina Sehat.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah yang didapatkan sebagai berikut “Bagaimana Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam Sebagai Upaya Menurunkan Tingkat Ansietas Pada Ibu Hamil Pre Operasi *Sectio caesarea* dengan HIV di RS Bina Sehat

## **1.3 Tujuan**

Menjelaskan tentang Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam Sebagai Upaya Menurunkan Tingkat Ansietas Pada Ibu Hamil Pre Operasi *Sectio caesarea* dengan HIV di RS Bina Sehat

## **1.4 Manfaat**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Sebagai referensi pada penulisan Karya Tulis Ilmiah selanjutnya yang berhubungan dengan Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam Sebagai Upaya Menurunkan Tingkat Ansietas Pada Ibu Hamil Pre Operasi *Sectio caesarea* dengan HIV di RS Bina Sehat

#### 1.4.2 Manfaat Praktis

1) Bagi perawat

Memberikan wawasan dan keterampilan tambahan dalam menerapkan teknik relaksasi napas dalam sebagai intervensi non-farmakologis untuk menurunkan ansietas pada ibu hamil pre operasi *Sectio caesarea* dengan HIV

2) Bagi rumah sakit

Menjadi dasar pengembangan standar operasional prosedur (SOP) dalam penatalaksanaan ansietas preoperatif bagi ibu hamil dengan HIV

3) Bagi institusi Pendidikan

Menjadi referensi tambahan dalam kurikulum pendidikan keperawatan terkait intervensi non- farmakologis dalam manajemen ansietas.

4) Bagi pasien

Membantu menurunkan tingkat ansietas sebelum operasi sehingga pasien lebih tenang dan nyaman