

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan proses fisiologis yang membawa perubahan pada ibu dan lingkungannya. Kehamilan menyebabkan perubahan mendasar pada sistem tubuh wanita untuk mendukung perkembangan dan pertumbuhan janin di dalam rahim selama masa kehamilan. Kehamilan, persalinan, dan kelahiran merupakan proses fisiologis, tetapi komplikasi dapat muncul kapan saja dan dapat menimbulkan konsekuensi serius bagi ibu dan janin. Istilah kehamilan berisiko tinggi (*high-risk pregnancy*) digunakan ketika faktor fisiologis atau psikologis secara signifikan meningkatkan kemungkinan mortalitas dan morbiditas ibu dan janin (Wati et al., 2023).

Jumlah ibu hamil di Jawa Tengah adalah 434.071 jiwa berdasarkan data BPS per Maret 2024. Data ini mencakup jumlah ibu hamil yang melakukan kunjungan pertama (K1), kunjungan keempat (K4), serta mereka yang mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK) dan menerima tablet zat besi. Jumlah data ibu hamil di Kabupaten Grobogan pada tahun 2024 sejumlah 17.484 ibu hamil. Jumlah data ibu hamil di Kabupaten Grobogan pada bulan Januari sampai Oktober 2025 yaitu 12.608 ibu hamil, jumlah ibu hamil di Puskesmas Toroh pada tahun 2024 sejumlah 1.077 ibu hamil, yang mengalami emesis gravidarum sejumlah 840 ibu hamil.

Jumlah ibu hamil di Puskesmas Toroh 1 pada tahun 2025 sejumlah 887 ibu hamil, pada bulan april-juni 2026 yang mengalami emesis gravidarum sejumlah 56 ibu hamil. (Dinas Kesehatan Grobogan 2025).

Perubahan fisiologis pada ibu hamil ialah proses penyesuaian alami yang terjadi dalam tubuh untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin serta mempersiapkan tubuh untuk melahirkan. Selama kehamilan, berbagai sistem tubuh mengalami perubahan termasuk sistem kardiovaskuler, pernapasan, endokrin, gastrointestinal dan muskuloskeletal. Volume darah meningkat untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi ibu dan janin. Perubahan kadar hormon, khususnya estrogen dan progesteron menyebabkan relaksasi otot polos, peningkatan aliran darah dan perubahan metabolisme. Sistem pernapasan juga menyesuaikan diri dengan meningkatkan ventilasi guna memenuhi kebutuhan oksigen yang lebih tinggi. Pada sistem muskuloskeletal, pertumbuhan uterus menyebabkan pergeseran pusat gravitasi sehingga mempengaruhi postur tubuh. Sistem gastrosintestinal menjadi lambat sehingga dapat menimbulkan mual muntah dan konstipasi. Selain itu juga terjadi perubahan pada kulit dan payudara untuk persiapan menyusui. Secara keseluruhan, perubahan fisiologis ini merupakan hal yang normal yang diperlukan untuk menjaga kehamilan tetap sehat dan berjalan optimal (Noviana & Maqfirah, 2023).

Perubahan psikologis adalah respons emosional yang terjadi akibat perubahan fisiologis dalam tubuh, disertai dengan peningkatan tanggung

jawab dalam menghadapi tantangan baru yang ditimbulkan oleh kehamilan. Perubahan sosial yang terjadi pada ibu hamil meliputi pergeseran peran dari istri menjadi istri dan ibu. Perubahan ini penting untuk melindungi berbagai fungsi ibu hamil dalam memenuhi berbagai kebutuhan janin, terutama untuk pertumbuhan dan perkembangannya selama kehamilan (Khairunnisa Nuwa et al., 2025).

Koping adaptif pada ibu hamil yang mengalami mual dan muntah merupakan mekanisme atau strategi yang diterapkan oleh ibu untuk menghadapi dan beradaptasi terhadap perubahan kondisi fisik dan emosional selama kehamilan, khususnya dalam mengelola gejala mual dan muntah gravidarum. Mual dan muntah pada kehamilan umumnya terjadi pada trimester pertama sebagai respons fisiologis terhadap perubahan hormonal, terutama peningkatan kadar hormon hCG (human chorionic gonadotropin). Koping adaptif ini bersifat positif dan konstruktif, memungkinkan ibu untuk mengambil langkah-langkah yang tepat guna mengurangi ketidaknyamanan dan menjaga keseimbangan emosional serta kesehatan fisik (Dewanti & Koentjoro 2020).

Emesis gravidarum adalah keadaan mual dan muntah yang lazim dialami oleh ibu hamil, terutama pada masa awal kehamilan atau trimester pertama. Kondisi ini biasanya mulai dirasakan pada usia kehamilan 4 sampai 7 minggu dan cenderung berkurang setelah memasuki usia 12 hingga 16 minggu. Emesis gravidarum termasuk respon fisiologis yang umumnya tidak berbahaya selama frekuensi muntah masih ringan dan

tidak menimbulkan tanda-tanda dehidrasi. Peningkatan hormon human chorionic gonadotropin (hCG) serta estrogen diperkirakan menjadi faktor yang memicu timbulnya gejala tersebut. Walaupun bersifat normal, keadaan ini dapat tetap menimbulkan ketidaknyamanan dan mengganggu aktivitas harian ibu hamil (Wahyuni & Rohani, 2024).

Mual dan muntah saat hamil atau emesis gravidarum (EG) merupakan salah satu ketidaknyamanan kehamilan yang diperkirakan dialami oleh 70-80% ibu hamil. Gejala mual dan muntah saat hamil biasanya dimulai pada usia kehamilan 6 hingga 8 minggu dan akan mereda pada usia kehamilan 20 minggu. Kasus yang parah mungkin memerlukan rawat inap yang lebih lama dan dukungan nutrisi enteral atau parenteral. Menurut hasil penelitian, sebanyak 88,0% ibu melaporkan mual muntah pada tingkat tertentu, terdiri dari 6,4% berat, 52,2% sedang, dan 29,4% ringan (Yulyani & Purnama, 2025).

WHO memperkirakan angka kejadian mual muntah berlebih di dunia mencapai 12,5% emesis gravidarum terjadi di seluruh dunia. Di Indonesia menggunakan PUQE-24 (Pregnancy Unique Quantification of Emesis and Nausea) sebanyak 50%-75% ibu hamil mengalami mual dan muntah pada trimester pertama atau awal-awal kehamilan. Mual dan muntah terjadi pada 60% -80% primigravida dan 40% - 60% multigravida. Prevalensi emesis gravidarum di Indonesia juga berbeda beda disetiap daerah. Sedangkan di Jawa Tengah ibu hamil yang mengalami keluhan

mual dan muntah mencapai 40-60% dari total kehamilan (Mithawati et al., 2025).

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi memberi peluang baru dalam penyampaian informasi kesehatan kepada masyarakat, termasuk ibu hamil. Pemanfaatan teknologi informasi di sektor kesehatan, yang juga dikenal sebagai kesehatan digital, seperti WhatsApp, dapat memberikan berbagai manfaat, seperti memfasilitasi pertukaran informasi medis, mendukung layanan diagnostik, dan meningkatkan efisiensi akses layanan kesehatan. Aplikasi digital juga merupakan media yang efektif untuk memberikan edukasi kesehatan kepada ibu hamil karena kemudahan akses dan fitur-fiturnya yang ramah pengguna (Suherman et al., 2024).

WhatsApp merupakan salah satu platform media sosial yang paling banyak digunakan di Indonesia, dengan basis pengguna sebesar 83%, atau sekitar 124 juta orang. Aplikasi ini berfungsi sebagai alat komunikasi berbasis internet yang tidak hanya memungkinkan pengguna untuk bertukar pesan tetapi juga untuk berbagi berbagai jenis konten seperti video, audio, dokumen, foto, dan lokasi. Kemudahan penggunaan WhatsApp menjadikannya media potensial untuk berbagai aktivitas komunikasi. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada para ibu dengan memanfaatkan aplikasi WhatsApp sebagai alat telekonsultasi yang memberikan informasi, motivasi, dan solusi terkait ketidaknyamanan yang dialami selama kehamilan, persalinan, dan pasca persalinan (Dyastuti & Amastasya, 2024).

Menurut Sugiarto dkk. (2021), konseling merupakan salah satu cabang ilmu psikologi yang berfokus pada pemberian bantuan dan dukungan mental kepada individu. Di Indonesia, layanan konseling dapat dilakukan secara luring (tatap muka) maupun daring. Pada layanan luring, klien biasanya mencari informasi mengenai kantor psikolog melalui Google Maps, media sosial, atau brosur. Kemudian, mereka membuat janji temu dengan menghubungi psikolog secara langsung, melalui WhatsApp, atau telepon. Setelah mendapatkan informasi mengenai jadwal dan biaya, klien datang sesuai waktu yang telah disepakati dan melakukan pembayaran setelah sesi selesai. Sementara itu, pada layanan daring, klien biasanya memanfaatkan aplikasi telemedicine seperti Halodoc. Prosedurnya meliputi pembuatan akun, pemilihan psikolog, penjadwalan sesi, dan pembayaran daring. Sesi konseling kemudian dilakukan melalui chat atau panggilan video sesuai jadwal yang telah ditentukan.

Menurut Aulia dan Sa'adah (2023), konseling sosial bertujuan membantu individu, keluarga, dan masyarakat mencapai kesejahteraan fisik dan emosional, seperti rasa aman, moralitas, kedamaian, dan ketertiban. Berdasarkan pelaksanaannya, konseling sosial terbagi menjadi dua bentuk, yaitu luring dan daring. Konseling luring dilakukan secara tatap muka di klinik psikologi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang sudah dilakukan pada bulan desember di Puskesmas Toroh 1, terdapat 10 ibu hamil emesis gravidarum

dengan penilaian koping, 5 ibu hamil dengan koping rendah dan 5 ibu hamil dengan koping sedang.

Berdasarkan kasus ibu hamil dengan emesis gravidarum yang belum mengerti tentang pengaruh telekonseling terhadap peningkatan koping adaptif untuk mengatasi emesis gravidarum. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Perbedaan Telekonseling Berbasis Whatsaap dan Konseling Langsung Terhadap Peningkatan Koping Adaptif Pada Ibu Hamil Dengan Emesis Gravidarum Di Puskesmas Toroh 1”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan urian dari latar belakang diatas maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah Ada Pengaruh Telekonseling Berbasis Whatsapp dan Konseling Langsung Terhadap Peningkatan Koping Adaptif Pada Ibu Hamil Dengan Emesis Gravidrum di Puskesmas Toroh 1?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh Telekonseling Berbasis Whatsapp dan Konseling Langsung Terhadap Koping Adaptif Pada Ibu Hamil Dengan Emesis Gravidarum di Puskesmas Toroh 1.

2. Tujuan Khusus

Berdasarkan tujuan umum diatas, maka pada penelitian ini terdapat tujuan khusus yang dijabarkan sebagai berikut:

- a. Mendeskripsikan karakteristik ibu hamil meliputi umur, paritas dan pendidikan terakhir.
- b. Mengidentifikasi koping adaptif ibu hamil sebelum dan sesudah dilakukan intervensi telekonseling berbasis WhatsApp di Puskesmas Toroh 1.
- c. Mengidentifikasi koping adaptif ibu hamil sebelum dan sesudah dilakukan Konseling langsung di Puskesmas Toroh 1.
- d. Menganalisa pengaruh telekonseling berbasis WhatsApp terhadap koping adaptif ibu hamil di Puskesmas Toroh 1.
- e. Membandingkan telekonseling Whatsapp dan Konseling langsung terhadap koping adaptif pada ibu hamil di Puskesmas Toroh 1.
- f. Menganalisa perbedaan Konseling Langsung dan Telekonseling whatsapp terhadap koping adaptif ibu hamil di Puskesmas Toroh 1.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis dan praktis kepada banyak pihak diantaranya:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi ibu hamil terkait dengan koping adaptif mengatasi emesis gravidarum. Untuk penelitian selanjutnya dapat menambah wawasan, acuan, serta tambahan informasi bagi peneliti yang ingin meneliti khususnya tentang hubungan telekonseling berbasis whatsapp terhadap koping adaptif ibu hamil dengan emesis gravidarum.

2. Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara praktis, antara lain:

a. Bagi Peneliti

Dapat meningkatkan kemampuan bagi mahasiswa dan menamnah pengetahuan peneliti tentang pengaruh telekonseling berbasis whatsapp terhadap koping adaptif ibu hamil dengan emesis gravidarum.

b. Bagi Ibu hamil

Dapat memberikan pengetahuan pada ibu hamil tentang pengaruh telekonseling berbasis whatsapp terhadap koping adaptif pada ibu hamil dengan emesis gravidarum.

c. Bagi Instansi Kesehatan

Memberikan masukan pada instansi kesehatan tentang pengaruh telekonseling berbasis whatsapp terhadap koping adaptif pada ibu hamil dengan emesis gravidarum.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya dalam peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang pengaruh telekonseling berbasis whatsapp terhadap koping adaptif pada ibu hamil dengan

emesis gravidarum. Sehingga peneliti selanjutnya dapat memilih cara lain untuk mengatasi emesis gravidarum pada ibu hamil.

E. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan pada proposal skripsi ini terdiri dari 3 Bab yang dijabarkan sebagai berikut:

Tabel 1.1 Sistematika Penulisan

BAB I	Pendahuluan berisi tentang latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, sistematika penulisan, dan penelitian terkait
BAB II	Tinjauan pustaka , konsep teori penelitian yang terdiri dari konsep teori
BAB III	Metodologi penelitian , yang terdiri dari jenis penelitian dan desain penelitian, variable penelitian, kerangka konsep penelitian, populasi dan sampel penelitian, cara pengambilan data, analisa data, dan etika penelitian.
BAB IV	Hasil dan Pembahasan , berisi tentang hasil penelitian termasuk hasil Analisa data penelitian (hasil uji statistic), pembahasan hasil dan keterbatasan penelitian.
BAB V	Penutup , berisi tentang simpulan dan saran yang dapat peneliti berikan dari hasil penelitian.

F. Penelitian terkait

Tabel 1.2 Penelitian Terkait

No	Peneliti	Judul	Metode	Hasil
1	Astuti, Ni Komang Nadi, Lindayani (2020)	Manfaat penyuluhan dengan media whatsapp terhadap pengetahuan ibu hamil trimester 1 tentang emesis gravidarum.	Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian pre eksperimental dengan desain pretest-posttest two group.	Hasil penelitian ini adalah Nilai p-value 0.000 yang artinya kurang dari 0.05 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara penyuluhan dengan media whatsapp terhadap pengetahuan ibu hamil trimester 1 tentang emesis gravidarum.
2	Iis Kolama Sari1, Nia Natalia, Dilla Maghdalena, Khairani	Implementasi Mindfulness sebagai Strategi Koping Stres pada Ibu Hamil: Studi Kasus Puskesmas	Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk memahami	Penelitian ini menunjukkan bahwa

	Zikrinawati, Irma Masfia (2025)	Padangsari Iis	fenomena sosial yang berkaitan dengan perilaku, pengalaman, atau persepsi individu	pengguna an mindfulne ss sebagai metode untuk mengatasi stres pada ibu hamil dapat memberik an hasil yang positif dalam hal pengelola an emosi, penerima an diri, dan kesiapan menghada pi perubaha n selama masa kehamila n.
3	Rizki Dawanti dan Koentjoro (2025)	Pengaruh Pelatihan Strategi Koping Adaptif Untuk Menurunkan Tingkat Stres Pada Wanita Hamil Pranikah	Penelitian ini merupakan penelitian kuasi eksperimen yang dilakukan untuk melihat pengaruh pelatihan strategi koping terhadap penurunan tingkat stres pada wanita hamil pranikah.	Hasil penelitian ini tampak beberapa faktor yang berpengaruh terhadap strategi koping

			Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah one-group pretest-posttest design (Shadish).	yang digunakan oleh para subjek dalam penelitian antara lain faktor-faktor personal meliputi usia, jenis kelamin, Tingkat Pendidikan, kondisi finansial, serta budaya lokal yang dianut.
4	Eko yuswanto, Ratna Hidayati, Dhina widayati (2023)	Studi fenomenologi stress koping ibu primigravida trimester I dalam proses adaptasi fisik dan psikologis	Metode yang digunakan Adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologi deskriptif.	Hasil penelitian ini terdapat keterikatan koping dengan perubahan fisik, mekanisme koping yang dimiliki informan masih tergolong

				adaptif meskipun terdapat beberapa Tindakan yang dinilai kurang tepat misalnya mengkonsumsi obat warung dan minum jamu.
5	Irnawati, Nur Eka Dyastuti, Sherin Amastasya (2024)	Pemanfaatan Whatsapp Sebagai Media Telekonsultasi Terhadap Ketidaknyamanan Ibu Hamil, Bersalin, dan Nifas di Puskesmas Dolo Kabupaten Sigi.	Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus yang mengeksplorasi secara mendalam dan spesifik ketidaknyamanan sejak masa kehamilan, persalinan, nifas dengan menggunakan manajemen 7 langkah Varney dan didokumentasiakn dalam bentuk SOAP (subjektif, objektif, assessment, dan planning).	Hasil penelitian menunjukkan bahwa WhatsAp p dapat dijadikan media telekonsutasi dalam mengedu kasi ibu hamil, bersalin, nifas dalam upaya memberik an KIE tentang ketidaknyamanan yang terjadi

				walaupun ibu tidak secara langsung mendapat edukasi di Fasilitas Pelayanan Kesehatan.
6	Wilda Rizki Pratiwi, Nurjanna (2021)	Pemanfaatan kelas ibu hamil dan aplikasi grup pesan pintar sebagai sarana edukasi kehamilan	Penelitian kuantitatif dengan metode desain quasi experiment dengan rancangan penelitian pretest-posttest two group design. Populasinya para ibu hamil dengan sampel 30 partisipan yang dibagi 2 kelompok terdiri dari 15 partisipan pada kelompok kontrol dan 15 partisipan pada kelompok intervensi. Lokasi di Kabupaten Sidenreng Rappang, Provinsi Sulawesi Selatan, Indonesia.	Pada kelompok kasus didapatkan hasil variabel pengetahuan, keaktifan, motivasi dan tindakan berpengaruh terhadap pemanfaatan kelas ibu hamil dan media whatsapp sebagai sarana edukasi masalah seputar kehamilan, sedangkan pada kelompok kontrol didapatkan hasil variabel

pengetahu
an,
keaktifan,
dan
motivasi
berpengar
uh
terhadap
pemanfaa
tan kelas
ibu hamil
sebagai
sarana
edukasi
masalah
seputar ke
hamilan.

Perbedaan dan Persamaan

Perbedaan dari penelitian terkait dan penelitian sebelumnya terdapat perbedaan dalam judul penelitian yaitu “Pengaruh Telekonseling Berbasis Whatsapp dan Konseling Langsung Terhadap Peningkatan Koping Adaptif Pada Ibu Hamil Dengan Emesis Gravidarum”, waktu dilaksanakan penelitian yaitu pada bulan Mei-Juni 2026 penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Toroh 1 dengan jumlah responden 56 orang, penelitian ini menggunakan metode *pre-eksperimen* dengan desain *pretest dan posttest* dengan pendekatan *two group*. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Total Sampling*.

Persamaan penelitian terkait dengan penelitian sebelumnya yaitu sama-sama membahas intervensi konseling atau dukungan psikologis untuk meningkatkan koping adaptif pada ibu hamil dengan emesis gravidarum.