

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Analisa Situasi**

Kesehatan mental yang baik seperti bahagia, merasa aman, nyaman dan tenang sangat diperlukan terutama saat perinatal. Keadaan ini sangat mempengaruhi kesehatan seorang ibu hamil dan bayi yang akan dilahirkan. Gangguan kesehatan mental perinatal dapat memicu perilaku yang beresiko bagi kehamilan seperti, konsumsi alcohol, merokok, asupan nutrisi yang kurang sehat ataupun menghindari melakukan pemeriksaan kehamilan. Sayangnya, perasaan depresi dan sumber stress masa perinatal biasanya sering kurang diperhatikan yang akhirnya tidak tertangani.

Menjalani masa kehamilan dan nifas ditengah pandemic Covid 19 yang belum ada tanda-tanda akan berakhir bukanlah hal yang mudah. Ibu hamil dan nifas tidak leluasa dalam melakukan aktifitas termasuk kegiatan perawatannya. Banyak terdapat pembatasan layanan termasuk layanan kesehatan perinatal yang rutin sekalipun. Adanya pengurangan frekuensi pemeriksaan kehamilan, penundaan kelas ibu hamil, dan meskipun pelayanan perinatal tetap berjalan namun harus mematuhi protokol kesehatan (Direktorat Kesga, 2020).

Kondisi-kondisi tersebut dapat menjadikan permasalahan secara psikologis bagi ibu hamil dan ibu nifas, yang dapat menimbulkan masalah kesehatan mental. Sebuah studi melaporkan bahwa gejala depresif dan kecemasan pada wanita hamil setelah deklarasi pandemi COVID-19 lebih tinggi dibandingkan sebelum deklarasi COVID-19, termasuk kecenderungan ingin melukai diri sendiri (Wu et al., 2020). Hal tersebut dapat menyebabkan kondisi bahaya selama kehamilan, sehingga mempengaruhi kondisi ibu dan janin (Durankuş and Aksu, 2020). Studi yang melaporkan kecemasan terkait COVID-19 tidak hanya pada ibu hamil saja, namun juga pada ibu nifas (Nanjundaswamy et al., 2020).

Dari hasil wawancara singkat yang dilakukan kepada 10 ibu hamil yang memeriksakan diri di PMB wilayah kerja puskesmas Junrejo pada bulan September sampai dengan November 2021 didapatkan data sebagai berikut: ibu hamil merasa cemas pada saat harus periksa hamil karena takut tertular covid dari pasien lain atau petugas kesehatan, ketakutan jika bayinya mengalami suatu masalah karena tidak rutin memeriksakan diri dan bertemu dengan bidan atau dokter secara langsung, mengaku terbebani dan tidak terbiasa dengan protokol kesehatan.

Dari uraian diatas penulis tertarik untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat terutama ibu- ibu hamil dan nifas di PMB Yuni Pagelaran Kabupaten Malang tentang “Metode Counek (Counseling Edukatif) Sebagai Upaya Antisipasi Masalah Kesehatan Mental Ibu Hamil dan Nifas Pada Situasi Pandemi Covid 19”

### **Permasalahan Mitra**

- a. Minimnya informasi mengenai kesehatan mental dan kesehatan di masa Pandemi covid-19 pada ibu hamil dan menyusui.
- b. Upaya memberikan pengalaman yang informatif kepada masyarakat khususnya ibu hamil dan menyusui.

- c. Masih banyak ibu hamil dan nifas yang tidak merasakan perubahan perilaku disebabkan karena kesehatan mental yang terganggu.