

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Stres karena infertilitas berbeda dari stres yang lain. Pasangan infertil menderita stres kronis setiap bulan jika pembuahan tidak terjadi. Hubungan antara stres dan infertil membentuk lingkaran setan yang akan memperberat satu sama lain. Pasangan infertil, yang mengetahui bahwa mereka adalah penyebab infertilitas, akan menyalahkan diri sendiri. Perasaan bersalah ini mungkin meningkatkan dan membuat masalah menjadi lebih buruk (Rashidi, *et al*, 2011).

Tekanan psikologis dan kekhawatiran tentang infertilitas memiliki efek langsung pada fisiologi normal tubuh serta dapat memiliki efek ganda terhadap hasil kesuburan. Orang-orang yang memiliki ketenangan pikiran dan sehat secara psikologis serta tidak berada di bawah tekanan akan memiliki tingkat kesuburan yang lebih baik (Baghianimoghadam, *et al*, 2013).

Di Indonesia kejadian wanita infertil pada usia 30-34 tahun adalah 15%, kemudian meningkat 30% pada usia 35-39 tahun, dan 55% pada usia 40-44 tahun. Hasil survei gagalnya kehamilan pada pasangan yang sudah menikah selama 12 bulan, 40% disebabkan infertilitas pada pria, 40% karena masalah infertilitas pada wanita, 10% sebab dari pria ataupun wanita dan 10% tidak diketahui sebabnya (Syamsiyah, 2010).

Studi yang dilakukan di klinik Sekar RSUD Dr Moewardi Surakarta dari 60 pasien wanita infertil, didapatkan 29 orang (48,3%) mengalami psikopatologi dengan gejala depresi 1 orang (1,7%), obsesif kompulsif 1 orang (1,7%), somatisasi 1 orang (1,7%) dan agresi 1 orang (1,7%), sedangkan yang mengalami *interpersonal sensitivity* adalah 2 orang (3,3%) dan ide paranoid 2 orang (3,3%) serta tidak ada subjek studi yang mengalami fobia, *psychoticism* maupun item tambahan (0%) (Isnaya, *et al*, 2015).

Pasangan infertil selain menghadapi berbagai masalah kesehatan, mengalami banyak gejala psikologis seperti kecemasan, kesulitan dalam hubungan interpersonal, frustrasi, kemarahan, agresi dan lain-lain, terutama bagi mereka yang mengalami kegagalan dalam pengobatan. Secara umum, pada pasangan infertil, wanita menunjukkan tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan pasangan pria (Tahereh, *et al*, 2015).

Nilai anak dalam budaya dan masyarakat Indonesia sangat penting, bukan hanya karena penerimaan yang baik pada mereka yang mampu melahirkan anak (meneruskan keturunan keluarga), tetapi juga karena sumbangan sosial dan ekonomi bagi rumah tangga. Dalam konteks budaya patriarki yang demikian dominan, bila terjadi kemandulan seringkali yang disalahkan adalah kaum wanita karena kodratnya sebagai yang mampu hamil (Demartoto, 2008).

Ketika stimulus dianggap sebagai stres, sinyal dikirim ke hipotalamus yang kemudian mengaktifkan jalur *sympathetic adrenomedullary* (SAM). Apabila stres terus berlanjut (menjadi kronis), jalur SAM akan tetap hiperaktif dan *hypothalamic pituitary adrenal* (HPA) menjadi aktif juga. Untuk sistem SAM, norepinefrin disekresikan ke dalam

aliran darah, yang akhirnya menghasilkan peningkatan produksi *alpha amylase* saliva oleh kelenjar parotis (Lynch, *et al*, 2014).

Alpha amylase saliva adalah parameter potensial yang mudah untuk dinilai. *Alpha amylase* saliva diproduksi oleh kelenjar parotis di mulut, maka dapat menjadi penanda stres yang lebih baik dibandingkan dengan kortisol. *Alpha amylase* saliva adalah pengukuran aktif, sebagai lawan kortisol yang pasif diangkut dari plasma ke saliva (Wang, *et al*, 2015).

Analisis melalui saliva adalah non-invasif dan karena itu bebas stres bagi pasien. Bagi orang yang mengumpulkan sampel, saliva juga menimbulkan resiko minimal untuk tertular penyakit menular seperti *human immunodeficiency virus* (HIV). Akhirnya, saliva merupakan *biofluid* ideal untuk negara-negara berkembang karena biaya pengumpulan dan pengolahan sampel yang murah (Punyadeera, 2013).

Pada pasien infertil, psikoterapi yang menyediakan pendidikan dan keterampilan seperti pelatihan relaksasi telah terbukti lebih efektif mengurangi gejala psikopatologi akibat stres dan *biofeedback* dapat digunakan sebagai strategi regulasi emosi. Pelatihan relaksasi yang dibantu *biofeedback* efektif dalam mengubah fisiologi baik menggunakan pernapasan diafragma, relaksasi otot progresif atau pelatihan autogenik (Levy, *et al*, 2008 ; Jarasiunaite, *et al*, 2015).

Infertilitas adalah krisis kompleks yang menyebabkan stres pada penderitanya (tingkat stres pada wanita lebih tinggi dari pria) dan mengaktifkan jalur *sympathetic adrenomedullary*. Hal ini akan merangsang sekresi norepinefrin sehingga jumlahnya berlebih di dalam darah, yang akhirnya menghasilkan peningkatan produksi *alpha amylase* saliva oleh kelenjar parotis. Ini membuat *alpha amylase saliva* sebagai biomarker stres potensial yang

mudah dan mempunyai resiko minimal. Terapi relaksasi *biofeedback* dapat digunakan sebagai strategi regulasi emosi untuk mengurangi gejala psikopatologi akibat stres pada pasien infertil.

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan dalam latar belakang ini, maka penulis mengusulkan sebuah studi tentang terapi relaksasi *biofeedback* untuk menurunkan stres wanita infertil ; sebuah studi RCT di klinik Sekar RSUD Dr Moewardi Surakarta.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana efek terapi relaksasi *biofeedback* untuk menurunkan stres wanita infertil yang melakukan pengobatan di klinik Sekar RSUD Dr Moewardi Surakarta?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efek terapi relaksasi *biofeedback* untuk menurunkan stres wanita infertil yang melakukan pengobatan di klinik Sekar RSUD Dr Moewardi Surakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

1.1 Menambah pengetahuan tentang terapi relaksasi *biofeedback* dan stres pada wanita infertil yang melakukan pengobatan di klinik Sekar RSUD Dr Moewardi Surakarta.

1.2. Landasan pengembangan dibidang *Consultation Liaison Psychiatry* dalam penanganan pasien wanita infertil dengan gangguan psikiatrik.

1.3. Landasan pengembangan dibidang *Psychoneuroendocrinology-Imunology* untuk mengetahui peran *alpha amylase* saliva sebagai biomarker stres.

2. Manfaat Praktis

2.1. Menambah wawasan di bidang psikiatri khususnya mengenai efek terapi relaksasi *biofeedback* untuk menurunkan stres pada wanita infertil yang melakukan pengobatan di klinik Sekar RSUD Dr Moewardi Surakarta.

2.2. Implikasi hasil penelitian dapat digunakan dalam penyusunan *Standard Operating Procedure* (SOP) terhadap penatalaksanaan wanita infertil yang melakukan pengobatan di klinik Sekar RSUD Dr Moewardi Surakarta.

2.3. Memberikan keuntungan dalam hal penanganan yang lebih baik dan efektif pada wanita dengan masalah infertilitas baik secara fisik maupun psikologis.

E. Orisinalitas Penelitian

Banyak peneliti yang mempublikasikan studinya tentang terapi relaksasi *biofeedback* sebagai manajemen stres tetapi penulis belum menemukan ada yang secara khusus melakukan studi tentang penggunaan *biofeedback* sebagai terapi relaksasi untuk menurunkan stres wanita infertil. Penggunaan *alpha amylase* saliva sebagai biomarker stres juga telah banyak dikembangkan dan hasil studinya telah banyak dipublikasikan, akan tetapi penggunaan dan pengembangan *alpha amylase* saliva di bidang psikiatri masih sangat terbatas. Hal ini terlihat dari masih sedikitnya studi yang menggunakan *alpha amylase* saliva sebagai biomarker stres pada bidang psikiatri. Hingga saat ini penulis belum menemukan publikasi studi yang

menggabungkan antara terapi relaksasi *biofeedback* untuk menurunkan stres wanita infertil dengan memakai biomarker *alpha amylase* saliva.