

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa *nifas* juga dikenal sebagai masa *post partum* adalah masa atau waktu kelahiran bayi dan keluarnya *plasenta* dari rahim, hingga 6 minggu ke depan, pada masa ini terjadi perlukaan atau periode lain yang berhubungan dengan persalinan (Febriani *et al*, 2023). Persalinan normal adalah proses keluarnya bayi dengan jumlah minggu kehamilan yang cukup, posisi memanjang atau sejajar pada sumbu tubuh ibu, presentasi bagian belakang kepala, keseimbangan kepala bayi dan diameter kepala, panggul ibu, dan kekuatan ibu sendiri. Sebagian besar kelahiran adalah kelahiran normal, dan hanya sebagian (12-15%) yang merupakan kelahiran *patologis* (James *et al*, 2023). Pada persalinan normal dengan tindakan *episiotomi*, beberapa orang pasti akan merasakan nyeri dan mengalami pembengkakan. Proses penyembuhan total luka *episiotomi* biasanya berlangsung selama 3-6 bulan, walaupun luka itu sendiri menjadi kering setelah 1 minggu (Hariani, 2021).

Menurut Ditjen Kesehatan Masyarakat, dalam Profil Kesehatan Indonesia (2021) jumlah ibu nifas di Indonesia pada tahun 2019 mencapai 4.554.868 jiwa. Sedangkan jumlah ibu nifas di Indonesia pada tahun 2020 mencapai 4.984.432 jiwa. Berdasarkan Badan Pusat Statistik Kabupaten Karanganyar pada tahun 2021 jumlah ibu nifas sebanyak 11.557 jiwa (BPS Kabupaten Karanganyar, 2021).

Semua kelahiran berisiko mengalami komplikasi bagi ibu dan janin. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), angka kematian ibu (AKI) global pada tahun 2020 adalah 287. 000 kematian (WHO, 2023). AKI nasional Indonesia telah turun dari 305 kematian per 100.000 kelahiran pada tahun 2015 menjadi 189 kematian per 100.000 kelahiran pada tahun 2020, menurut Sensus (Erna, 2022). Menurut data dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, Capaian AKI pada tahun 2022 sebesar 84,60/100.000 kelahiran hidup (KH) jauh lebih baik dibandingkan tahun 2021 sebesar 199/100.000 KH (Dinas Kesehatan Prov. Jawa Tengah, 2022). AKI di

Kabupaten Karanganyar pada Tahun 2022 sebesar 52,06/100.000 KH menurun dibandingkan Tahun 2021 sebesar 164,9/ 100.000 KH (Dinas Kesehatan Kabupaten Karanganyar, 2022).

Sebagian besar kematian ibu terjadi saat melahirkan, terutama karena pendarahan. Ibu *nifas* umumnya mengalami robekan pada *vagina* dan *perineum*, yang menyebabkan perdarahan dalam jumlah yang bervariasi (Gustirini *et al.*, 2020). *Ruptur perineum* adalah penyebab perdarahan yang kedua setelah *atonía uteri*. Kerusakan *perineum* juga dapat menyebabkan luka *laserasi* atau *episiotomi*, dan nyeri jalan lahir yang dapat disebabkan oleh jahitan *laserasi* atau luka *episiotomi* (Sulisnani *et al.*, 2022). Pecahnya *perineum* tidak dianggap sebagai masalah kecil, dan robekan yang lebih spontan dapat menyebabkan komplikasi serius seperti pendarahan, nyeri hebat, *infeksi sekunder*, dan *deformasi* jalan lahir (Parantean, 2023). Efek dari terjadinya *ruptur perineum* pada ibu antara lain terjadinya *infeksi* pada *ruptur jahitan*, yang dapat ditularkan di saluran kandung kemih atau di jalan lahir, yang dapat menyebabkan munculnya komplikasi *infeksi* kandung kemih dan *infeksi* pada saluran kelahiran. Selain itu, pendarahan juga bisa terjadi akibat pembukaan pembuluh darah yang tidak menutup sepenuhnya. Mengingat kondisi ibu *nifas* masih lemah, penanganan komplikasi yang lambat dapat mengakibatkan kematian ibu *nifas* (Budi dan Herawati, 2022).

Angka kejadian *ruptur perineum* di dunia pada tahun 2020 adalah sebanyak 2,7 juta kasus, Insiden *ruptur perineum* sangat tinggi di Asia, dan 50% dari kejadian *ruptur perineum* di seluruh dunia terjadi di Asia (Nor dan Irawati, 2023). Berdasarkan data Kementerian Kesehatan tahun 2021, angka kejadian *ruptur perineum* pada ibu bersalin *pervaginam* sebesar 83% dari 8.245 ibu *nifas* pada tahun 2020 (Budi dan herawati, 2022). Robekan *perineum* di Jawa Tengah dialami oleh 75% ibu melahirkan *pervagina*. Pada tahun 2020 menemukan bahwa dari total 1951 kelahiran spontan *pervagina*, 57% ibu mendapat jahitan (Febriani *et al*, 2023).

Menurut Bella (2021), untuk mempercepat penyembuhan luka *perineum* dapat dilakukan dengan menerapkan kompres dingin pada area luka jahitan,

membersihkan luka dengan air hangat untuk mencegah *infeksi* pada luka, mengganti perban secara rutin, memperbanyak konsumsi protein untuk mempercepat pengeringan luka, menjaga kebersihan tangan dan melakukan senam pinggul. Beberapa pengobatan *non farmakologis* yang efektif dalam penyembuhan luka *perineum* antara lain penggunaan rebusan daun sirih merah, *kegel exercise*, konsumsi air asam jawa dan kunyit, serta penggunaan obat herbal (Mamuroh et al., 2023).

Kegel exercise adalah salah satu latihan alternatif yang efektif untuk proses penyembuhan luka, selain murah dan tidak memerlukan biaya, *kegel exercise* juga dapat dilakukan kapanpun dan dimanapun, dapat dilakukan dalam keadaan berdiri, duduk maupun berbaring (Yunifitri et al., 2022). *Kegel exercise* adalah latihan untuk memperkuat otot-otot dasar panggul yang diciptakan oleh Dr. Arnold Kegel. Otot panggul, atau PC (*Pubococcygeal muscle*) merupakan otot yang menempel pada tulang panggul seperti ayunan dan berperan dalam menggerakkan organ-organ panggul (Gustirini et al., 2019). *kegel exercise* merupakan latihan yang dilakukan setiap hari mulai dari hari pertama persalinan hingga hari ke-10, terdiri dari rangkaian gerakan tubuh yang dilakukan untuk mempercepat pemulihan kondisi ibu (Rita, 2023). *Kegel exercise* memiliki beberapa manfaat lain, antara lain tidak hanya memperkuat otot panggul, tetapi juga membuat jahitan lebih rapat, mempercepat penyembuhan dan mengurangi wasir (Parantean, 2023).

Jika ibu nifas tidak menerapkan *kegel exercise* mereka mungkin mengalami peningkatan insiden dan keparahan inkontinensia urin, penyembuhan luka *perineum* yang lebih lambat, serta kelemahan otot dasar panggul (Yunifitri et al., 2022). Tindakan *kegel exercise* sangat berpengaruh pada penyembuhan luka, karena proses penyembuhan luka *perineum* berlangsung cepat pada ibu *nifas* yang rutin melakukan *kegel exercise*. Dari hasil penelitian terlihat bahwa manfaat *kegel exercise* yang dilakukan ibu banyak manfaatnya, terutama dalam penyembuhan luka *perineum* akibat *episiotomi* yang dilakukan di daerah *perineum*. Penyembuhan luka yang lebih cepat dapat mengurangi kemungkinan munculnya *infeksi* akibat

luka pada tubuh ibu (Budi dan Herawati, 2022). *Kegel exercise* dapat meningkatkan *sirkulasi* darah ke bagian *vagina*. Darah yang mengandung oksigen dan banyak nutrisi dibutuhkan untuk *meregenerasi* sel dan jaringan *vagina* yang mengalami kerusakan *episiotomi* (Karo Karo *et al.*, 2022).

Hasil penelitian yang dilakukan Gustirini *et al* (2019) dalam sebuah penelitian terhadap ibu *nifas* yang diberi *kegel exercise*, terdapat 30 responden yang cenderung menunjukkan tanda-tanda penyembuhan luka *perineum* lebih cepat dibandingkan ibu *nifas* yang tidak melakukan *kegel exercise*, menunjukkan tanda-tanda penyembuhan luka *perineum* namun lebih lama. Ditunjukkan juga hasil penelitian oleh Budi dan Herawati (2022) hasil menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata penyembuhan luka *perineum* pada kelompok *intervensi* dan kelompok kontrol. Dapat disimpulkan bahwa *kegel exercise* secara efektif dapat mempercepat penyembuhan luka *perineum* saat melahirkan. Bisa dilihat dari penelitian sebelumnya penulis dapat menyimpulkan *kegel exercise* efektif dalam mempercepat penyembuhan luka *perineum* pada ibu *postpartum*.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar pada tahun 2023 didapatkan 90% dari 411 ibu melahirkan mengalami kejadian *rupture perineum*. Hanya 15% dari 411 ibu *post partum* mengetahui apa itu *kegel exercise*, sebagian besar ibu *post partum* di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Karanganyar tidak mengetahui apa itu *kegel exercise* karena bidan disana tidak mengajarkan *kegel exercise* setelah melahirkan normal. Saat penulis mewawancarai sebanyak 6 orang ibu *post partum* di bangsal annisa terdapat 5 orang mengatakan tidak mengetahui apa itu *kegel exercise* dan tidak tahu manfaat dari *kegel exercise* yang dapat mempercepat penyembuhan luka *perineum*, dan 1 orang tampak paham dan mengerti karena pada persalinan sebelumnya pernah menerapkan *kegel exercise* .

Berdasarkan data tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Penerapan *Kegel exercise* terhadap Penyembuhan Luka *Perineum* pada Ibu *Post partum*”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, bagaimanakah penyembuhan luka perineum pada ibu *post partum* sebelum dan sesudah dilakukan *kegel exercise*?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mendeskripsikan hasil implementasi *kegel exercise* terhadap waktu penyembuhan luka perineum pada ibu *post partum*

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil pengamatan penyembuhan luka perineum dan perubahan karakteristik luka perineum pada ibu *post partum* sebelum penerapan *kegel exercise*.
- b. Mendeskripsikan hasil pengamatan penyembuhan luka perineum dan perubahan karakteristik luka perineum pada ibu *post partum* setelah penerapan *kegel exercise*.
- c. Mendeskripsikan perbandingan hasil akhir perkembangan penyembuhan luka dan perubahan karakteristik luka perineum pada ibu *post partum* sebelum dan setelah *kegel exercise* .

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Ibu *Post partum*

Dapat memberikan informasi dan keterangan secara lengkap, jelas, dan benar tentang pengaruh pemberian *kegel exercise* terhadap penyembuhan luka perineum.

2. Bagi Masyarakat

Hasil penerapan pada metode ini sebagai masukan bagi masyarakat bahwa *kegel exercise* dapat dijadikan sebagai salah satu pilihan terapi non farmakologi yang tepat bagi proses penyembuhan luka perineum.

3. Bagi Mahasiswa Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Hasil penerapan pada metode ini sebagai sumber informasi dan referensi bagi mahasiswa keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

4. Bagi Penulis

Mendapatkan pengetahuan tentang proses penyembuhan luka *perineum* pada ibu *post partum* dengan melakukan *kegel exercise*.