

BAB I

PENDAHULUAN

A. Identifikasi Masalah

Masa nifas adalah masa penyembuhan organ reproduksi, masa yang dimulai setelah plasenta keluar dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan semula sebelum hamil dan berlangsung selama kurang lebih 6 minggu (Manuaba, 2019). Pada saat persalinan biasanya ibu dapat mengalami robekan atau *rupture perineum*. *Rupture perineum* merupakan robekan yang terjadi pada perineum sewaktu melahirkan. Ruptur perineum dapat diklasifikasikan menjadi beberapa derajat yaitu derajat I, derajat II, derajat III dan derajat IV.

Robekan jalan lahir selalu memberikan perdarahan yang bervariasi jumlah banyaknya (Wijayanti dan Rahayu, 2016). Robekan perineum terjadi hampir pada semua persalinan pertama dan tidak jarang juga pada persalinan berikutnya. Robekan yang terjadi akibat dorongan spontan janin maupun akibat tindakan manipulatif (*episiotomi*) pada pertolongan persalinan bisa terjadi pada perineum, vagina, serviks atau uterus (Hariani, 2021)

Faktor yang mempengaruhi terjadinya ruptur perineum yaitu faktor maternal, faktor janin, dan faktor penolong. Faktor maternal meliputi perineum yang kaku dan oedema, primigravida, jalan lahir dan pintu bawah panggul yang sempit, mengejan terlalu kuat, partus presipitatus, persalinan dengan tindakan seperti ekstrasi vakum dan ekstrasi forcep. Faktor janin meliputi janin besar, posisi abnormal dan anomali konginetal seperti hidrocefalus. Faktor penolong meliputi cara memimpin mengejan, cara berkomunikasi dengan ibu, ketrampilan menahan perineum pada saat ekspulsi kepala, episiotomi dan posisi meneran (Fitriani et al, 2021).

Dampak pada luka perineum dapat terjadi infeksi pada ruptur jahitan dan dapat merambat pada saluran kandung kemih atau pada jalan lahir sehingga dapat berakibat munculnya komplikasi infeksi kandung kemih maupun infeksi pada jalan lahir. Selain itu juga dapat terjadi perdarahan karena terbentuknya

pembuluh darah yang tidak menutup sempurna. Perawatan yang tepat segera setelah persalinan yaitu penjahitan perineum yang ruptured untuk menghentikan perdarahan yang terjadi.

Ibu nifas yang mengalami robekan pada jalan lahir harus rajin melakukan perawatan pada vagina dan perineum. Sifat penyembuhan pada semua luka bergantung pada lokasi, keparahan dan luas cedera. Ada 3 fase penyembuhan luka yaitu *fase inflamasi*, *fase proliferasi*, *fase maturase*. Lama penyembuhan luka perineum cepat jika luka perineum sembuh dalam waktu 1-6 hari. Dikatakan normal jika luka perineum sembuh dalam waktu 7-14 hari. Serta dikatakan lama jika luka perineum sembuh dalam waktu >14 hari (Yunifitri, 2022). Upaya untuk mempercepat proses penyembuhan luka perineum dapat dilakukan dengan perawatan luka perineum seperti mengonsumsi makanan yang bergizi dan mengandung tinggi protein, mobilisasi dini seperti melakukan senam kegel.

Pengaruh senam kegel terhadap percepatan penyembuhan luka perineum disebabkan karena kontraksi otot-otot *pubococcygeal* mempengaruhi sirkulasi oksigenasi dan memperlancar peredaran darah sehingga membuat tumbuhnya jaringan baru untuk merapatkan luka jahitan (mempercepat *fase proliferasi*) dan memperkuat otot-otot vagina sehingga berefek terhadap percepatan proses penyembuhan luka perineum (Rahmawati, 2023). Senam kegel memiliki manfaat membantu penyembuhan postpartum dengan membuat kontraksi dan pelepasan secara bergantian pada otot-otot dasar panggul yaitu dengan membuat jahitan lebih rapat, mempercepat penyembuhan, meredakan hemoroid, dan meningkatkan pengendalian urine (Harahap, 2020).

Senam kegel yang cukup sering dapat meningkatkan sirkulasi pada perineum sehingga mempercepat penyembuhan dan mengurangi pembengkakan (Urfah, 2021). Senam kegel dapat memperlancar peredaran darah menuju perineum, keadaan darah yang kaya akan oksigen yang বেশি diharapkan akan membantu proses penyembuhan. Pasien dapat melakukan senam kegel segera setelah melahirkan secara teratur setiap hari akan membantu penyembuhan luka jahitan perineum (Purwaningrum, 2022).

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik untuk melakukan proyek KIE terkait tentang ” Panduan Senam Kegel Guna Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas Dengan Media Edukasi Video”. Tujuan dibuat video guna untuk meningkatkan pengetahuan ibu nifas tentang senam kegel yang bermanfaat untuk mempercepat Penyembuhan ibu setelah melahirkan. Manfaat dari pembuatan video dapat menambah pengetahuan dan wawasan masyarakat pada umumnya dan ibu nifas pada khususnya.