

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Luka *perineum* terjadi pada saat bayi lahir baik secara spontan maupun dengan menggunakan alat atau tindakan. Robekan *perineum* umumnya terjadi pada garis tengah dan bisa menjadi luas apabila kepala janin lahir terlalu cepat. Robekan *perineum* hampir terjadi pada semua primipara dan tidak jarang pada persalinan berikutnya. Faktor *perineum* dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor maternal dan faktor janin (Nata dan Hibrisdayanti, 2024). Ruptur *perineum* spontan atau *episiotomi* dapat memberikan rasa ketidak nyamanan (nyeri) pada *ibu post partum* (Istiana, Rahmawati and Kusumawati, 2022)

Menurut (World Health Organization, 2021) terdapat 2,7 juta kasus luka *perineum* pada ibu bersalin, diperkirakan akan mencapai 6,3 juta di tahun 2050. Di Amerika Serikat, 40% ibu bersalin mengalami *ruptur perineum*, sedangkan di Asia, kasus *ruptur perineum* ditemukan pada sekitar 50% persalinan. Pada tahun 2022 dari total 1951 kelahiran spontan pervagina, 57% ibu mendapat jahitan *perineum* 28% karena *episiotomy* dan 29% karena robekan spontan (Depkes RI, 2022). Prevalensi ibu bersalin yang mengalami *rupture perineum* di Indonesia pada golongan umur 25-30 tahun yaitu 24% sedangkan pada ibu bersalin dengan usia 31-39 tahun sebesar 62%.

Berdasarkan Survei kesehatan Indonesia, (2023) jumlah ibu nifas pada persalinan normal mencapai 73,2 % dibandingkan persalinan secara *caesar* maupun metode lainnya, berdasarkan penyebabnya tanda bahaya nifas paling besar yaitu akibat perdarahan pada jalan lahir mencapai 42,7% dari yang lainnya. Sedangkan pada data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) di Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2023 mencapai 45% akibat perdarahan jalan lahir. Penyebab kematian ibu di Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2022 perdarahan sebanyak 99 kasus *rupture perineum* menjadi penyebab

utamanya (Survei kesehatan indonesi 2023). Prevelensi persalinan disertai luka perineum di Indonesia sebanyak 76% ibu bersalin yang mengalami luka perineum, di Jawa Tengah pada tahun 2022 terdapat 12.145 kasus dari 12.605 peraslinan. Mayoritas ibu bersalin mengalami luka perineum derajat I dan II. (Dinkes Jawa Tengah , 2022)

Dampak dari *rupture perineum* bisa menyebabkan terjadinya nyeri pada *perineum* yang dapat mempengaruhi kemampuan ibu untuk mobilisasi sehingga dapat menimbulkan komplikasi seperti perdarahan *postpartum*. Nyeri perineum dapat mengganggu kenyamanan ibu saat menyusui. Meskipun nyeri perineum tidak langsung berhubungan dengan menyusui, ketidaknyamanan yang ditimbulkan dapat menyebabkan ibu merasa stres atau kurang fokus saat menyusui, yang dapat mempengaruhi perkembangan emosional dan psikologis bayi. Bayi yang berada di lingkungan stres mungkin lebih cemas, rewel, atau lebih sulit beradaptasi (Nurhidayah *et al.*, 2022). Trauma pada *perineum* juga menimbulkan rasa tidak nyaman dan nyeri saat melakukan hubungan seksual. Selain itu, dapat terjadi infeksi pada luka jahitan dimana dapat merambat pada saluran kandung kemih atau pada jalan lahir yang dapat berakibat pada munculnya komplikasi infeksi kandung kemih maupun infeksi pada jalan lahir dan selain dari itu juga dapat terjadi *disparunia* dikarenakan jaringan parut yang terbentuk sesudah *laserasi perineum* (Erlinda *et al.*, 2022). Faktor yang mempengaruhi perawatan luka *perineum* adalah faktor *eksternal* meliputi lingkungan, pengetahuan, tradisi, penanganan petugas, kondisi ibu, gizi, dan sosial ekonomi. Sedangkan faktor *internal* meliputi usia, penanganan jaringan, *hemoragi*, *hipovolemia*, faktor *local edema*, *personal hygiene*, *defisit oxygen*, medikasi, dan aktifitas berlebih. Perawatan luka *perineum* bertujuan untuk mencegah infeksi pada kala nifas, meningkatkan rasa nyaman serta mempercepat penyembuhan. Infeksi terjadi pada luka perineum mengakibatkan ibu akan lebih lama menjalani perawatan di rumah sakit yang kemungkinan lebih lama dari biasanya dikarenakan Infeksi perineum dapat memperburuk proses penyembuhan tubuh,

memperlambat pemulihan, dan menyebabkan peningkatan biaya pengobatan yang tidak begitu sedikit (Istiana, *et. al.*, 2022)

Pengobatan untuk luka *perineum* dapat dilakukan dengan cara *farmakologi* dan *non farmakologi*. Terapi *farmakologi* merupakan terapi yang diberikan melalui antibiotik dan antiseptik namun memiliki efek samping seperti alergi, menghambat pembuatan kolagen yang berfungsi untuk penyembuhan luka (Priyanti, *et. al.*, 2024). Menurut Adrian, (2024), untuk mempercepat penyembuhan luka *perineum* dapat dilakukan dengan menerapkan kompres dingin pada area luka jahitan, memembersihkan 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 farmakologi* 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.

Kegel exercise merupakan 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, 2022). Latihan kegel adalah gerakan otot (*pubococcygeal*) pada *Kegel exercise*, berupa kontraksi dan gerakan peregangan. Efek dari gerakan otot ini termasuk meningkatkan sirkulasi darah dan oksigen ke otot dan jaringan sekitarnya, seperti *perineum*. Manfaat dari oksigen untuk luka di *perineum* yaitu dapat memulihkan dengan cepat karena efek oksigenasi (meningkatkan ketersediaan oksigen dan nutrisi untuk penyembuhan luka) (Asiyah, *et. al.*, 2023). *Kegel exercise* mempunyai berbagai macam manfaat antara lain membuat jahitan lebih rapat, mempercepat penyembuhan luka *perineum*, meredakan hemoroid, meningkatkan pengendalian atas urin (Pratiwi, 2021).

Kegel exercise bermanfaat untuk mengencangkan ligamentum pada panggul, serta dapat menyebabkan elastisitas pada jaringan perineum sebagai jalan lahir. Dampak *kegel exercise* terhadap penyembuhan luka pada perineum yang diakibatkan adanya kontraksi otot-otot *pubococcygeal* yang mempengaruhi peredaran oksigen dan melancarkan sirkulasi darah yang menyebabkan tumbuhnya epitel sel baru untuk menyatukan luka jahitan. *Kegel exercise* yang dilakukan oleh ibu setelah melahirkan mempunyai banyak keuntungan terutama pada luka akan menjadi lebih cepat sembuh, luka yang lebih cepat sembuh dapat menghindari terjadinya infeksi disebabkan oleh adanya luka perineum pada ibu (Hartati dan Nelfi, 2023)

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Susi, (2023) terhadap ibu post partum dengan 20 responden dimana 10 responden masuk ke dalam kelompok intervensi dan 10 kelompok kontrol. Responden yang digunakan adalah 20 responden dengan luka perineum derajat 1 dan 2. Hasil setelah dilakukan *kegel exercise* pada kelompok intervensi setelah diberikan *kegel exercise* 9 responden sembuh dan 1 responden belum sembuh, sedangkan pada kelompok kontrol 2 responden sembuh dan 8 responden belum sembuh. Dari hasil tersebut menyatakan hasil data dengan uji *mannwhitney* bahwa nilai $pvalue < \alpha$ yaitu $0,000 < \alpha$ alpha 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat efektivitas *kegel exercise* terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu setelah melahirkan.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Boyolali pada tahun 2021 terdapat 255 kasus (59,4%) dari 429 persalinan mengalami luka perineum derajat I dan II yaitu 86 kasus 55,5% dikecamatan Boyolali pada tahun 2021 kasus luka perineum mencapai 25-30 kasus (Dinkes Boyolali, 2021). Saat peneliti melakukan wawancara di klinik Annisa Boyolali terdapat 1 ibu nifas yang belum mengetahui apa *kegel exercise* untuk penyembuhan luka perineum. Bidan di klinik Annisa hanya melakukan edukasi nutrisi yang tinggi protein dengan mengonsumsi putih telur

rebus dan meningkatka *vulva hygiene*. Pada 2 bulan terakhir terdapat 16 kasus persalinan normal dengan luka perineum diklinik Annisa Boyolali.

Berdasarkan data tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian pada ibu post partum “Penerapan *Kegel Exercise* terhadap Luka *Perineum* pada Ibu Post Partum”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka dapat disimpulkan dalam rumusan masalah adalah : “Bagaimana penerapan *kegel exercise* terhadap luka *perineum* pada ibu *postpartum* sebelum dan sesudah melakukan *kegel exercise*?”

C. Tujuan

Tujuan umum

Mendiskripsikan hasil implementasi penerapan *kegel exercise* dalam memepercepat proses penyembuhan luka *perineum* pada ibu *postpartum*

Tujuan khusus:

1. Mendiskripsikan kondisi luka *perineum* pada ibu *postpartum* sebelum melakukan *kegel exercise*.
2. Mendiskripsikan hasil perubahan tingkat penyembuhan luka *perineum* setelah penerapan *kegel exercise*
3. Mendiskripsikan perbandingan hasil akhir luka perineum pada 2 responden sebelum dan sesudah diberikan penerapan *kegel exercise*

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat

Penelitian terhadap ibu *post partum* dengan luka *perineum* diharapkan masyarakat dapat memberikan informasi mengenai pentingnya *Kegel exercise* sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan pemulihan fungsi otot dasar panggul sehingga dapat mempercepat kembali aktivitas sehari-hari.

2. Bagi pengembangan ilmu dan teknologi keperawatan

- a. Dapat digunakan sebagai penelitian pendahuluan untuk mengawali penelitian lebih lanjut tentang tindakan *kegel exercise* secara tepat dalam memberikan asuhan keperawatan atau kebidanan pasien *post partum* normal
 - b. Sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan penelitian bidang keperawatan atau kebidanan tentang tindakan *kegel exercise* pada ibu *post partum* pada masa yang akan datang dalam rangka peningkatan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan atau kebidanan.
3. Bagi penulis
- Untuk memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan atau kebidanan di tatanan pelayanan keperawatan atau kebidanan, khususnya penelitian tentang penerapan *kegel exercise* untuk peneyembuhan luka *perineum* pada ibu *post partum*.