

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia merupakan salah satu negara yang mengadopsi *Millennium Development Goals* (MDGs), yang memiliki delapan tujuan. Beberapa tujuan dari MDGs dalam bidang kesehatan adalah menurunkan Angka Kematian Ibu (AKI), menurunkan angka kematian balita dan memerangi HIV atau AIDS, malaria, dan penyakit menular lainnya (Gunawan dan Astuti, 2015:183). Angka kematian Ibu merupakan salah satu indikator yang peka dalam menggambarkan kesejahteraan masyarakat di suatu negara. Menurut WHO kematian ibu adalah kematian selama kehamilan atau dalam periode 42 hari setelah berakhirnya kehamilan akibat semua sebab terkait dengan atau diperberat oleh kehamilan atau penanganannya, tetapi bukan disebabkan karena kecelakaan atau cedera (Meilinda, 2018:145).

Angka Kematian ibu biasanya terjadi karena tidak mempunyai akses ke pelayanan kesehatan ibu yang berkualitas, terutama pelayanan kegawatdaruratan tepat waktu yang dilatarbelakangi oleh terlambat mengenal tanda bahaya dan mengambil keputusan, terlambat mencapai fasilitas kesehatan, serta terlambat mendapatkan pelayanan di fasilitas kesehatan. Selain itu penyebab kematian maternal juga tidak terlepas dari kondisi ibu itu sendiri dan merupakan salah satu dari kriteria 4 terlalu, yaitu :Terlalu tua pada saat melahirkan <35 tahun. Terlalu muda pada saat melahirkan <20 tahun. Terlalu banyak anak >4 anak. Terlalu rapat jarak kelahiran atau paritas <2 tahun (Dinkes Jawa Tengah, 2017:36).

Jumlah kasus kematian ibu di Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2017 sebanyak 475 kasus, mengalami penurunan dibandingkan jumlah kasus kematian ibu tahun 2016 yang sebanyak 602 kasus. Dengan demikian Angka kematian ibu Provinsi Jawa Tengah juga mengalami penurunan dari

109,65 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2016 menjadi 88,05 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2017 (Dinkes Jawa Tengah, 2017:36).

Masa nifas masih potensial mengalami komplikasi sehingga perlu perhatian dari tenaga kesehatan. Kematian ibu masih dapat terjadi pada masa ini karena pendarahan atau sepsis. Ibu pasca persalinan yang sosial ekonomi dan pendidikan kurang, sering tidak mengerti potensi bahaya masa nifas ini. Mereka yang melahirkan dirumah sering tidak memperoleh pelayanan. Selama persalinan sering kali menimbulkan komplikasi pada masa nifas, sehingga membutuhkan penanganan dan pengawasan khusus. Bila uterus mengalami atau terjadi kegagalan dalam involusi sehingga bisa menyebabkan infeksi dan tertinggalnya sisa plasenta dalam uterus sehingga proses involusi uterus tidak berjalan dengan normal atau terlambat maka akan mengakibatkan pendarahan yang berlanjut atau post partum hemorrhage (Sari dan Safitry, 2018:40).

Pada ibu post partum involusi uterus merupakan proses yang sangat penting karena ibu memerlukan perawatan yang khusus, bantuan dan pengawasan demi pulihanya kesehatan seperti sebelum hamil. Salah satu indikator dalam proses involusi adalah Tinggi Fundus Uteri. Apabila fundus uteri berada diatas batas normal maka hal ini menandakan di dalam rahim terjadi sesuatu. Salah satunya adalah perdarahan didalam rahim, ini sangat berbahaya bila darah keluar dengan deras maka ibu kehilangan banyak darah sehingga dapat terjadi shock sampai terjadi kematian (Gunawan dan Astuti, 2015:183).

Penyebab terbanyak perdarahan setelah persalinan 50%-60% karena kelemahan atau tidak adanya kontraksi uterus. Kegagalan miometrium berkontraksi secara sempurna akan menimbulkan gangguan serius sehingga terjadi perdarahan hebat setelah melahirkan. Untuk itu penting dilakukannya pelayanan nifas bagi ibu sebagai salah satu pilar utama dalam strategi penurunan AKI (Rullynil *et al.*, 2014:319).

Perdarahan post partum dapat terjadi akibat kontraksi uterus yang kurang baik dan uterus yang lembek. Salah satu cara agar kontraksi tetap

baik sampai akhir nifas adalah mobilisasi dan gerakan sederhana seperti senam nifas. Karena dengan senam nifas maka otot-otot yang berada pada uterus akan mengalami kontraksi dan reteraksi yang mana dengan adanya kontraksi ini akan menyebabkan pembuluh darah pada uterus yang meregang dapat terjepit sehingga perdarahan dapat terhindar (Gunawan dan Astuti, 2015:184).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Meilinda (2018:150) tentang perbandingan efektifitas pijat oxytocin dengan senam nifas terhadap penurunan tinggi fundus uteri terdapat perbedaan yang signifikan. Senam nifas lebih efektif dalam penurunan tinggi fundus uteri dibanding pijat oxytocin. Hal ini sama dengan penelitian yang dilakukan Rullynil *et al.* (2014:324) tentang pengaruh senam nifas terhadap penurunan tinggi fundus uteri. Penurunan tinggi fundus uteri lebih cepat pada kelompok senam nifas dibandingkan dengan kelompok yang tidak melakukan senam nifas.

Namun hal ini bertentangan dengan penelitian yang dilakukan Sahal *et al.* (2016:8) tentang efektivitas *massase* uterus dengan pijat oksitosin terhadap penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum. *Massase* uterus dengan pijat oksitosin efektif dalam menurunkan TFU pada ibu postpartum, jika dilihat dari rerata penurunan TFU antara *massase* uterus dengan pijat oksitosin lebih efektif *massase* uterus dari pada pijat oksitosin.

Dari hasil uraian jurnal penelitian yang tertera diatas ada beberapa cara untuk menurunkan TFU pada ibu post partum yaitu : pijat oxytocin, senam nifas dan *massase* uterus. Berdasarkan uraian tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian penerapan senam nifas terhadap penurunan Tinggi Fundus Uteri pada ibu post partum karena senam nifas efektif untuk menurunkan Tinggi Fundus Uteri.

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo. Jumlah sasaran ibu hamil di Puskesmas Kartasura pada tahun 2018 itu paling banyak yaitu sejumlah 2011 ibu hamil. Dan dari hasil wawancara pada bidan di Puskesmas Kartasura pada ibu post partum yang ada di puskesmas kartasura belum ada yang pernah melakukan senam nifas

maka dari itu penulis ingin melakukan penerapan senam nifas di Puskesmas Kartasura.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka pokok masalah penelitian yang dapat dirumuskan adalah : “Apakah penerapan Senam Nifas dapat membantu menurunkan Tinggi Fundus Uteri pada Ibu Post Partum?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hasil implementasi pengaruh Senam Nifas terhadap penurunan Tinggi Fundus Uteri pada ibu post partum di Puskesmas Kartasura.

2. Tujuan khusus

- a. Mendiskripsikan Tinggi Fundus Uteri ibu post partum sebelum dilakukan senam nifas di Puskesmas Kartasura.
- b. Mendiskripsikan Tinggi Fundus Uteri ibu post partum sesudah dilakukan senam nifas di Puskesmas Kartasura.
- c. Mendiskripsikan perubahan Tinggi Fundus Uterus ibu post partum sebelum dan sesudah melaksanakan senam nifas di Puskesmas Kartasura.

D. Manfaat penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi:

1. Masyarakat

Dapat mengetahui manfaat senam nifas untuk penurunan Tinggi Fundus Uteri agar tidak terjadi perdarahan dan masyarakat memperoleh pengetahuan tentang cara melakukan senam nifas pada ibu post partum.

2. Tenaga kesehatan

Sebagai gambaran bagi tenaga kesehatan mengenai penerapan senam nifas untuk menurunkan Tinggi Fundus Uteri pada ibu post partum dan agar dapat diterapkan oleh tenaga kesehatan.

3. Penulis

Dapat memperoleh pengetahuan dan keterampilan dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan di tatanan pelayanan kesehatan, khususnya penelitian tentang penerapan senam nifas untuk menurunkan Tinggi Fundus Uteri pada ibu post partum.