

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Persalinan adalah proses membuka dan menipisnya serviks dan janin turun ke dalam jalan lahir. Persalinan dan kelahiran normal adalah proses pengeluaran janin yang terjadi pada kehamilan cukup bulan 37-42 minggu, lahir spontan dengan presentasi belakang kepala, tanpa komplikasi baik ibu maupun bayi. Pengertian lain dari persalinan spontan dengan tenaga ibu, persalinan buatan dengan bantuan, persalinan anjuran bila persalinan terjadi tidak dengan sendirinya tetapi melalui pacuan. Persalinan dikatakan normal bila tidak ada penyulit. (Inces & Margareth, 2013).

Masa nifas merupakan masa sesudah persalinan dan kelahiran bayi, plasenta serta selaput yang diperlukan untuk memulihkan kembali organ kandungan seperti sebelum hamil dengan waktu kurang lebih 6 minggu (Saleha, 2009). Berlangsung selama kira – kira 6 minggu atau 42 hari, namun secara keseluruhan akan pulih dalam waktu 3 bulan (Anggraini, 2010). Selama kehamilan dan persalihan, ibu banyak mengalami perubahan fisik seperti dinding perut menjadi kendur, longgarnya liang senggama dan otot dasar panggul.

Ibu yang bersalin secara normal beberapa ada yang tidak mengalami robekan karena jalan lahirnya cukup elastis ketika dilalui bayi pada saat proses persalinan, namun ada yang memerlukan bantuan dokter maupun bidan untuk memperlebar jalan lahir dengan dilakukan episiotomy. Proses persalinan hampir 90% yang mengalami robekan perineum, baik dengan atau tanpa episitomy. (Ridhayanti, 2013). Luka perineum didefinisikan sebagai robekan pada jalan rahim maupun karena episotomy pada saat melahirkan janin (Rendra, 2009).

Berdasarkan *World Health Organization* (WHO) tahun 2009 menyebutkan terjadi 2,7 juta kasus luka perineum pada ibu bersalin, angka ini diperkirakan akan mencapai 6,3 juta pada tahun 2050. Prevalensi ibu bersalin yang mengalami luka perineum di Indonesia pada golongan umur 25-30 tahun yaitu 24% dan pada usia 32-39 tahun sebesar 62% (Afandi, 2014). Pada tahun 2013 terjadi 57% ibu mendapat jahitan perineum (28% karena episiotomi dan 29% karena robekan spontan) (Depkes RI, 2013).

Luka pada perineum dapat mengakibatkan infeksi akibat masuknya mikroorganisme ke dalam luka perineum. Infeksi tidak hanya menghambat proses penyembuhan luka perineum tetapi juga dapat menyebabkan kerusakan pada jaringan sel penunjang, sehingga akan menambah ukuran dari luka itu sendiri, baik panjang maupun kedalaman luka. Biasanya penyembuhan luka pada hari ke enam dan hari ke tujuh post partum ada yang mengalami keterlambatan penyembuhannya (Sahela, 2013).

Penghambat penyembuhan luka adalah malnutrisi, merokok, kurang tidur, stress, kondisi medis dan terapi, apusan kurang optimal, lingkungan optimal untuk penyembuhan luka, infeksi dan mobilisasi (Ari, 2016). Sedangkan menurut Bahiyatun (2009) keterlambatan penyembuhan luka dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu kurang nutrisi, kurang menjaga kebersihan diri atau perineum, kurang istirahat dan kurang mobilisasi.

Penatalaksanaan untuk penyembuhan luka perineum berupa farmakologis yaitu obat-obatan dan non farmakologis yaitu kompres es pada perineum, menyiram air hangat ke daerah perineum, tidak memakai tampon, tidak mencuci vagina, basuh rendam, menggunakan bantal plastik, berbaring istirahat, mobilisasi. (Ratnawati, 2016). Mobilisasi masa nifas dilakukan secara bertahap sesuai kekuatan ibu. Mobilisasi ini dapat mengencangkan otot – otot perut dan perineum, juga mempercepat penyembuhan luka, mencegah komplikasi, meningkatkan otot – otot punggung, pelvis dan abdomen (Bahiyatun, 2009). Mobilisasi yang efektif

dilakukan untuk ibu nifas dalam mempercepat proses penyembuhan luka perineum dengan latihan kegel (Bobak, 2015).

Latihan kegel adalah latihan yang bertujuan untuk memperkuat otot-otot dasar panggul terutama otot *pubococcygeal* sehingga seorang wanita dapat memperkuat otot-otot saluran kemih dan otot vagina (Anggriyana, 2010). Latihan ini bisa dilakukan segera setelah melahirkan untuk mempercepat penyembuhan dan pemulihan (Widianti dan Proverawati, 2010). Latihan kegel juga dapat membantu penyembuhan luka perineum serta pemulihan tonus otot daerah vagina, perineum dan panggul dengan meningkatkan sirkulasi dan aktivitas otot – otot isometrik, meredakan hemoroid, varises vulva, meningkatkan pengendalian atas otot - otot *sfincter* dan memperbaiki respon verbal (Bahiyatun, 2009). Kontraksi dilakukan selama beberapa detik kemudian dilepaskan. Latihan ini diulang 50 sampai 100 kali dan dapat dilakukan beberapa kali dalam sehari. Ibu post partum yang melakukan latihan kegel secara teratur menunjukkan pemulihan yang lebih cepat (Reeder, 2011).

Berdasarkan survei penelitian yang dilakukan Rania (2016) menyatakan bahwa latihan kegel pada masa post partum memiliki dampak yang signifikan terhadap penurunan nyeri perineum dan mempercepat penyembuhan luka perineum. Menurut penelitian lain yang mendukung manfaat senam kegel terhadap penyembuhan luka perineum dilakukan oleh Anitini (2016) menyatakan waktu penyembuhan luka perineum pada ibu post partum yang melakukan senam kegel lebih cepat dibandingkan ibu yang tidak melakukan senam kegel. Rata - rata waktu penyembuhan luka perineum pada kelompok ibu postpartum normal yang melakukan senam kegel adalah 6 hari, sedangkan pada kelompok ibu postpartum normal yang tidak melakukan senam kegel waktu penyembuhan luka yaitu selama 7 hari.

Hasil observasi yang dilakukan di RT 03 RW 03 Kelurahan Ngemplak didapatkan 8 orang ibu nifas dan 7 orang yang mengalami luka perineum setelah melahirkan. Ibu nifas belum pernah melakukan tindakan

non farmakologi dan belum mengetahui manfaat latihan kegel terhadap penyembuhan luka perineum. Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti ingin mengetahui apakah latihan kegel dapat mempercepat penyembuhan luka perinium pada ibu nifas. Peneliti sangat tertarik untuk meneliti “Penerapan latihan kegel terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di wilayah kerja puskesmas Kartasura, Kabupaten Sukoharjo ”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas maka dapat disimpulkan dalam rumusan masalah adalah : “Bagaimanakah penyembuhan luka perineum pada ibu nifas sebelum dan sesudah dilakukan penerapan latihan kegel ?”

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan Umum

Mendiskripsikan hasil implementasi latihan kegel terhadap waktu penyembuhan luka perineum pada ibu nifas normal.

Tujuan Khusus :

1. Mendiskripsikan hasil pengamatan penyembuhan luka dan perubahan karakteristik penyembuhan luka perineum pada ibu nifas sebelum dilakukan latihan kegel.
2. Mendiskripsikan hasil pengamatan penyembuhan luka dan perubahan karakteristik penyembuhan luka perineum pada ibu nifas sesudah dilakukan latihan kegel.
3. Mendiskripsikan perbedaan perkembangan penyembuhan luka dan perubahan karakteristik penyembuhan luka perineum pada ibu nifas sebelum dan sesudah dilakukan latihan kegel.

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Bagi Masyarakat dan Ibu Nifas

Dengan adanya penelitian ini terhadap ibu nifas dengan luka perineum diharapkan masyarakat dapat memberikan informasi kepada ibu nifas tentang latihan kegel. Karena dengan latihan kegel ini sangat bermanfaat untuk membantu penyembuhan luka pada perineum dan juga memiliki banyak manfaatnya.

2. Bagi Perawat

Memberikan edukasi atau masukan dalam program peningkatan mutu pelayanan kesehatan tentang pentingnya kelas ibu hamil.

3. Bagi Peneliti Berikutnya

Sebagai bahan referensi untuk peneliti yang sejenis selanjutnya.

