

BAB 1

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Menurut WHO (world health organization), pada tahun 2012 angka kematian ibu di dunia 287.000, WHO memperkirakan ada 500.000 kematian ibu melahirkan di seluruh dunia setiap tahunnya, penyumbang terbesar dari angka tersebut merupakan negara berkembang yaitu 99%. Perempuan meninggal akibat komplikasi selama dan setelah kehamilan serta persalinan. Sebagian besar komplikasi ini berkembang selama kehamilan. Komplikasi utama penyumbang 80% kematian ibu adalah perdarahan parah (sebagian besar perdarahan postpartum akibat involusi yang tidak baik), infeksi (biasanya setelah melahirkan), tekanan darah tinggi selama kehamilan (preeklampsia dan eklampsia) dan aborsi tidak aman. Sisanya disebabkan oleh penyakit malaria dan AIDS selama kehamilan. Menurut WHO (world health organization), diseluruh dunia setiap menit seorang wanita meninggal karena komplikasi yang terkait dengan kehamilan, persalinan dan masa nifas. Dengan kata lain, 1.400 wanita meninggal setiap hari atau lebih dari 500.000 setiap tahun (World Health Organization, 2012).

Berdasarkan Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) terakhir tahun 2012 Angka Kematian Ibu (AKI) masih tinggi sebesar 359 per 100.000 kelahiran hidup. Angka kematian ibu mengalami penurunan dari 390 menjadi 228 per 100.000 kelahiran hidup. (Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2012)

Angka Kematian Ibu (AKI) di Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2016 sebanyak 602 kasus, mengalami penurunan dibandingkan jumlah kasus kematian ibu tahun 2015 yang sebanyak 619 kasus. Dengan demikian Angka Kematian Ibu Provinsi Jawa Tengah juga mengalami penurunan dari 111,16 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2015 menjadi 109,65 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2016. Sebesar 63,12 persen kematian maternal

terjadi pada waktu nifas, pada waktu hamil sebesar 22,92 persen, dan pada waktu persalinan sebesar 13,95 persen. (Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2016).

Angka Kematian Ibu (AKI) di Kabupaten Sragen pada tahun 2015 sebesar 112,72 per 100.000 kelahiran hidup naik dibandingkan dengan tahun 2013 67,3 per 100.000 kelahiran hidup, tahun 2012 107,2 per 100.000 kelahiran hidup, pada tahun 2011 terdapat 98,1 per 100.000 kelahiran hidup, tahun 2010 128,6 per 100.000 kelahiran hidup dan pada tahun 2009 terdapat 65,9 per 100.000 kelahiran hidup. (Dinas Kesehatan Sragen, 2014).

Angka Kematian Ibu (AKI) di kecamatan kedawung pada tahun 2014 sebesar 2 dari 1.025 kelahiran hidup, angka kematian ibu di kecamatan kedawung tersebut termasuk tinggi dibandingkan dengan angka kejadian kematian ibu di kecamatan yang ada di kabupaten sragen (Dinas Kesehatan Sragen, 2014)

Angka Persalinan di Klinik Bersalin Bidan Sri Rahayu pada tahun 2017 sebesar 30 pasien.

Masa nifas adalah masa enam minggu sejak bayi lahir sampai organ-organ reproduksi kembali ke keadaan normal sebelum lahir (Saufika, 2014)

Masa nifas adalah masa pulih kembali dimulai dari persalinan selesai sampai alat-alat kandungan kembali seperti pra-hamil, lamanya 6-8 minggu (Handayani, 2011)

Gangguan masa nifas salah satunya adalah gangguan proses pemulihan kondisi fisik ibu postpartum yaitu proses *involutio uteri* dan kejadian diastis rectus abdominis (pemisahan otot-otot perut). Gangguan proses involusi uteri yang tidak sempurna diantaranya adalah sub involusio uteri yang dapat mengakibatkan perdarahan, selain itu adalah hiperinvolutio uteri (Indriyastuti, 2014)

Perdarahan post partum adalah perdarahan lebih dari 500 cc yang terjadi setelah bayi lahir pervaginam atau lebih dari 1.000 ml setelah persalinan abdominal. Kondisi dalam persalinan menyebabkan kesulitan untuk menentukan jumlah perdarahan yang terjadi, maka batasan jumlah perdarahan disebutkan sebagai perdarahan yang lebih dari normal yang telah menyebabkan

perubahan tanda vital, antara lain pasien mengeluh lemah, limbung, berkeringat dingin, menggigil, hiperpnea, tekanan darah sistolik <90 mmHg, denyut nadi > 100 x/menit, kadar Hb <8 g/dL (Nugroho, 2012).

Guna mengatasi gangguan masa nifas khususnya dalam proses *involutio uteri*, maka perawatan masa post partum sangat diperlukan, diantaranya melalui senam nifas. Dalam hal ini senam dilakukan untuk melatih mobilisasi dini ibu post partum, sehingga dapat membantu proses pemulihan organ tubuh setelah persalinan. Senam nifas yang dilakukan setelah melahirkan merupakan salah satu bentuk bentuk ambulasi dini untuk mengembalikan perubahan fisik seperti saat sebelum hamil dan mengembalikan tonus otot-otot perut bagian bawah. Kontraksi otot-otot akan membantu proses *involutio* yang dimulai setelah plasenta keluar segera setelah melahirkan. Ambulasi secepat mungkin dan frekuensi sering sangat diperlukan dalam proses *involutio* (Indriyastuti, 2014)

Senam nifas dapat membantu pengembalian *involutio uteri* lebih cepat dibanding dengan yang tidak diberikan senam nifas. Karena dengan senam nifas, ibu akan diberikan beberapa gerakan-gerakan yang berguna untuk mengencangkan otot-otot, terutama otot perut, abdomen, lutut, bokong, tungkai, dimana gerakan-gerakan itu mampu membantu pengembalian *involutio uteri* lebih cepat. Hasil dari senam nifas itu sendiri yaitu membantu pasien dalam penyembuhan rahim, perut dan otot panggul yang mengalami trauma ketika melahirkan, serta mempercepat kembalinya bagian-bagian tersebut ke bentuk normal dan pengembalian *involutio uteri* (Munayarokh, 2015)

Senam nifas merupakan sederetan gerakan-gerakan tubuh yang dilakukan setelah melahirkan bayi, guna memulihkan dan mempertahankan tonus otot, khususnya yang berkaitan dengan kehamilan dan persalinan (Maryunani, 2014)

Senam nifas merupakan latihan jasmani yang berfungsi untuk mengembalikan kondisi kesehatan, untuk mempercepat penyembuhan, mencegah timbulnya komplikasi, memulihkan dan memperbaiki regangan pada otot-otot setelah kehamilan, terutama pada otot-otot bagian punggung, dasar panggul dan perut (Siregar, 2014)

Survei dari penelitian yang telah dilakukan oleh munayarokh,dkk(2015), tentang pengaruh Senam Nifas Terhadap Kecepatan *Involusio Uterus* pada Ibu Nifas. Penurunan TFU diketahui baik pada ibu yang melakukan senam nifas. Ada perbedaan terhadap involusi uteri pada ibu post partum yang diberikan senam nifas ($p < 0,05$).

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk melakukan aplikasi jurnal dalam asuhan keperawatan yang dituangkan dalam karya tulis ilmiah yang berjudul “Penerapan Senam Nifas Terhadap Penurunan *Involusio Uterus* Pada Ibu Post Partum”.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang diatas maka pokok masalah penelitian yang dapat dirumuskan adalah : “Apakah penerapan Senam Nifas dapat membantu pemulihan *involusio uterus*? “

C. TUJUAN PENULISAN

1. Tujuan Umum

Mendeskripsikan penerapan senam nifas terhadap kecepatan *involusio uterus*.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil pengukuran *involusio uterus* sebelum dilakukan Senam nifas.
- b. Mendeskripsikan hasil pengukuran *involusio uterus* setelah dilakukan Senam nifas
- c. Mendeskripsikan perbedaan *involusio uterus* sebelum dan setelah dilakukan Senam nifas

D. MANFAAT PENULISAN

1. Bagi Pasien

Dapat digunakan sebagai informasi keperawatan mandiri atau keluarga bagi pasien sehingga dapat memberikan manfaat yang baik setelah diberikan senam nifas

2. Bagi Penulis

Menambah ilmu pengetahuan melalui penerapan penelitian tentang senam nifasterhadap kecepatan *involusio uterus* pada ibu nifassehingga dapat memberikan terapi non-farmakologi yang efektif untuk kecepatan *involusio uterus* pada ibu nifas.

3. Bagi Perawat

Dapat menjadi intervensi asuhan keperawatan pada pasien ibu nifas sehingga dapat membantu dan mengurangi terjadinya komplikasi penyakit berkelanjutan.

4. Bagi Masyarakat

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi kepada masyarakat tentang upaya pencegahan dan latihan yang efektifbagi ibu nifas