

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Masa nifas (*puerperium*) merupakan masa dimulai setelah plasenta lahir dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil. Berlangsung selama kira-kira 6 minggu/ 42 hari, namun secara keseluruhan akan pulih dalam waktu 3 bulan (Hasana, 2012). *Post partum* adalah masa pulih kembali dimulai dari persalinan selesai sampai alat-alat kandungan kembali seperti pra-hamil, lamanya 6 sampai 8 minggu (Handayani, 2011). Masa *peurperium* atau masa nifas mulai setelah partus selesai, dan berakhir setelah kira-kira 6 minggu. Akan tetapi, seluruh alat genital baru pulih kembali seperti sebelum ada kehamilan dalam waktu 3 bulan. Proses pemulihan kesehatan ibu pada masa nifas merupakan suatu hal yang sangat penting karena pada masa itu rawan sekali untuk terjadi komplikasi-komplikasi pada ibu melahirkan diantaranya adalah infeksi genitalia (Martini, 2015).

Berdasarkan Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012, AKI (Angka Kematian Ibu) sebesar 359 per 100.000 kelahiran hidup. Angka ini masih cukup tinggi dibandingkan dengan negara-negara tetangga dikawasan ASEAN (*Association of South East Asia Nations*). Pada tahun 2007, ketika AKI di Indonesia 228, AKI di Singapura hanya 6 per 100.000 kelahiran hidup, Brunai 33 per 100.000 kelahiran hidup, Filipina 112 per 100.000 kelahiran hidup, serta Malaysia dan Vietnam sama-sama mencapai 160 per 100.000 kelahiran hidup. AKI di Indonesia sejak tahun 1991 sampai 2007 mengalami penurunan dari 390 sampai 228 per 100.000 kelahiran hidup. Namun pada tahun 2012 SDKI kembali mencatat kenaikan AKI yang signifikan, yakni dari 228 menjadi 359 kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup (Dinas Kesehatan Indonesia, 2014).

AKI di Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2011 sebanyak 116,01 per 100.000 tahun 2012 terdapat 116,34 per 100.000 tahun 2013 sebanyak 118,62

dan pada tahun 2014 terdapat 111,16 per 100.000 Kelahiran Hidup. Jumlah kasus kematian ibu di Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2015 sebanyak 619 kasus, mengalami penurunan cukup signifikan dibandingkan jumlah kasus kematian ibu tahun 2014 yang mencapai 711 kasus. Kabupaten dengan kasus kematian ibu tertinggi adalah Brebes yaitu 52, diikuti kota Semarang 35 kasus, Kota Sukoharjo 20 kasus, Kota Karanganyar AKI mencapai 16 kasus, Sragen 15 kasus, Wonogiri 15 kasus, dan Surakarta 5 kasus. Sebesar 60,90 persen kematian maternal terjadi pada waktu nifas, pada waktu hamil sebesar 26,33 persen, dan pada waktu persalinan sebesar 12,76 persen. Sedangkan untuk penyebab kematian yaitu pendarahan sebanyak 21,14%, Hipertensi 26,34%, untuk Infeksi 2,76%, Gangguan sistem peredaran darah 9,27% dan lain-lain sebesar 40,49% (Dinas Kesehatan Jawa Tengah, 2015).

AKI di Kabupaten Sukoharjo pada tahun 2015 terdapat 20 kematian ibu yang terdiri dari 10 kematian ibu hamil, 2 kematian ibu bersalin dan 8 kematian ibu nifas. Sehingga estimasi AKI Maternal pada tahun 2015 adalah 159,06 per 100.000 Kelahiran Hidup. Angka ini cukup signifikan bila dibandingkan tahun 2014 sebesar 100,47 per 100.000 kelahiran hidup serta pada tahun 2013 sekitar 98,86 per 100.000 Kelahiran Hidup. Jumlah kematian tertinggi yaitu di Kecamatan Sukoharjo sebanyak 4 kematian, Kartosuro 2 kematian, Weru 2 kematian dan Baki 1 kematian (Dinas Kesehatan Sukoharjo, 2015).

Terdapat sekitar 40% dari 10 ibu nifas yang mengalami infeksi perinial dan mengakibatkan keterlambatan penyembuhan luka *perineum*. Keterlambatan penyembuhan luka *perineum* pada ibu nifas dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu nutrisi, kurang menjaga kebersihan diri atau *perineum*, kurang istirahat, kurang mobilisasi dan olah raga seperti senam nifas sehingga dapat menimbulkan infeksi. Mobilisasi masa nifas dilakukan secara bertahap sesuai kekuatan ibu. Mobilisasi dapat mengencangkan otot-otot perut dan *perineum*, juga mempercepat penyembuhan luka, mencegah komplikasi, meningkatkan otot-otot punggung, *pelvis* dan abdomen. Tapi banyak ibu yang enggan dalam melakukan mobilisasi sehingga mempengaruhi kelancaran sirkulasi darah ke jaringan yang luka dan keadaan tersebut jika berlansung

lama akan berakibat meningkat kan resiko infeksi genetalia. 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. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mempercepat penyembuhan luka *perineum* yaitu dengan melakukan senam nifas. Didalam senam nifas terdapat gerakan *kegel*, melakukan secara rutin senam *kegel* dapat membantu mempercepat penyembuhan luka *perineum*.

Survey awal penelitian yang telah dilakukan Martini (2015) yang menyatakan bahwa hampir semua (93,3%) penyembuhan luka *perineum* cepat pada ibu *post partum* di wilayah kerja Puskesmas Kalitengah Lamongan yang mendapatkan latihan *kegel*, latihan *kegel* didapatkan perubahan karakteristik penyembuhan luka pada hari pertama, keempat dan ketujuh dimana pada awalnya luka akan basah, tidak ada tanda granulasi, luka jelek setelah beberapa hari (hari ke-4) bekas luka akan mengalami perubahan luka menjadi kering, mulai ada tanda granulasi, luka mulai membaik dan tidak ada perlengketan saat pergantian pembalut. Dan dalam 7 hari akan didapatkan hasil penyembuhan luka *perineum* yang baik dengan karakteristik luka kering bekas luka baik. Namun ada juga yang telah dilakukan latihan senam *kegel* tetapi masih mengalami penyembuhan luka yang lambat karena ada responden yang memiliki pantang makanan dimana hanya makan tahu dan tempe dan juga kurang minum. Dapat disimpulkan bahwa dengan melakukan senam *kegel* ini dapat membantu penyembuhan luka pada *perineum* ibu *post partum*. Seperti penelitian Antini, *et al* (2016) yang mengatakan bahwa senam *kegel* dapat dilakukan sebanyak 1-2 kali dalam seminggu pada hari pertama dan kedua setelah persalinan dan dilakukan kurang lebih 1 jam didapatkan hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata hari kesembuhan luka untuk senam *kegel* lebih cepat sekitar 3-4 hari.

Senam *kegel* merupakan senam untuk mengutkan otot panggul, senam *kegel* memberikan banyak manfaat bagi ibu selama hamil, bersalin, dan nifas. Senam ini dapat mencegah robeknya *perineum*, mengurangi kemungkinan masalah *urinase* seperti inkontinensia pasca persalinan, mengurangi resiko

terkena *hemoroid*, mempermudah proses persalinan dan membantu penyembuhan *post partum*. Selain untuk membantu dalam penyembuhan luka senam *kegel* juga bisa sebagai alternatif dalam mengatasi nyeri.

Hasil data jumlah ibu melahirkan yang didapat dari Rekam Medis di Bidan Bersalin Wulan Kartosuro tahun 2017 terdapat data ibu melahirkan normal sebanyak 53 pasien. Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu bidan yang bekerja di rumah bersalin tersebut bahwa untuk penyembuhan luka pada *perineum* biasanya diberikan obat antibiotik dan hasil dari kuisioner dari 10 orang pengunjung 7 orang dari mereka mengatakan bahwa ditempat tersebut belum dilatih senam *kegel* dan mereka belum mengetahui tentang senam *kegel*.

Berdasarkan data diatas maka peneliti ingin mengetahui “Penerapan senam *kegel* terhadap waktu penyembuhan luka *perineum* pada ibu *post partum* normal”.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan hasil diatas rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah senam *kegel* dapat membantu waktu penyembuhan luka *perineum* pada ibu *post partum*?”.

C. TUJUAN PENELITIAN

Tujuan Umum:

Mendiskripsikan hasil implementasi senam kegel terhadap waktu penyembuhan luka *perineum post partum* normal.

Tujuan Khusus:

1. Mendiskripsikan hasil pengamatan waktu penyembuhan luka *perineum* pada ibu *post partum* normal sebelum dilakukan senam *kegel*.
2. Mendiskripsikan hasil pengamatan waktu penyembuhan luka *perineum* pada luka *post partum* normal sesudah dilakukan senam *kegel*.
3. Mendiskripsikan perkembangan waktu penyembuhan luka *perineum* pada ibu *post partum* normal sebelum dan sesudah dilakukan senam *kegel*.

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Masyarakat dan Ibu Hamil

Dengan adanya penelitian ini terhadap ibu *post partum* normal dengan luka *perineum* diharapkan masyarakat dapat memberikan informasi kepada ibu *post partum* tentang senam *kegel* ini. Karena senam *kegel* ini sangat bermanfaat untuk membantu penyembuhan luka pada *perineum* selain untuk membantu penyembuhan luka senam *kegel* ini juga memiliki banyak manfaatnya.

2. Bagi Perawat

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

3. Bagi Peneliti Berikutnya

Sebagai bahan referensi untuk penelitian yang sejenis selanjutnya.