

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa pemulihan dari sembilan bulan kehamilan dan proses kelahiran disebut dengan masa nifas (*post partum*). Masa nifas berlangsung selama kira-kira 6 minggu dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum kehamilan (Maryunani, 2009 : 1).

Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia merupakan yang tertinggi di ASEAN, yaitu 228/100.000 kelahiran hidup (Survei Demografi Kesehatan Indonesia/ SDKI 2010) target MDG's 2015 menjadi 102 / 100.000 kelahiran hidup (DepKes RI, 2010).

Millenium Development Goal (MDGs) 2000 menyebutkan bahwa pada tahun 2015 diharapkan angka kematian ibu dari 228 per 100.000 kelahiran hidup. Penurunan angka kematian tersebut menjadi 102 per 100.000 kelahiran hidup. Penurunan angka kematian tersebut di fokuskan pada penyebab langsung kematian ibu yaitu, perdarahan 28 % eklamsia 24 %, infeksi 11 %, komplikasi *perineum* 8 %, partus macet 5 %, abortus 5 % dan penyebab tidak langsung 23 % (Wahyuningsih, 2014)

Angka kematian Ibu (AKI) di Propinsi Jawa Tengah pada tahun 2011 sebanyak 116/100.000 kelahiran hidup meningkat dibanding tahun 2010 yaitu 105/100.000. Adapun faktor penyebab langsung kematian ibu adalah perdarahan 60%, *preeklamsi* dan *eklamsi* 20%, infeksi 20% (Dinas Kesehatan Provinsi Jateng, 2011).

Angka kematian ibu Provinsi Jawa Tengah tahun 2014 berdasarkan laporan dari kabupaten/kota sebesar 126,55/100.000 kelahiran hidup, mengalami peningkatan bila dibandingkan dengan AKI pada tahun 2013 sebesar 118,62/100.000 kelahiran hidup, hal ini berarti terjadi peningkatan permasalahan kematian ibu di Provinsi Jawa Tengah. Sebesar 57,95% kematian maternal terjadi pada waktu nifas, pada waktu hamil sebesar 27,00% dan pada waktu persalinan sebesar 15,05%. Sementara berdasarkan kelompok umur, kejadian kematian maternal terbanyak adalah pada usia produktif (20-34 tahun) sebesar 62,02%, kemudian pada kelompok umur >35 tahun sebesar 30,52% dan pada kelompok umur <20 tahun sebesar 7,45%. (Dinas Kesehatan Provinsi Jateng, 2014) .

Profil kesehatan surakarta (2015) menyatakan cakupan kunjungan ibu hamil, persalinan ditolong tenaga kesehatan dan pelayanan kesehatan ibu nifas di puskesmas gajahan mengalami peningkatan dari tahun 2015 sampai tahun 2016. Jumlah cakupan kunjungan ibu hamil sebesar 563 jiwa menjadi 615 jiwa, untuk jumlah persalinan ditolong tenaga kesehatan dan pelayanan kesehatan ibu nifas sebesar 500 jiwa menjadi 514 jiwa.

Nyeri adalah pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan akibat dari kerusakan jaringan yang actual dan potensial. Nyeri sangat mengganggu dan menyulitkan banyak orang dibanding suatu penyakit manapun (Smeltzer, 2010).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada bulan Maret 2014 di Rumah Sakit Sariningsih Bandung terhadap 7 orang ibu *post partum* normal

diperoleh data bahwa semua ibu mengalami nyeri pada hari ke-1, 2 orang ibu mengalami nyeri pada saat > 3-4 jam *post partum* dan 5 orang ibu pada saat >1-2 jam *post partum*. Karakteristik nyeri yang dirasakan ibu *post partum* pada hari ke 1 yaitu mulas pada bagian abdomen bawah dengan skala 4-5 yang berarti nyeri sedang. Nyeri kontraksi uterus yang dirasakan timbul pada saat ibu berdiam dan melakukan aktivitas Durasi nyeri yang dirasakan ibu berkisar 1-5 menit.

Metode non farmakologis bukan merupakan pengganti obat - obatan, tindakan ini diperlukan untuk mempersingkat episode nyeri yang berlangsung hanya beberapa detik atau menit. Mengkombinasikan metode non farmakologis dengan obat- obatan merupakan cara yang paling efektif untuk mengontrol nyeri. Pengendalian nyeri non farmakologis menjadi lebih murah, mudah, efektif dan tanpa efek yang merugikan. (Potter & Perry, 2005). Salah satu metode untuk mengatasi nyeri secara non-farmakologis adalah terapi relaksasi autogenik (Asmadi, 2008). Relaksasi merupakan suatu keadaan dimana seseorang merasakan bebas mental dan fisik dari ketegangan dan stress. Teknik relaksasi bertujuan agar individu dapat mengontrol diri ketika terjadi 30 rasa ketegangan dan stres yang membuat individu merasa dalam kondisi yang tidak nyaman. (Potter & Perry, 2005).

Penatalaksanaan nyeri yang dilakukan oleh ibu adalah melakukan teknik nafas dalam, distraksi dengan berjalan, aktivitas secara perlahan, dan berdiam sejenak. Strategi penatalaksanaan nyeri mencakup baik pendekatan farmakologis dan non farmakologis. Semua intervensi akan sangat berhasil bila

dilakukan sebelum nyeri menjadi lebih parah dan keberhasilan sering dicapai jika beberapa intervensi diterapkan secara simultan (Smeltzer, 2010).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mempercepat penyembuhan luka *perineum* yaitu dengan melaksanakan senam nifas. Senam nifas sebaiknya dilakukan dalam waktu 24 jam setelah melahirkan, secara teratur setiap hari. Setelah 6 jam persalinan normal atau 8 jam setelah operasi sesar, ibu sudah boleh melakukan mobilisasi, termasuk senam nifas (Marie, 2003). Salah satu gerakan dalam senam nifas diantaranya adalah latihan Kegel yang bermanfaat untuk membantu penyembuhan luka *perineum*, meredakan hemoroid dan *varises vulva*, meningkatkan pengendalian urine, membangkitkan kembali pengendalian atas otot-otot *sfincter* dan memperbaiki respon verbal (Bahiyatun, 2009).

Berdasarkan hasil penelitian Evi Nur Imamah (2009) tentang pengaruh teknik relaksasi terhadap penurunan nyeri luka jahitan *perineum* pada ibu *post partum* yang menunjukkan bahwa dari 20 responden tingkatan nyeri ibu *post partum* dengan luka jahitan *perineum* sebelum dilakukan teknik relaksasi mengalami nyeri sedang sebanyak 17 orang atau 85%, setelah dilakukan teknik relaksasi nyeri berkurang menjadi ringan sebanyak 11 orang atau 55% dan tidak merasa nyeri sebanyak 9 orang atau 45%. Hal ini menunjukkan bahwa teknik relaksasi adalah salah satu terapi nonfarmakologi dalam mengurangi nyeri.

Berdasarkan hasil penelitian Martini (2015) disimpulkan bahwa hampir seluruh ibu nifas yang melakukan latihan kegel di Puskesmas

Kalitengah Lamongan mengalami penyembuhan luka perineum lebih cepat dibandingkan ibu nifas yang tidak melakukan latihan kegel sehingga dapat ditarik kesimpulan terdapat latihan kegel efektif untuk mempercepat penyembuhan luka *perineum* pada ibu nifas.

Berdasarkan penerapan di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “ Penerapan senam kegel Dan relaksasi nafas dalam Pada Ny. A ibu *post partum* Dengan nyeri *perineum* Di Kelurahan Gajahan Surakarta”.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana pengaruh penerapan senam kegel dan relaksasi nafas dalam terhadap nyeri perineum Pada Ny. A Dengan ibu *post partum* Di Kelurahan Pasar Kliwon Gajahan Surakarta?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mendiskripsikan hasil implementasi penerapan senam kegel dan relaksasi nafas dalam terhadap nyeri *perineum* Pada Ny. A Dengan ibu *post partum* Di Kelurahan Gajahan Pasar Kliwon Surakarta.

2. Tujuan Khusus

a. Mendiskripsikan hasil pengamatan sebelum penerapan senam kegel dan relaksasi nafas dalam terhadap nyeri *perineum* pada pasien ibu *post partum* di kelurahan Gajahan Pasar Kliwon Surakarta.

- b. Mendiskripsikan hasil pengamatan sesudah penerapan senam kegel dan relaksasi nafas dalam terhadap nyeri *perineum* pada pasien ibu *post partum* di kelurahan Gajahan Pasar Kliwon Surakarta.
- c. Mendiskripsikan perbedaan perkembangan terhadap nyeri *perineum* pada pasien ibu *post partum* sebelum dan sesudah pemberian senam kegel dan relaksasi nafas dalam .

D. Manfaat Penulisan

1. Masyarakat

Membudayakan pengelolaan pasien dengan *post partum* secara mandiri melalui pengelolaan dengan cara tindakan mandiri

2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

- a. Sebagai penelitian pendahuluan untuk mengawali penelitian lebih lanjut tentang penerapan senam kegel dan relaksasi nafas dalam secara tepat dalam memberikan asuhan keperawatan pasien nyeri *perineum* ibu *post partum*

- b. Sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan penelitian bidang keperawatan tentang tindakan senam kegel dan relaksasi nafas dalam pada ibu *post partum* pada masa yang akan datang yang akan datang dalam rangka peningkatan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan.

3. Bagi penulis

Penulis memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan di tatanan pelayanan keperawatan, khususnya penelitian

tentang pelaksanaan tindakan senam kegel dan relaksasi nafas dalam terhadap nyeri *perineum* pada ibu *post partum*.