

# **BAB I PENDAHULUAN**

## **A. Latar Belakang**

Ibu bersalin umumnya mengalami robekan pada vagina dan perineum yang menimbulkan perdarahan dalam jumlah bervariasi dan banyak. Sehingga robekan perineum tersebut memerlukan penjahitan yang banyak. Luka dan jahitan pada perineum harus dirawat dengan baik karena bila tidak akan menimbulkan masalah baru seperti infeksi dan nyeri (Anita, 2012).

Luka perineum didefinisikan sebagai adanya robekan pada jalan lahir maupun karena episotomi pada saat melahirkan janin. Robekan perineum terjadi pada hampir semua persalinan pertama dan tidak jarang juga terjadi pada persalinan berikutnya. Perineum adalah merupakan bagian permukaan pintu bawah panggul, yang terletak antaravulva dan anus. Perineum terdiri dari otot dan fascia urogenitalis serta diafragma pelvis (Wiknjastro, 2007).

Sebuah penelitian yang dilakukan di Inggris menunjukkan bahwa 85% dari perempuan yang melahirkan secara normal dan akan terjadi trauma perineum. Lebih dari dua pertiga dari perempuan tersebut akan memerlukan penjahitan. Trauma perineum akan mempengaruhi kesejahteraan perempuan secara fisik, psikologis, dan sosial pada periode postnatal langsung maupun dalam jangka panjang (Richard, 2000). Setelah melahirkan ibu juga akan mengalami berbagai gangguan psikologi meliputi gangguan libido 38,2%, orgasme 56,4%, dan yang terbanyak adalah gangguan nyeri yang mencapai 70,9%. Penyebab utama nyeri tersebut adalah jahitan perinium, dari hasil penelitian tersebut dampak nyeri yang timbul antara lain pada psikologis adalah stress, bahkan traumatik, takut terluka, dan depresi (Puji, 2009). Fenomena yang terjadi saat ini untuk mengurangi nyeri ibu hanya melakukan relaksasi nafas, hal itu pun dilakukan sendiri tanpa adanya arahan khusus dari tenaga

kesehatan. Dengan melakukan relaksasi nafas ini ibu merasa lebih nyaman (Puji, 2009).

Hasil studi dari Pusat Penelitian dan Pengembangan (Puslitbang) Bandung, yang melakukan penelitian dari tahun 2009 – 2010 pada beberapa Propinsi di Indonesia didapatkan bahwa satu dari lima ibu bersalin yang mengalami luka robekan perineum akan meninggal dunia dengan persentase (21,74%) yang diakibatkan karena perdarahan dan infeksi (Siswono, 2011).

Berbagai hal telah dilakukan untuk mengurangi nyeri perineum setelah melahirkan seperti terapi farmakologi dengan analgetik, maupun terapi nonfarmakologi seperti dibasuh dengan relaksasi, air hangat, penggunaan bantal karet busa berbentuk cincin yang keras serta dengan melakukan senam. Salah satu senam yang dapat dilakukan adalah senam kagel. Senam kegel adalah senam untuk menguatkan otot panggul yang ditemukan oleh Dr. Arnold Kegell. Otot panggul atau PC (*Pubococcygeal Muscle*) adalah otot yang melekat pada tulang-tulang panggul seperti ayunan dan berperan menggerakkan organ-organ dalam panggul yaitu rahim, kantong kemih dan usus (Widianti & Proverawati, 2010).

Senam kagel memberikan banyak manfaat bagi ibu selama hamil bersalin dan nifas. Senam dapat mencegah robeknya perineum, mengurangi kemungkinan masalah urinasi seperti inkontinensia pasca persalinan, mengurangi resiko terkena hemoroids (ambein), mempermudah proses persalinan (otot kuat dan terkendali), dan membantu penyembuhan post partum. Senam kagel yang cukup sering dapat meningkatkan sirkulasi pada perineum sehingga mengurangi persepsi nyeri serta mengurangi pembengkakan. Juga membantu mengembalikan tonus otot setelah melahirkan. Senam ini dapat dilakukan segera setelah melahirkan (Simkin, 2008).

Senam kagel dapat melatih otot-otot dasar panggul, otot-otot vagina, perut, yang pada saat persalinan pervaginam mengalami peregangan dan kerusakan

terutama bagian perineum dapat menyebabkan nyeri setelah melahirkan, dengan melakukan senam kegel otot-otot akan kembali pulih seperti semula sehingga ibu tidak lagi mengalami nyeri.

Selain itu dengan melakukan senam kegel akan memperpanjang peredaran darah menuju perineum, keadaan darah yang kaya akan oksigen yang bersih diharapkan akan membantu dalam proses penyembuhan sehingga persepsi nyeri yang dirasakan berkurang (Pramila, 2013).

Berdasarkan studi pendahuluan di BPM emalia penengahan pada maret. 2019, hasil pemantauan terhadap buku catatan kunjungan nifas menunjukkan bahwa dari 60% ibu post partum mengalami nyeri perineum. Setelah dilakukan wawancara dengan ketiga ibu yang mengalami nyeri perineum ternyata selama nifas tidak melakukan senam kegel.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis merumuskan masalah yaitu: “Bagaimanakah asuhan kebidanan pada ibu nifas untuk mengurangi nyeri perineum dengan metode senam kegel dan relaksasi nafas dalam pada ibu post partum terhadap Ny.E di PMB Emalia?”

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Memberikan asuhan kebidanan pada ibu nifas untuk penurunan nyeri perineum dengan metode senam kegel dan relaksasi nafas dalam pada ibu post partum terhadap Ny.E di PMB Emalia tahun 2019 dengan menggunakan pendekatan manajemen kebidanan Varney dan didokumentasikan dalam bentuk SOAP.

### **2. Tujuan Khusus**

a. Melakukan pengkajian data subyektif asuhan kebidanan pada ibu nifas untuk penurunan nyeri perineum dengan metode senam kegel dan relaksasi nafas dalam pada ibu post partum terhadap Ny.E melalui

manajemen kebidanan SOAP di PMB Emalia Kalianda Lampung Selatan.

- b. Melakukan pengkajian data obyektif asuhan kebidanan pada ibu nifas untuk penurunan nyeri perineum dengan metode senam kegel dan relaksasi nafas dalam pada ibu post partum terhadap Ny.E melalui manajemen kebidanan SOAP di PMB Emalia Kalianda Lampung Selatan.
- c. Menyusun analisa data asuhan kebidanan pada ibu nifas untuk penurunan nyeri perineum dengan metode senam kegel dan relaksasi nafas dalam pada ibu post partum terhadap Ny.E melalui manajemen kebidanan SOAP di PMB Emalia Kalianda Lampung Selatan.
- d. Melakukan penatalaksanaan asuhan kebidanan pada ibu nifas untuk penurunan nyeri perineum dengan metode senam kegel dan relaksasi nafas dalam pada ibu post partum terhadap Ny.E melalui manajemen kebidanan SOAP di PMB Emalia Kalianda Lampung Selatan.
- e. Melakukan evaluasi asuhan kebidanan pada ibu nifas untuk penurunan nyeri perineum dengan metode senam kegel dan relaksasi nafas dalam pada ibu post partum terhadap Ny.E melalui manajemen kebidanan SOAP di PMB Emalia Kalianda Lampung Selatan.

#### **D. Manfaat**

##### 1. Manfaat Teoritis

Dapat menambah pengetahuan, pengalaman, dan wawasan dalam bidang asuhan kebidanan pada ibu nifas pada penurunan nyeri perineum dan pelaksanaan senam kegel dan relaksasi nafas dalam.

##### 2. Manfaat Aplikatif

###### a. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai bahan bacaan dan kajian terhadap materi Asuhan Kebidanan serta referensi bagi mahasiswa dalam memahami pelaksanaan Asuhan Kebidanan pada ibu nifas dengan nyeri perineum.

b. Bagi Lahan Praktik

Bagi PMB Karmila Astuti, SST untuk meningkatkan mutu pelayanan kebidanan melalui pendekatan manajemen kebidanan pada ibu nifas.

c. Bagi Penulis Lain

Diharapkan dapat meningkatkan kemampuan penulis lainnya dan dapat menggali wawasan serta mampu menerapkan ilmu yang telah didapatkan tentang penatalaksanaan asuhan kebidanan berdasarkan diagnosa yang telah ditetapkan sehingga dapat merencanakan dan melakukan asuhan dan dapat memecahkan permasalahan serta mengevaluasi hasil asuhan yang telah diberikan.

### **E. Ruang Lingkup**

Asuhan yang digunakan adalah dengan menggunakan 7 langkah varney, sasaran asuhan ditujukan kepada Ny.E usia 24 tahun P2A0 dengan pnyeri perineum. Studi kasus ini dilakukan di PMB Emalia, Kalianda , Lampung Selatan. Waktu pelaksanaan kegiatan ini pada tanggal 19 februari 2019 - 25 April 2019.