

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa nifas adalah waktu yang dipakai untuk melakukan pengawasan pada ibu post partum untuk menghindari terjadinya kematian ibu yang disebabkan perdarahan. Sebagai penyebab langsung kematian ibu, perdarahan postpartum merupakan penyebab sekitar seperempat dari keseluruhan kematian akibat perdarahan obstetric yang diakibatkan oleh perdarahan postpartum (Marmi, 2017 : 161). Pada tahun 2022 di Indonesia kejadian perdarahan yang menyebabkan kematian pada ibu nifas sebanyak 741 kasus (Kemenkes RI, 2023), di Provinsi Lampung penyebab kasus kematian ibu karena perdarahan sebanyak 24 kasus (25%) (Dinkes Lampung, 2023). Hasil prasarvey di TPMB Amrina,S.Tr .Keb Kota Metro pada tahun 2021 terdapat kasus 3 perdarahan (1,1%), 2022 terdapat 0 kasus (0%) perdarahan. Dan di TPMB Evi Yuliza,S.Tr.keb. pada tahun 2022 terdapat 2 perdarahan (0,2%) pada tahun 2023 0 kasus (0,0%).

Keberhasilan peningkatan kesehatan ibu, salah satunya dapat dilihat dari indikator Angka Kematian Ibu (AKI). AKI menggambarkan jumlah wanita yang meninggal per 100.000 kelahiran hidup, dari suatu penyebab kematian terkait dengan gangguan kehamilan atau penanganannya (tidak termasuk kecelakaan atau kasus insidental) selama kehamilan, melahirkan dan dalam masa nifas (42 hari setelah melahirkan) tanpa memperhitungkan lama kehamilan. Angka kematian ibu (AKI) masih dikisaran 305 per 100.000 kelahiran hidup, belum mencapai target yang ditentukan yaitu 183 per 100.000 kelahiran hidup di tahun 2022. Jumlah kematian ibu di Indonesia pada tahun 2022 sebanyak 3.572 kasus (Kemenkes RI, 2022 : 110). Di Provinsi Lampung jumlah kasus kematian ibu sebanyak 96 kasus, kasus kematian ibu di Provinsi Lampung disebabkan oleh gangguan hipertensi sebanyak 25 kasus (26%), perdarahan sebanyak 24 kasus (25%), kelainan jantung dan Pembuluh Darah 9 kasus (10%), gangguan cerebrovaskular sebanyak 2 kasus (2%), Covid-19 sebanyak 2 kasus (2%) infeksi sebanyak 1 kasus (1%) dan lain-lain sebanyak

33 kasus (34%) (Dinkes Lampung, 2023 : 65). Di Kota Metro kasus kematian ibu pada tahun 2021 jumlah kematian ibu sebanyak 5 kasus (Dinkes Metro, 2022 : 28).

Cakupan Kunjungan Pelayanan Ibu nifas di provinsi Lampung tahun 2022 sebesar 91,7% masih dibawah target yang diharapkan yaitu 95%. Bila dilihat capaian berdasarkan Kabupaten/Kota terlihat bahwa ada 8 (delapan) Kabupaten/Kota yang capaiannya lebih dari 90% (Dinkes Provinsi Lampung, 2023 : 78). Diperkirakan 60% kematian ibu terjadi setelah kehamilan dan 50% kematian masa nifas terjadi dalam 24 jam pertama, dimana sebagian besar penyebab utamanya adalah perdarahan post partum. Perdarahan postpartum paling sering diartikan sebagai keadaan kehilangan darah dari 500 ml selama 24 jam pertama sesudah kelahiran bayi perdarahan pospartum merupakan sebagai penyebab langsung kematian ibu (Marmi, 2017 : 161).

Salah satu penyebab perdarahan post partum adalah kegagalan involusi uteri. Involusi merupakan suatu proses dimana uterus kembali ke kondisi sebelum hamil dengan berat sekitar 60 gram. Proses ini dimulai segera setelah plasenta lahir akibat kontraksi otot-otot polos uterus (Sutanto, 2021 : 115). Apabila terjadi kegagalan involusi uterus untuk kembali pada keadaan tidak hamil maka akan menyebabkan subinvolusi. Gejala dari sub involusi meliputi lochea menetap/merah segar, penurunan fundus uteri lambat, tonus uteri lembek, tidak ada perasaan mules pada ibu nifas akibatnya terjadinya perdarahan. Subinvolusi merupakan salah satu penyebab terjadinya perdarahan postpartum yang merupakan penyebab tertinggi kematian ibu di Indonesia khususnya di Lampung (Hadi, 2014 : 4).

Perdarahan postpartum bisa dicegah dengan melakukan senam. Senam nifas yaitu gerakan tubuh yang dapat dilakukan setelah melahirkan dengan tujuan untuk memulihkan dan mempertahankan tekanan otot yang terjadi selama masa kehamilan dan persalinan. Manfaat melaksanakan senam nifas adalah dapat mencegah terjadinya komplikasi, memulihkan kembali kekuatan otot dasar panggul, mengencangkan otot-otot dinding perut dan *perineum*, membentuk sikap tubuh yang baik dan segera mungkin dengan melakukan senam nifas dapat mencegah terjadinya perdarahan postpartum. Saat

melaksanakan senam nifas dapat terjadi kontraksi otot-otot perut yang bisa membantu mempercepat proses involusi yang dimulai segera setelah plasenta lahir (Rizka & Rahmita, 2022 : 42).

Menurut Afriyani & Metha, (2017 : 29) yang berjudul hubungan senam nifas dengan involusi uterus pada ibu postpartum normal di BPM Dince Safrina Pekanbaru yang mengatakan bahwa ibu postpartum yang melakukan senam nifas dari hari pertama hingga hari ketujuh tinggi fundus uteri lebih rendah adalah 5,50 cm, sedangkan pada ibu postpartum yang tidak melakukan senam nifas tinggi fundus uteri lebih tinggi adalah 7,60 cm.

Dampak yang terjadi jika ibu post partum tidak melakukan senam nifas yaitu varises, thrombosis vena karena sumbatan vena oleh bekuan darah tidak lancar akibat ibu terlalu membatasi gerakan selama masa nifas. Infeksi disebabkan involusi uterus yang tidak baik sehingga sisa darah tidak dapat dikeluarkan, serta perdarahan yang abnormal. Dengan melakukan senam nifas dapat merangsang kontraksi uterus lebih baik dan otot pengutan otot lebih baik sehingga dapat menghindari resiko terjadinya perdarahan (Adriyani, 2013 : 181). Di TPMB Amrina,S.Tr .Keb dan Evi Yuzana merupakan salah satu bidan praktik mandiri yang berada di Kota Metro yang memberikan pelayanan kesehatan kebidanan, namun pada TPMB Amrina,S.Tr .Keb dan Evi Yuzana belum ada pelayanan senam nifas untuk ibu post partum.

Berdasarkan latar belakang masalah diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh senam nifas terhadap percepatan involusi uterus pada ibu post partum di TPMB Amrina,S.Tr .Keb dan Evi Yuzana Kota Metro Tahun 2023.

B. Rumusan Masalah

Berdasar masalah peneliti membuat rumusan masalah “Apakah ada pengaruh senam nifas terhadap penurunan involus uterus pada ibu postpartum di TPMB Amrina,S.Tr .Keb dan Evi Yuzana Kota Metro Tahun 2024?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum dilakukan penelitian bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh senam nifas terhadap penurunan involusi uterus pada ibu post partum di TPMB Amrina,S.Tr .Keb dan Evi Yuzana Kota Metro Tahun 2024.

2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui rata-rata penurunan involusi uterus pada kelompok senam nifas di TPMB Amrina Kota Metro Tahun 2024
- b. Mengetahui rata-rata penurunan involusi uterus pada kelompok mobilisasi dini di Evi Yuzana Kota Metro Tahun 2024
- c. Mengetahui perbedaan pengaruh yang senam nifas dan mobilisasi dini terhadap percepatan penurunan involusi uterus pada ibu post partum 24 jam sampai hari ke 7 di TPMB Amrina dan Evi Yuzana kota metro Tahun 2024

D. Manfaat

1. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mendorong pelayanan asuhan keperawatan di TPMB dengan memberikan tambahan stimulan senam nifas khusus ibu postpartum.

2. Manfaat Teoritis

Manfaat penelitian ini sebagai bahan informasi, menambah referensi serta bermanfaat dalam pengembangan ilmu kebidanan yang terkait pengaruh senam nias terhadap involusi uerus pada ibu post partum.

E. Ruang Lingkup

Penelitian ini membahas ruang lingkup penelitian dengan masalah percepatan involusi uterus dan jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode penelitian yang dilakukan adalah *quasi eksperimen* dengan pendekatan *pretest-posttest with control group design* yang menggunakan dua kelompok. Populasi yang akan digunakan adalah seluruh ibu postpartum di TPMB Amrina,S.Tr .Keb dan Evi Yuzana Kota Metro Tahun

2024. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu postpartum yang berjumlah 30 responden, 15 responden kelompok intervensi dan 15 responden kelompok kontrol. Teknik Pengambilan sampel dalam penelitian ini *accidental sampling*. Lokasi penelitian dilakukan di TPMB Amrina, S.Tr .Keb dan Evi Yuzana Kota Metro dengan waktu penelitian ini dilaksanakan pada tanggal April-Mei 2024.