

## **BAB V**

### **PEMBAHASAN**

Pada bab ini diuraikan pembahasan kusus yang telah diambil oleh penulis yaitu asuhan kebidanan sesuai dengan manajemen kebidanan varney mulai dari pengkajian sampai dengan evaluasi. Dalam hal ini juga akan diuraikan tentang persamaan dan kesenjangan antara teori yang ada dengan praktik yang penulis temukan dilapangan. Berdasarkan hasil pengkajian yang penulis peroleh banyak ibu nifas yang belum mengetahui tentang pentingnya mobilisasi pada ibu nifas salah satunya terhadap Ny.R usia 29 tahun P2A1 yang masih belum mengetahui manfaat dari mobilisasi dan bahaya apa jika tidak melakukan mobilisasi pada 2 jam pertama nifas normal.

Untuk mencegah terjadinya sub involusi pada ibu nifas normal maka penulis merencanakan asuhan segera yaitu penatalaksanaan mobilisasi dini dan senam nifas untuk mempercepat involusi uteri pada ibu postpartum dengan cara penerapan mobilisasidini dan senam nifas. Asuhan pada masa nifas pada 2 jam postpartum yang dilakukan secara langsung dengan Ny.R melalui anamnesa pada tanggal 20 Juni 2025 dengan keluhan Ibu mengatakan perut bagian bawah masih terasa nyeri, terutama saat menyusui dan bergerak dan Ibu merasa masih lemas dan enggan bangun dari tempat tidur karena takut luka jahitan terasa nyeri. Pada pemeriksaan didapatkan TTV dalam batas normal, kontraksi uterus baik TFU 2 jari dibawah pusat, lochea rubra. Ny.R diberitahu bahwa akan diajarkan mobilisasi dini dan senam nifas hari pertama untuk mencegah terjadinya subinvolusi. Pada 6-8 jam post partum Ny.R melakukan senam nifas hari pertama dengan penurunan TFU 2 jari dibawah pusat, pengeluaran pervaginam lochea rubra.

Pada tanggal 11 April 2025 dilakukan senam nifas hari ke dua terhadap Ny. R pada pemeriksaan didapatkan penurunan TFU setelah dilakukan senam nifas TFU menjadi 2 jari di bawah pusat, pengeluaran pervagina lochea rubra dan tidak berbau busuk. Pada tanggal 12 April 2025 dilakukan senam nifas hari ke tiga dirumah Ny.R dan hasil pemeriksaan didapatkan TFU setelah dilakukan senam nifas hari ke tiga yaitu 2 jari di bawah pusat pengeluaran pervagina lochea rubra dan tidak berbau busuk. Pada tanggal 13 April 2025 dilakukan kunjungan pada rumah Ny.R hasil

pemeriksaan di dapatkan TFU setelah dilakukannya senam nifas hari ke empat yaitu 2 jari dibawah pusat, pendarahan pervagina lochea sanguinolenta dan tidak berbau busuk.

Pada tanggal 14 April 2025 dilakukan kunjungan hari ke lima pada rumah Ny.R hasil pemeriksaan di dapatkan penurunan TFU setelah di lakukannya senam nifas hari ke lima pada rumah Ny.R hasil pemeriksaan di dapatkan penurunan TFU setelah melakukan senam nifas hari ke lima yaitu 1 jari dibawah pusat pengeluaran lochea sanguinolenta dan tidak berbau busuk. Pada tanggal 15 April 2025 di lakukan kunjungan pada rumah Ny.R hasil pemeriksaan setelah di lakukan senam nifas hari ke enam di dapatkan TFU yaitu 1 Jari dibawah pusat, pengeluaran pervagina lochea sanguinolenta dan tidak berbau busuk.

Pada tanggal 16 April 2025 dilakukan kunjungan pada rumah Ny.R untuk evalusasi senam nifas dari hari pertama sampai hari ke tujuh hasil pemeriksaan penurunan TFU pertengahan pusat - simpisis, pengeluaran perrvagina lochea sanguinolenta. Menurut penelitian yang di lakukan oleh (sulistiawati, 2022), ada beberapa faktor lain yang mempengaruhi mobilisasi dini. Menurut Rahma Arwiyantasari, dkk. 2019) faktor faktor yang mempengaruhi involusi selain mobilisasi dini yaitu senam nifas, menyusui dini, gizi, psikologis, usia, dan paritas dimana kesemuanya saling berpengaruh satu sama lain. Pada penelitian ini juga dijelaskan bahwa yang tidak melakukan mobilisasi dini beresiko mengalami involusi abnormal 7,276 kali di bandingkan ibu yang melakukan mobilisasi.

Penulis menyampaikan kepada ibu fungsi mobilisasi nifas seperti melakukan mobilisasi dini dan senam nifas bertujuan untuk mempertahankan dan meningkatkan sirkulssi ibu pada masa nifas, serta membantu ibu proses involusi uteri. Tujuan senam nifas antara lain adalah mempercepat proses involusi uterus, mempercepat pemulihan kondisi tubuh ibu, membantu memulihkan kekuatan dan merelaksasi otot perut, panggul, dan perenium, memperbaiki sirkulasi darah dan memperlancara pengeluaran lochea, dan mencengah komplikasi selama menjalani masa nifas. Pelaksanaan senam nifas juga di lakukan agar proses involusi ibu berjalan dengan cepat sehingga ibu dapat beraktivitas seperti sebelum hamil kembali dan mengurangi rasa nyeri yang timbul akibat involusi uteri.

Alasan yang di kemukakan sejalan dengan teori yang di kemukakan oleh (Pusparina dkk. , 2021), tujuan yang di lakukanya senam nifas pada ibu post partum adalah mempercepat proses involusi uterus dan ke dalam ke adaan semula seperti saat sebelum melahirkan, mempercepat proses pemulihan kondisi ibu setelah melahirkan, membantu memulihkan kekuatan dan merelaksasi otot-otot perut, panggul dan perenium terutama bagian yang berkaitan dengan kehamilam dan persalinan, memperbaiki sirkulasi darah dan memperlancara pengeluaran lochea, mencegah terjadinya komplikasi selama masa nifas.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah di lakukan untuk lebih memperlancar proses involusi di anjurkan untuk ibu post partum untuk secepatnya melakukan senam nifas secara teratur setiap hari. Penurunan fundus uteri akan terjadi lebih lambat kepada ibu nifas yang tidak melakukan senam nifas bisa terjadi karena kurangnya aktivitas yang di lakukan pada ibu tersebut, sehingga menyebabkan kontraksi uterus berjalan kurang baik yang akan mengakibatkan uterus lebih lambat kembali berbentuk sepeerti sebelum hamil.

Berdasarkan teori dari hasil observasi di atas, menurut penulis involusi uterus pada Ny.R berjalan dengan baik karena terjadi penurunan tinggi fundus uteri yang lebih cepat. Dan dari penelitian sebelumnya dengan hasil penurunan TFU Ny.R melihatkan hasil yang tidak jauh berbeda karena sama sama terjadi penurunan TFU yang lebih cepat. Jadi senam nifas sangat berepengaruh terhadap mempercepat involusi uterus, karena dengan melakukan senam nifas dapat merangsang otot-otot untuk berkontraksi.

Keberhasilan pelaksanaan senam nifas ini pun di dukung oleh kondisi ibu yang baik, kesadaran dan motivasi tinggi yang timbul untuk melakukan senam nifas ini. Dalam hal ini mobilisasi nifas untuk ibu postpartum dapat di terapkan di TPMB Nurhasanah.S.Tr.Keb juga dapat di tambahkan kegiatan seperti membuka kelas senam nifas untuk mencegah komplikasi yang mungkin timbul selama menjalani masa nifas serta mencegah terjadinya perdarahan postpartum.