

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa nifas (Puerperium) adalah masa yang dimulai setelah plasenta keluar dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan semula (sebelum hamil). Masa nifas berlangsung selama kira-kira 6 minggu. Selama masa pemulihan tersebut berlangsung, ibu akan mengalami banyak perubahan, baik secara fisik maupun psikologis sebenarnya sebagian besar bersifat fisiologis, namun jika tidak dilakukan pendampingan melalui asuhan kebidanan maka tidak menutup kemungkinan akan terjadi keadaan patologis (Sulistiyawati A, 2009). Proses involusi uterus adalah kembalinya uterus kedalam keadaan sebelum hamil setelah melahirkan. Proses ini di mulai segera setelah plasenta keluar akibat kontraksi otot-otot polos uterus. Pada tahap ketiga persalinan, uterus berada di garis tengah, kira-kira 2 cm di bawah umbilikus dengan bagian fundus bersandar pada promontorium sakralis (Vivian, 2011).

Angka kematian ibu (AKI) dan angka kematian bayi (AKB) merupakan indikator penting dalam menentukan derajat kesehatan masyarakat. Target AKI di Indonesia pada tahun 2016 adalah 102 kematian per 100.000 kelahiran hidup. Sementara itu berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012, Angka Kematian Ibu (AKI) (yang berkaitan dengan kehamilan, persalinan, dan nifas) sebesar 359 per 100.000 kelahiran hidup (BKKBN, 2016). Sementara itu, Kepala Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, dr. Harsono, Angka Kematian Ibu (AKI) di provinsi Jawa Timur sudah berada di bawah target *Millenium Development Goals* (MDGs) 2016, sebesar 102 kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup. Secara rinci, data laporan kematian ibu Dinas Kesehatan

Kabupaten dan Kota se Indonesia melaporkan tahun 2011 sebesar 101,4 per 100.000 kelahiran hidup; tahun 2012 sebesar 97,43 per 100.000 kelahiran hidup; dan tahun 2013 sebesar 97,39 per 100.000 kelahiran hidup (Depkes RI, 2016). Menurut penelitian Edmond (2006) pada 11.000 ibu nifas yang melakukan senam nifas didapatkan 76,4% ibu mengalami involusi uteri yang cepat. Penelitian yang dilakukan oleh Barbara di Indonesia pada tahun 2008 hampir 33,8% ibu mengalami sub involusi uteri karena ibu tidak pernah melakukan senam nifas (Sulistiyowati, 2009). Menurut data kesehatan Propinsi Jawa Timur terakhir pada tahun 2009, Angka Kematian Ibu sebesar 260 per 100.000 kelahiran hidup dan tiga penyebab Angka Kematian Ibu di Propinsi Jawa Timur yaitu perdarahan (34,62%), pre eklamsi (14,01%) dan infeksi (3,02%) (Profil Kesehatan Jawa Timur, 2010). Menurut studi pendahuluan yang dilakukan di Klinik As-Syifa Husada Kecamatan Poncokusumo, didapatkan perkiraan data ibu post partum primipara pada bulan November sampai Desember kurang lebih sebanyak 64 pasien.

Involusi uteri adalah 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. Intensitas kontraksi uterus meningkat secara bermakna segera setelah lahir, diduga terjadi sebagai respon terhadap penurunan volume intrauterine yang sangat besar. Hemostatis pascapartum dicapai terutama akibat kompresi pembuluh darah intramiometrium. Hormon yang dilepaskan kelenjar hipofisis memperkuat dan mengatur kontraksi uterus, mengkompresi pembuluh darah, dan membantu hemostasis. Selama 1 sampai 2 jam pertama pascapartum intensitas kontraksi uterus biasanya berkurang dan menjadi tidak teratur. Karena itu penting sekali untuk mempertahankan kontraksi uterus selama masa ini, ibu dianjurkan menyusui bayinya (Bobak, 2005). Proses dari involusi uteri diantaranya

autolisis merupakan proses penghancuran diri sendiri yang terjadi di dalam otot uteri. Enzim proteolitik akan memendekkan jaringan otot yang telah sempat mengendur sehingga 10 kali panjangnya dari semula dan 5 kali lebarnya dari semula selama kehamilan. Atrofi jaringan merupakan jaringan yang berfoliferasi karena adanya estrogen sangat besar kemudian mengalami atrofi sebagai reaksi terhadap penghentian produksi estrogen yang menyertai pelepasan plasenta, lapisan desidua akan mengalami atrofi dan terlepas dengan meninggalkan lapisan basal akan beregenerasi menjadi endometrium yang baru. Efek oksitosin menyebabkan terjadinya kontraksi dan retraksi otot uteri sehingga akan menekan pembuluh darah yang mengakibatkan berkurangnya suplai darah ke uterus. Karena berkurangnya suplai darah ke uterus tersebut mengakibatkan involusi uteri.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi involusi uteri. Faktor-faktor tersebut meliputi mobilisasi dini, menyusui dini, gizi faktor usia, paritas, psikologis, dan senam nifas. Senam Nifas adalah latihan jasmani yang dilakukan oleh ibu-ibu setelah melahirkan setelah keadaan tubuhnya pulih dimana fungsinya adalah untuk mengembalikan kondisi kesehatan, untuk mempercepat penyembuhan, mencegah timbulnya komplikasi, memulihkan dan memperbaiki regangan pada otot-otot setelah kehamilan, terutama pada otot-otot bagian punggung, dasar panggul dan perut (Anggriyana, 2010). Bertujuan untuk mempercepat pemulihan kondisi ibu setelah melahirkan, mencegah komplikasi yang mungkin terjadi selama masa nifas, memperkuat otot perut, otot dasar panggul, dan memperlancar sirkulasi darah, membantu memperlancar terjadinya involusi uteri.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul Pengaruh Senam Nifas Terhadap Involusi Uteri Pada Ibu

Post Partum Primipara Hari Ke I-III di Klinik As-Syifa Husada Kecamatan Poncokusumo.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Adakah Pengaruh Senam Nifas Terhadap Involusi Uteri Pada Ibu Post Partum Primipara Hari Ke I-III di Klinik As-Syifa Husada Kecamatan Poncokusumo?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui Pengaruh Senam Nifas Terhadap Involusi Uteri Pada Ibu Post Partum Primipara Hari Ke I-III di Klinik As-Syifa Husada Kecamatan Poncokusumo.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi Involusi Uteri pada kelompok yang tidak dilakukan Senam Nifas di Klinik As-Syifa Husada Kecamatan Poncokusumo.
- b. Mengidentifikasi Involusi Uteri pada ibu kelompok yang dilakukan Senam Nifas di Klinik As-Syifa Husada Kecamatan Poncokusumo.
- c. Menganalisa Pengaruh Senam Nifas Terhadap Involusi Uteri Pada Ibu Post Partum Primipara Hari Ke I-III di Klinik As-Syifa Husada Kecamatan Poncokusumo.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Responden

Dapat menambah wawasan dan pengetahuan dalam pemberian tindakan yang tepat untuk mengatasi involusi uteri pada ibu post partum.

1.4.2 Bagi Tempat Penelitian

Sebagai lahan informasi bagi lahan praktek dalam rangka mengembangkan terapi nonfarmakologi dalam penatalaksanaan pengaruh senam nifas terhadap involusi uteri pada ibu post partum.

1.4.3 Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi bagi perpustakaan dan mahasiswa kebidanan khususnya mengenai pengaruh senam nifas terhadap involusi uteri pada ibu post partum.

1.4.4 Bagi Peneliti

Memberikan pengalaman dalam menerapkan ilmu dan keterampilan yang diperoleh dibangku kuliah ke dalam kondisi nyata di lapangan dalam asuhan kebidanan pada ibu post partum.