

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Masa nifas merupakan masa yang dilalui oleh setiap wanita setelah melahirkan. Pada masa tersebut dapat terjadi komplikasi persalinan baik secara langsung maupun tidak langsung. Masa nifas ini berlangsung sejak plasenta lahir sampai dengan 6 minggu setelah kelahiran atau 42 hari setelah kelahiran. Kunjungan selama nifas sering dianggap tidak penting oleh tenaga kesehatan karena sudah merasa baik dan selanjutnya berjalan dengan lancar. Konsep early ambulation dalam masa postpartum merupakan hal yang perlu diperhatikan karena terjadi perubahan hormonal. Pada masa ini ibu membutuhkan petunjuk dan nasihat dari bidan sehingga proses adaptasi setelah melahirkan berlangsung dengan baik. Nyeri perineum merupakan nyeri yang diakibatkan oleh robekan yang terjadi pada perineum, vagina, serviks, atau uterus dapat terjadi secara spontan maupun akibat tindakan manipulatif pada pertolongan persalinan. (Prawirohardjo, 2014).

Mortalitas dan morbiditas pada wanita hamil dan bersalin adalah masalah besar di Negara berkembang. Diperkirakan setiap tahunnya 300.000 ibu di dunia meninggal ketika melahirkan. Sebanyak 99 persen kasus kematian ibu terjadi di Negara berkembang. (Pudiastuti, 2011). 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. (Saifuddin, 2009). 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). Di Indonesia nyeri luka perineum dialami oleh 75% ibu melahirkan pervaginam. Pada tahun 2013 menemukan bahwa dari total 1.951 kelahiran spontan pervaginam, 57% ibu mendapat jahitan perineum 8% karena episiotomy dan 29% karena robekan spontan (Depkes RI, 2013).

Faktor yang mempengaruhi nyeri luka perineum, terdapat faktor Eksternal dan Internal. Faktor Eksternal meliputi pengetahuan, social ekonomi, kondisi ibu, nutrisi dan faktor internal meliputi usia, vaskularisasi, penanganan jaringan, perdarahan, hipovolemia, faktor lokal edema, status gizi, defisit oksigen, medikasi, merokok, obesitas dan diabetes mellitus. Dengan perineum yang masih utuh pada primigravida akan mudah terjadi robekan perineum Robekan ini biasanya disebabkan oleh episiotomi, robekan spontan perineum, forseps dan vakum atau versi ekstraksi. (Prawirohardjo, 2014). Menurut Prawirohardjo (2014: 526) robekan perineum biasanya diakibatkan oleh beberapa faktor yaitu episiotomi, robekan perineum spontan dan trauma forsep atau vakum ekstraksi, atau karena versi ekstraksi. Respon nyeri pada setiap individu adalah unik dan relatif berbeda. Hal ini dipengaruhi antara lain oleh pengalaman, persepsi, maupun sosial kultural individu. Setiap ibu nifas memiliki persepsi dan dugaan yang unik tentang nyeri pada masa nifas, yaitu tentang nyeri dan bagaimana kemampuan mengatasi nyeri. Nyeri yang dirasakan oleh ibu nifas akan berpengaruh terhadap mobilisasi yang dilakukan oleh ibu, pola istirahat, pola makan, pola tidur, suasana hati ibu, kemampuan untuk buang air besar (BAB) atau buang air kecil (BAK), aktivitas sehari-hari, antara lain dalam hal mengurus bayi, mengerjakan pekerjaan rumah tangga, sosialisasi dengan lingkungan dan masyarakat, dan menghambat ketika ibu akan mulai bekerja (Judha, 2012).

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. (Widianti & Proverawati, 2010). 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 kagel otot-otot akan kembali pulih seperti semula sehingga ibu tidak lagi mengalami nyeri. Selain itu dengan melakukan senam kagel akan memperlancar 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). Senam kegel akan mengurangi rasa nyeri secara maksimal jika dilakukan pengulangan kira-kira 3 kali dalam 1 hari (Sulistyawati, 2012). Setelah dilakukan senam kagel selama 3 hari ibu mengalami penurunan rasa nyeri hal ini sesuai dengan teori bahwa senam kagel bertujuan untuk melatih/menguatkan otot-otot dasar panggul (pelvic floor muscle). Otot panggul akan melemah karena kehamilan, persalinan, kegemukan dan batuk berat dapat menjadi beban bagi otot panggul. Bila dasar otot panggul melemah akan menimbulkan banyak komplikasi. (Makzizatunnisa, 2014).

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Senam Kegel terhadap Intensitas Nyeri Perineum Pada Ibu Postpartum hari ke 1 - 7 di Klinik Trimulyo Kabupaten Malang.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, peneliti mengambil rumusan masalah yaitu “ Adakah Pengaruh Senam Kegel terhadap Intensitas Nyeri Luka Jahitan Perineum Pada Ibu Postpartum hari ke 1 - 7 di Klinik Trimulyo Kabupaten Malang ?”

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh senam kegel terhadap pengurangan Intensitas Nyeri Luka Jahitan Perineum Pada Ibu Postpartum.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi intensitas rasa nyeri luka jahitan perineum ibu post partum sebelum dilakukan senam kegel
- b. Mengidentifikasi intensitas rasa nyeri luka jahitan perineum ibu post partum setelah dilakukan senam kegel
- c. Menganalisa pengaruh senam kegel terhadap intensitas nyeri luka jahitan perineum ibu post partum.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

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

1.4.2 Bagi Responden

Dapat menambah wawasan dan pengetahuan pengaruh senam kegel terhadap pengurangan Intensitas Nyeri Luka Jahitan Perineum Pada Ibu Postpartum

1.4.3 Bagi Tempat Penelitian

Sebagai sumber informasi bagi lahan praktek dalam rangka mengembangkan terapi nonfarmakologi dalam penatalaksanaan pengaruh senam kegel terhadap pengurangan Intensitas Nyeri Luka Jahitan Perineum Pada Ibu Postpartum

1.4.4 Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi bagi perpustakaan dan mahasiswa kebidanan khususnya mengenai pengaruh senam kegel terhadap pengurangan Intensitas Nyeri Luka Jahitan Perineum Pada Ibu Postpartum.

