

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Ibu postpartum adalah keadaan ibu yang baru saja melahirkan. Salah satu perubahan pada alat reproduksi juga terjadi involusi. Involusi uterus atau pengerutan uterus merupakan suatu proses dimana uterus kembali ke kondisi sebelum hamil. Jika involusi uterus berjalan dengan normal maka akan dapat mengurangi kejadian perdarahan terutama perdarahan post partum yang merupakan salah satu penyebab langsung dari kematian ibu.

Berdasarkan data dari dinas Kesehatan Jawa Timur tahun 2015 didapatkan, perdarahan 28% , eklamsi 24%, infeksi 11% dan lain-lain 11% (Depkes RI, 2018). Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia akibat perdarahan post partum mempunyai peringkat tertinggi. Bila uterus pada ibu post partum mengalami kegagalan dalam involusi uterus maka akan menyebabkan terjadinya subinvolusi uterus yang dapat mengakibatkan perdarahan dan berlanjut hingga kematian.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi involusi uterus antara lain senam nifas, mobilitas dini ibu post partum, inisiasi menyusui dini, gizi, psikologis dan faktor usia serta faktor paritas. Kurangnya kontraksi uterus yang adekuat pada masa nifas dapat menghambat proses involusi uterus menyebabkan subinvolusi uterus yaitu kontraksi uterus menurun sehingga pembuluh darah yang lebar tidak menutup sempurna, sehingga pendarahan terjadi terus menerus, menyebabkan permasalahan lainnya baik itu infeksi maupun inflamasi pada bagian rahim. Sehingga proses

involusi yang mestinya terjadi setelah nifas terganggu. Faktor penyebab subinvolusi, antara lain: sisa plasenta dalam uterus, endometritis, adanya mioma uteri (Prawirohardjo, 2018). Sub involusi uteri juga akan menyebabkan terjadinya perdarahan, selain itu perdarahan mungkin disebabkan karena ibu tidak mau melakukan senam nifas, takut untuk mobilisasi atau aktifitas yang kurang (Hanifa, 2012).

Untuk mempercepat proses involusi uteri, salah satu latihan yang dianjurkan adalah senam nifas. Senam nifas adalah latihan jasmani yang dilakukan oleh ibu-ibu setelah melahirkan yang dapat membantu pengembalian involusi uteri lebih cepat. (Bahiyatun, 2019). Fungsinya adalah mencegah komplikasi yang mungkin terjadi selama masa nifas, memperkuat otot perut, otot dasar panggul, dan memperlancar sirkulasi darah dan proses involusi uteri. (Danuatmaja, 2018).

Pada studi pendahuluan yang dilakukan Klinik As-Syifa Husada Poncokusumo pada tanggal 14 Januari 2021 data sebanyak 46 ibu nifas primipara pada bulan Oktober – Desember 2020, sebanyak 70% ibu nifas mengalami involusi uterus, 30% ibu nifas mengalami subinvolusi karena tidak melakukan senam nifas sehingga menyebabkan angka sub involusi pada ibu nifas di Klinik tersebut meningkat.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Senam Nifas terhadap Proses Involusi Uterus Pada Ibu Postpartum Primipara hari ke I - VI di Klinik As-Syifa Husada Poncokusumo.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti ingin mengetahui “Adakah Pengaruh Senam Nifas Terhadap Proses Involusi Uterus Pada Ibu Postpartum Primipara Hari ke I - VI Di Klinik As-syifa Husada Poncokusumo?”.

## **1.3. Tujuan Penelitian**

### **1.3.1. Tujuan Umum**

Mengetahui Pengaruh Senam Nifas Terhadap Proses Involusi Uterus Pada Ibu Postpartum Primipara Hari ke I - VI Di Klinik As-syifa Husada Poncokusumo.

### **1.3.2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi proses involusi uterus pada ibu post partum primipara hari ke I - VI pada kelompok kontrol
- b. Mengidentifikasi proses involusi uterus pada ibu post partum primipara hari ke I – VI pada kelompok perlakuan senam nifas
- c. Menganalisis pengaruh senam nifas terhadap proses involusi uterus pada ibu post partum primipara hari ke I - VI

## **1.4. Manfaat Penelitian**

### **1.4.1. Manfaat Teoritis**

Dari proposal skripsi ini penulis diharapkan dapat menambah dan mengembangkan ilmu pengetahuan mengenai pengaruh senam nifas terhadap proses involusi uterus pada ibu post partum hari ke I - VI yang berdampak pada penurunan TFU.

#### **1.4.2. Manfaat Praktis**

a. Bagi Ibu Post Partum

Diharapkan dapat menambah informasi baru bagi ibu postpartum tentang senam nifas yang dapat berpengaruh terhadap pemulihan yang bertujuan merangsang otot-otot rahim agar berfungsi secara optimal sehingga diharapkan tidak terjadi perdarahan post partum dan mengembalikan rahim pada posisi semula.

b. Untuk Kesehatan Kebidanan

Diharapkan dapat dimanfaatkan oleh Klinik As-syifa Husada Poncokusumo untuk dijadikan acuan.

c. Bagi Peserta Didik Mahasiswa Sarjana Terapan Kebidanan kebidanan

Diharapkan dapat menambah wawasan dan ilmu kebidanan Selain itu, dapat digunakan sebaga