

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Asuhan kebidanan merupakan bagian penting dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan ibu dan bayi melalui pelayanan yang berkesinambungan mulai dari masa kehamilan, persalinan, bayi baru lahir, hingga masa nifas. Pendekatan ini menekankan pentingnya pemantauan menyeluruh untuk mendeteksi dini komplikasi serta meningkatkan kualitas pelayanan berbasis bukti *evidence based practice* dalam setiap tahap asuhan kebidanan (Santi, 2021). Selama masa kehamilan, terutama trimester III, ibu sering mengalami keluhan seperti sering buang air kecil akibat tekanan uterus yang semakin membesar terhadap kandung kemih. Kondisi ini dapat menurunkan kenyamanan ibu dalam beraktivitas sehari-hari sehingga diperlukan intervensi nonfarmakologis yang aman dan efektif (Ziya, 2021).

Senam Kegel merupakan salah satu bentuk latihan otot dasar panggul yang terbukti efektif dalam mengurangi keluhan frekuensi buang air kecil pada ibu hamil trimester III. Latihan ini membantu memperkuat otot perineum sehingga fungsi kontrol kandung kemih menjadi lebih optimal (Pangestu, 2023). Selain itu, senam Kegel juga terbukti memiliki pengaruh positif terhadap penurunan gejala gangguan berkemih pada ibu hamil, karena mampu meningkatkan kekuatan otot dasar panggul serta mencegah terjadinya inkontinensia urin selama kehamilan (Abuba, 2025).

Pada proses persalinan, salah satu aspek penting adalah manajemen nyeri dan kecemasan ibu. Teknik relaksasi napas dalam merupakan salah satu metode nonfarmakologis yang dapat membantu ibu mengontrol rasa nyeri selama kontraksi berlangsung (Safitri, 2020). Teknik relaksasi napas dalam juga terbukti efektif dalam membantu ibu bersalin pada kala I untuk mengurangi ketegangan otot serta meningkatkan kemampuan adaptasi terhadap nyeri persalinan sehingga proses persalinan menjadi lebih terkontrol *controlled labor process* (Widiyanto, 2021). Selain itu, teknik relaksasi napas dalam juga berperan dalam menurunkan tingkat kecemasan ibu bersalin sehingga ibu dapat lebih tenang dan mampu menghadapi proses persalinan dengan lebih baik (Wulandari, 2023).

Pada masa bayi baru lahir, salah satu intervensi yang direkomendasikan adalah penundaan pemotongan tali pusat yang terbukti dapat meningkatkan kadar hemoglobin bayi baru lahir (Santi, 2021). Penundaan pemotongan tali pusat juga telah terbukti memberikan manfaat fisiologis yang signifikan, termasuk peningkatan cadangan zat besi yang penting untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi (Arihta, 2025).

Pada masa nifas, ibu mengalami proses pemulihan organ reproduksi terutama involusi uterus. Salah satu upaya yang dapat membantu mempercepat proses ini adalah senam nifas yang dilakukan secara teratur (Isnaeni, 2023). Senam nifas terbukti memiliki pengaruh positif terhadap percepatan involusi uterus pada ibu postpartum karena dapat meningkatkan sirkulasi darah, memperkuat otot panggul, dan mempercepat pemulihan tubuh setelah

persalinan (Zebua, 2024).

Secara keseluruhan, penerapan asuhan kebidanan berkesinambungan dengan pendekatan komplementer seperti senam Kegel pada masa kehamilan, relaksasi napas dalam pada persalinan, penundaan pemotongan tali pusat pada bayi baru lahir, serta senam nifas pada masa postpartum merupakan bentuk intervensi berbasis *evidence based practice* yang dapat meningkatkan kualitas pelayanan kebidanan secara menyeluruh (Hidayah, 2023).

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari laporan kasus ini adalah mahasiswa mampu memahami dan melaksanakan asuhan kebidanan secara komprehensif dan berkesinambungan (*continuity of care*) pada ibu mulai masa kehamilan, persalinan, bayi baru lahir, hingga masa nifas dengan penerapan asuhan komplementer berupa senam Kegel pada antenatal care (ANC), relaksasi napas dalam pada intranatal care (INC), penundaan pemotongan tali pusat pada bayi baru lahir, serta senam nifas.

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu melaksanakan pengkajian subjektif pada ibu selama masa kehamilan, persalinan, bayi baru lahir, dan nifas.
- b. Mampu melaksanakan pengkajian objektif pada ibu selama masa kehamilan, persalinan, bayi baru lahir, dan nifas.
- c. Mampu menganalisis masalah kebidanan yang muncul selama masa kehamilan, persalinan, bayi baru lahir, dan nifas.

- d. Mampu melaksanakan penatalaksanaan asuhan kebidanan sesuai standar pada masa kehamilan, persalinan, bayi baru lahir, dan nifas dengan penerapan senam Kegel, relaksasi napas dalam, penundaan pemotongan tali pusat, serta senam nifas sebagai asuhan komplementer.
- e. Mampu mendokumentasikan asuhan kebidanan berkesinambungan pada ibu mulai masa kehamilan, persalinan, bayi baru lahir, hingga masa nifas.

C. Manfaat

1. Bagi Institusi Pendidikan

Menambah referensi ilmiah dan bahan pembelajaran bagi institusi pendidikan kebidanan mengenai penerapan asuhan kebidanan berkesinambungan (*continuity of care*) dengan pendekatan terapi komplementer berbasis *evidence based practice* pada masa kehamilan, persalinan, bayi baru lahir, dan nifas melalui senam Kegel, relaksasi napas dalam, penundaan pemotongan tali pusat, serta senam nifas.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Menjadi salah satu sumber informasi dalam pengembangan pelayanan kebidanan komprehensif yang mengintegrasikan terapi komplementer seperti senam Kegel, relaksasi napas dalam, penundaan pemotongan tali pusat, serta senam nifas untuk meningkatkan kenyamanan, keselamatan, dan kualitas pelayanan pada ibu serta bayi.

3. Bagi Profesi

Meningkatkan wawasan dan keterampilan bidan dalam

memberikan asuhan kebidanan secara holistik melalui penerapan senam Kegel, relaksasi napas dalam, penundaan pemotongan tali pusat, serta senam nifas sesuai kebutuhan klien.

4. Bagi Klien

Membantu ibu dan keluarga memahami pentingnya perawatan berkesinambungan sejak kehamilan hingga masa nifas serta meningkatkan pengetahuan mengenai manfaat terapi komplementer seperti senam Kegel, relaksasi napas dalam, penundaan pemotongan tali pusat, dan senam nifas dalam mendukung kesehatan ibu dan bayi.

