

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Masa nifas (*puerperium*) adalah dimulainya masa setelah plasenta lahir dan berakhir saat alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil (Astuti dan Dinarsi, 2022). Masa nifas berlangsung selama 6 minggu atau 42 hari, akan tetapi secara keutuhan akan pulih dalam waktu 3 bulan. Pada masa ini diperlukan asuhan masa nifas karena pada periode masa nifas merupakan masa kritis baik pada ibu atau bayi yang apa bila tidak ditangani segera dengan efektif dapat membahayakan kesehatan atau kematian bagi ibu (Aprilliani dan Magdalena, 2023).

Menurut Aprilliani dan Magdalena, (2023) berakhirnya proses persalinan bukan berarti ibu nifas terbebas dari bahaya atau komplikasi. Berbagai komplikasi dapat dialami oleh ibu nifas, akan tetapi bila tidak ditangani dengan baik akan memberikan kontribusi yang cukup besar terhadap tingginya Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia.

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2021 jumlah kematian ibu sebanyak 7.389 kematian di Indonesia. Jumlah ini mengalami peningkatan dibandingkan tahun 2020 sebesar 4.627 (Kemenkes RI, 2022). Sementara jumlah kasus kematian ibu di Jawa Barat pada tahun 2022 menjadi provinsi yang menyumbangkan kasus kematian ibu paling banyak yaitu 678 kasus atau 81,67 per 100.000 kelahiran hidup (DinKes Provinsi Jawa Barat, 2023). Data kasus kematian ibu pada Kabupaten Cirebon pada tahun 2022 sebanyak 29 ibu dari 43.238 kelahiran hidup (Dinkes Kabupaten Cirebon, 2023).

Berdasarkan data yang diperoleh Aprilliani dan Magdalena, (2023) diperkirakan 60% kematian ibu terjadi setelah kehamilan dan 50% kematian pada masa nifas terjadi dalam waktu 24 jam pertama. Dapat diketahui sebagian besar penyebab utama dari kematian ibu nifas adalah pendarahan postpartum.

Pendarahan postpartum dibagi menjadi dua yaitu pendarahan postpartum primer (*primary postpartum haemorrhage*) adalah pendarahan yang terjadi dalam 24 jam pertama, sedangkan pendarahan sekunder (*secondary postpartum haemorrhage*) adalah pendarahan yang terjadi setelah lebih dari 24 jam sampai 6 minggu. Salah satu penyebab dari perdarahan postpartum adalah antonia uteri (Simanjuntak, 2020).

Involusi uterus adalah kembalinya uterus pada keadaan sebelum hamil baik dalam bentuk ataupun posisi. Involusi dapat mengecilkan rahim setelah persalinan supaya kembali pada bentuk asalnya dengan berat sekitar 60 gram (Astuti dan Dinarsi, 2022). Proses ini dimulai segera setelah plasenta lahir akibat kontraksi otot-otot polos uterus. Involusi disebabkan oleh kontraksi dan retraksi serabut otot uterus yang terjadi terus menerus (Aprilliani dan Magdalena, 2023). Kegagalan dalam involusi yang dapat menyebabkan sesuatu disebut sub-involusi (Septyara dan Hindiarti, 2020). Gejala dari sub involusi yaitu lochea menetap/merah segar, penurunan fundus uteri lambat, tonus uteri lembek, tidak ada perasaan mules pada ibu nifas akibatnya terjadinya perdarahan (Aprilliani dan Magdalena, 2023).

Menurut Septyara dan Hindiarti, (2020) penyebab dari sub involusi yaitu infeksi endometrium, terdapat sisa plasenta dan selaputnya, terdapat bekuan darah, atau mioma uteri. Apabila subinvolusio tidak tertangani dengan segera maka menyebabkan perdarahan yang berlanjut atau postpartum *haemorrhage* atau bisa sampai kematian. Pada saat pemeriksaan bimanual akan teraba uterus lebih besar dan lebih lembek dari seharusnya, fundus masih tinggi, *lochea* yang keluar banyak serta berbau, dan tidak jarang terdapat pula perdarahan.

Menurut Victor dan Yanti, (2021) ada beberapa faktor yang mempengaruhi involusi uterus antara lain senam nifas, mobilisasi dini ibu post partum, inisiasi menyusui dini, gizi, psikologis, faktor usia, dan paritas. Menurut (Septyara dan Hindiarti, 2020) ibu post partum yang melakukan insiasi menyusui dini (IMD) pada bayinya, mobilisasi dini dan melakukan senam nifas akan lebih cepat proses involusi uterusnya yang ditandai dengan percepatan penurunan tinggi fundus uteri.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sari, Triyunita dan Keraman, (2020) proses involusi uterus berdasarkan pengukuran TFU pada 6 jam pertama dengan 3 hari masa nifas terdapat perbedaan nilai rata-rata pengukuran TFU antara kelompok yang mengikuti senam nifas dan yang tidak mengikuti senam nifas. Pada kelompok yang mengikuti senam nifas TFU rata-rata 10.70 cm  $\pm$ 2.13 cm sedangkan pada kelompok yang tidak mengikuti senam nifas rata-rata 11.95 cm  $\pm$ 1.731 cm. Pada kelompok yang tidak mengikuti senam nifas TFU nya terlihat turun namun tidak secepat penurunan TFU pada kelompok yang mengikuti senam nifas. Ini artinya senam nifas dapat memberikan pengaruh yang cukup tinggi terhadap proses involusi ibu postpartum. Pada saat senam nifas, otot rahim mengalami kontraksi dan retraksi yang menyebabkan pembuluh darah pada uterus yang melebar dapat terjepit sehingga pendarahan dapat dihindari (Nurbaiti, 2023).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi, (2023) senam nifas membantu mempercepat proses involusi uterus dan pemulihan fungsi alat kandungan, membantu memulihkan kekuatan serta kekencangan otot panggul, abdomen, dan perineum terutama otot yang berkaitan dengan kehamilan ataupun persalinan. Ibu postpartum yang melakukan senam nifas masa pemulihannya fisiknya akan lebih cepat, mempunyai keadaan umum yang baik, sirkulasi yang lancar, proses laktasi yang baik serta proses involusi uterus yang lebih cepat.

Gerakan senam nifas dapat membantu penyembuhan atau memulihkan kembali otot dasar panggul, yang mengalami trauma serta mempercepat kembalinya bagian tersebut ke bentuk semula. Membantu mencegah pelemahan dan peregangan lebih lanjut yang dapat mengakibatkan komplikasi pendarahan postpartum. Menghasilkan manfaat psikologis menambah kemampuan mengelola stress serta bersantai, sehingga dapat mencegah depresi pasca persalinan (Hutagaol, 2020).

Menurut Nurbaiti dan Kardewi, (2023) dari hasil wawancara yang mereka lakukan dan pre tes yang telah diberikan kepada ibu post partum, ditemukan bahwa pemahaman ibu postpartum masih kurang seperti adanya ketidaktahuan

tujuan senam nifas, gerakan dan waktu pelaksanaan senam nifas. Pada era digital seharusnya bidan lebih mudah dalam memberikan informasi serta mengoptimalkan dalam pemberian asuhan, pendidikan, dan pengetahuan kepada ibu nifas. Oleh karena itu, pemberdayaan perempuan dapat dijadikan salah satu solusi dalam mengatasi gangguan masa nifas khususnya dalam proses involusi uteri dengan cara pemanfaatan IPTEKS dalam melakukan senam nifas.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 4 ibu nifas semuanya tidak mengetahui bahwa senam nifas dapat mempercepat proses involusi uterus.

Berdasarkan latar belakang tersebut, masih banyak ibu nifas yang belum mengetahui manfaat dan fungsi dari senam nifas itu sendiri. Oleh karena itu, penulis tertarik dalam melakukan pemberdayaan senam nifas pada ibu nifas. Dengan demikian penulis mengambil “Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Melalui Pemberdayaan dengan Senam Nifas Terhadap Proses Involusi Uterus di UPT Puskesmas Poned Ciledug Kabupaten Cirebon Tahun 2024” sebagai judul dalam proposal lapaoran tugas akhir.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut: Bagaimanakah penatalaksanaan asuhan kebidanan pada Ny. S melalui pemberdayaan dengan senam nifas terhadap proses involusi uterus di UPT Puskesmas Poned Ciledug Kabupaten Cirebon Tahun 2024?

## **C. Tujuan Penulisan**

### **1. Tujuan Umum**

Mampu memberikan asuhan kebidanan pada Ny. S melalui pemberdayaan dengan senam nifas terhadap proses involusi uterus di UPT Puskesmas Poned Ciledug Kabupaten Cirebon Tahun 2024

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mampu melakukan pengkajian data subjektif secara terfokus pada Ny. S.

- b. Mampu melakukan pengkajian data objektif secara terfokus pada Ny. S.
- c. Mampu membuat analisis berdasarkan data subjektif dan data objektif.
- d. Mampu melaksanakan penatalaksanaan pada Ny. S melalui pemberdayaan dengan senam nifas.
- e. Mampu mengevaluasi pemberdayaan dengan senam nifas terhadap involusi uterus.
- f. Mampu menganalisa kesenjangan antara teori dan praktik di lapangan.

#### **D. Manfaat**

##### **1. Manfaat Teoritis**

Laporan kasus ini dapat digunakan untuk mengetahui, mempelajari, dan dapat menerapkan asuhan kebidanan khususnya dalam memberikan asuhan kebidanan pada ibu nifas melalui pemberdayaan dengan senam nifas.

##### **2. Manfaat Praktis**

###### **a. Puskesmas Ciledug**

Dengan adanya studi kasus ini, diharapkan dapat menjadi masukan positif bagi bidan di UPT Puskesmas Poned Ciledug untuk meningkatkan kualitas pelayanan kebidanan khususnya pada ibu nifas. Selain itu, bidan dapat menerapkan asuhan kebidanan yaitu senam nifas. Hal ini dikarenakan, gerakan pada senam nifas bermanfaat untuk mempercepat penumuran tinggi fundus uterus seperti sebelum hamil, mempercepat pemulihan otot yang berkaitan pada kehamilan dan persalinan, membantu dan memperlancar pengeluaran lochea, serta mengurangi rasa nyeri. Perubahan psikologis juga mengalami perubahan yaitu dapat membantu mengelola stress, menstabilkan emosi ibu nifas serta dapat melakukan deteksi dini faktor resiko, sehingga dapat memberikan edukasi kepada ibu nifas dan keluarga untuk dapat melakukan tindakan antisipasi.