

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Persalinan merupakan proses pengeluaran janin pada kehamilan berkisar 37 hingga 42 minggu. Terdapat dua prosedur persalinan yaitu persalinan pervaginam (vaginal) dan melalui prosedur pembedahan (*sectio caesarea*). Persalinan pervaginam adalah persalinan lewat vagina yang berlangsung tanpa menggunakan alat maupun obat tertentu, baik itu induksi vakum, atau metode lainnya. Setelah melalui proses hamil dan melahirkan, ibu akan memasuki fase *postpartum* (pasca melahirkan) yang berlangsung sekitar 6-8 minggu (Daima Fitria Muslechatay & Sri Sunariningsih Ika Wardoyo, 2025).

Periode *postpartum* merupakan fase transisi yang melibatkan adaptasi fisiologis dan psikologis yang signifikan bagi ibu. Salah satu perubahan fisiologis yang paling krusial terjadi pada sistem musculoskeletal, khususnya penurunan fungsi otot panggul. Otot panggul berfungsi menopang organ reproduksi, menjaga kontinensia urin dan feses, serta memberikan stabilitas dasar panggul. Persalinan pervaginam dapat menyebabkan penurunan kelenturan otot akibat pengaruh hormonal dan trauma fisik selama persalinan, yang dipengaruhi oleh ukuran kepala dan berat bayi. Secara fisiologis, pemulihan otot panggul berlangsung sekitar 6 minggu, namun masih banyak sebagian ibu yang mengalami disfungsi otot panggul seperti inkontinensia urin, prolaps organ panggul, dan nyeri pelvis (Khasanah & Sulistyawati, 2017).

Menurut (Peinado-Molina et al., 2023) prevalensi masalah otot dasar panggul di seluruh dunia berkisar antara 1, 9% hingga 46,5%. Di Indonesia ibu dengan riwayat persalinan normal memiliki angka kejadian 58% dibandingkan ibu yang melakukan persalinan dengan *sectio caesarea* 43% (Almadani et al., 2024). Di Jawa Barat permasalahan otot panggul akibat *postpartum* sebanyak 40-63% (Nur Hajriah, 2023). Meskipun prevalensi disfungsi otot dasar panggul pada ibu *postpartum* tergolong tinggi, pada praktik klinis di ruang nifas belum terdapat prosedur rutin untuk melakukan pengukuran atau penilaian fungsi otot dasar panggul, khususnya pada ibu *postpartum* pervaginam.

Tingginya prevalensi disfungsi otot panggul yang tidak ditangani secara tepat waktu dapat menurunkan kenyamanan ibu *postpartum*. Untuk meningkatkan fungsi otot dasar panggul pada ibu *postpartum* pervaginam, *American College of Obstetricians and Gynecologist* (ACOG) merekomendasikan rujukan fisioterapi dalam 2-6 minggu pertama pasca persalinan sebagai bagian dari rehabilitasi otot dasar panggul. Selama masa pemulihan, kecepatan involusi dan penguatan otot dasar panggul dapat berlangsung bervariasi, sehingga diperlukan intervensi untuk mempercepat pemulihan fungsi otot panggul dan meningkatkan kenyamanan ibu. Salah satu metode rehabilitasi yang dapat digunakan adalah Metode *Dynamic Neuromuscular Stabilization* (DNS) (Almadani et al., 2024).

Berdasarkan penelitian (Almadani et al., 2024), ibu *postpartum* pervaginam yang mengalami ketidaktuntasan berkemih akibat kelemahan otot dasar panggul menunjukkan peningkatan fungsi otot panggul setelah diberikan

metode DNS selama 2 hari, yang diukur menggunakan *Pelvic Floor Distress Inventory-20* (PDFI-20) dengan skor total 150 dari 168. Hasil ini menunjukkan bahwa metode DNS efektif dalam meningkatkan fungsi otot panggul. DNS merupakan pendekatan rehabilitasi yang dikembangkan oleh Pavel Kolar berbasis prinsip perkembangan motorik ontogenik, yang bertujuan memulihkan kontrol *neuromuscular* melalui aktivasi otot stabilisator inti, termasuk diafragma, *transversus abdominis*, *multifidus*, *deep cervical flexor*, dan otot dasar panggul (Almadani et al., 2024). Pada ibu *postpartum* pervaginam, DNS meningkatkan koordinasi otot dasar panggul, diafragma, dan abdominal, sehingga mempercepat pemulihan dan menurunkan risiko disfungsi. Selain itu, penelitian menunjukkan bahwa latihan DNS secara signifikan lebih efektif dan meningkatkan kekuatan otot dasar panggul dibandingkan latihan kegel (Sharma et al., 2024).

Meskipun berbagai penelitian menunjukkan bahwa metode DNS efektif dalam meningkatkan fungsi otot dasar panggul, penerapannya dalam praktik keperawatan maternitas masih terbatas, khususnya di Indonesia. Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Implementasi Metode *Dynamic Neuromuscular Stabilization* (DNS) Untuk Meningkatkan Fungsi Otot Panggul Pada Ibu *Postpartum* Pervaginam.

Persalinan pervaginam dapat menyebabkan penurunan kelenturan otot akibat pengaruh hormonal dan trauma fisik selama persalinan, yang dipengaruhi oleh ukuran kepala dan berat bayi. Secara fisiologis, pemulihan otot panggul berlangsung sekitar 6 minggu, namun pada sebagian ibu masih terjadi disfungsi

seperti inkontinensia urin, prolaps organ panggul, dan nyeri pelvis. (Daima Fitria Muslechatay & Sri Sunariningsih Ika Wardoyo, 2025).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka penulis merumuskan masalah “Bagaimana gambaran Implementasi metode *Dynamic Neuromuscular Stabilization* (DNS) dalam meningkatkan fungsi dasar otot panggul pada ibu *postpartum* Pervaginam?”

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Setelah melakukan studi kasus penulis mampu menggambarkan pelaksanaan tindakan *Dynamic Neuromuskular Stabilization* (DNS) terhadap peningkatan fungsi otot dasar panggul pada ibu *postpartum* pervaginam.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus penulisan Karya Tulis Ilmiah ini adalah sebagai berikut:

- a. Menggambarkan tahapan pelaksanaan proses keperawatan pada ibu *postpartum* pervaginam yang dilakukan Metode *Dynamic Neuromuscular Stabilization* (DNS)
- b. Menggambarkan pelaksanaan tindakan *Dynamic Neuromuscular Stabilization* (DNS) pada ibu *postpartum* pervaginam
- c. Menggambarkan respon atau perubahan mengenai peningkatan fungsi otot dasar panggul setelah dilakukan tindakan Metode *Dynamic Neuromuskular Stabilization* (DNS) pada ibu *postpartum* Pervaginam.

D. Manfaat KTI

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini bisa menjadi bahan kajian untuk referensi dalam mengembangkan ilmu D-III Keperawatan yang berkaitan dengan Implementasi Metode *Dynamic Neuromuscular Stabilization* (DNS) untuk meningkatkan fungsi otot panggul pada ibu *postpartum* pervaginam.

2. Manfaat Praktis

Penelitian yang dilakukan diharapkan bisa digunakan oleh masyarakat untuk bisa menyelesaikan beberapa masalah praktis. Berikut merupakan manfaat bagi peneliti, tempat penelitian, institusi pendidikan, dan klien sebagai responden.

a. Bagi Peneliti

Diharapkan dengan penulisan KTI dapat menambah pengetahuan dan pengalaman dalam mengimplementasikan tindakan *Dynamic Neuromuscular Stabilization* pada ibu *postpartum* Pervaginam.

b. Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan dapat menjadi acuan atau bahan intervensi terkait peningkatan fungsi otot panggul pada ibu *postpartum* pervaginam dengan menggunakan metode *Dynamic Neuromuscular Stabilization*..

c. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan kajian dan referensi dalam mengembangkan keilmuan keperawatan terkait dengan Implementasi Metode *Dynamic Neuromuscular Stabilization* (DNS)

untuk meningkatkan fungsi otot panggul pada ibu *postpartum* pervaginam.

d. Bagi Responden

Diharapkan meningkatkan pengetahuan dan kemampuan responden dalam melakukan tindakan *Dynamic Neuromuscular Stabilization* dalam meningkatkan fungsi otot dasar panggul, serta meningkatkan derajat kesehatannya.