

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Persalinan merupakan proses keluarnya hasil konsepsi berupa janin dan plasenta yang telah mencapai usia cukup bulan atau telah mampu hidup di luar rahim, baik melalui jalan lahir maupun melalui cara lain, dengan bantuan atau tanpa bantuan (Amelia & Cholifah, 2019). Masa nifas merupakan periode setelah keluarnya plasenta hingga organ reproduksi ibu kembali ke kondisi sebelum kehamilan, yang berlangsung sekitar 6 minggu (Fajri & Rejeki, 2024). Terdapat beberapa jenis persalinan, yaitu dua prosedur utama berupa persalinan spontan melalui jalan lahir (*pervaginam*) dan persalinan melalui tindakan pembedahan *sectio caesarea* (SC), yang merupakan prosedur operasi untuk melahirkan janin dengan melakukan sayatan pada dinding perut dan dinding rahim (Sudarsih et al., 2023).

Persalinan spontan merupakan proses kelahiran bayi dengan presentasi belakang kepala yang terjadi secara alami menggunakan tenaga ibu sendiri, proses ini umumnya berlangsung kurang dari 24 jam, persalinan spontan juga dapat diartikan sebagai proses pengeluaran janin pada kehamilan cukup bulan, yaitu antara usia kehamilan 37–42 minggu, yang berlangsung secara spontan dengan presentasi belakang kepala dan terjadi dalam waktu sekitar 18 jam tanpa disertai komplikasi pada ibu maupun janin (Ariningtyas et al., 2025). Persalinan spontan merupakan proses keluarnya hasil konsepsi berupa janin dan plasenta yang telah mencapai usia cukup bulan atau mampu hidup di luar rahim melalui jalan lahir, baik dengan bantuan maupun tanpa bantuan. Dalam proses persalinan, sering terjadi perlukaan pada perineum yang

dapat disebabkan oleh robekan spontan ataupun tindakan episiotomi (Heriani Heriani & Indra Sulistiawati, 2025).

Di Indonesia, sebagian besar ibu yang melahirkan secara postpartum spontan pervaginam mengalami robekan perineum, dengan angka kejadian mencapai sekitar 75%. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2020), dari total 1.951 persalinan spontan, sebanyak 57% ibu memerlukan penjahitan perineum, yang terdiri atas 8% akibat tindakan episiotomi dan 29% disebabkan oleh robekan spontan. Secara global, pada tahun 2020 tercatat sekitar 2,7 juta kasus robekan perineum pada ibu bersalin, dan jumlah tersebut diperkirakan akan meningkat hingga 6,3 juta kasus pada tahun 2050. Di kawasan Asia, sekitar 50% persalinan disertai dengan kejadian robekan perineum, sedangkan di Amerika, sekitar 40% dari 26 juta ibu yang melahirkan mengalami kondisi serupa (Sinaga & Safari, 2025).

Luka perineum merupakan robekan yang terjadi pada daerah perineum, baik secara spontan saat proses persalinan maupun akibat tindakan episiotomi yang dilakukan untuk mempermudah kelahiran bayi. Robekan perineum umumnya terjadi pada hampir seluruh persalinan pertama dan juga dapat ditemukan pada persalinan berikutnya. Sebagian besar proses persalinan mengalami perlukaan perineum, baik dengan tindakan maupun tanpa tindakan episiotomi. Penyembuhan luka perineum ditandai dengan proses perbaikan jaringan melalui pembentukan jaringan baru yang menutup luka dalam kurun waktu sekitar 5–7 hari setelah persalinan dengan ciri-ciri luka menutup, jaringan menyatu, kering dan tidak ada tanda-tanda infeksi (merah, bengkak, panas dan nyeri tekan pada daerah luka) (Pitriani & Afni, 2019).

Keterlambatan penyembuhan luka perineum pada ibu postpartum dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain asupan nutrisi yang tidak adekuat, kurangnya kebersihan diri terutama pada area perineum, kurang istirahat, serta

minimnya mobilisasi dan aktivitas fisik seperti senam nifas, yang dapat meningkatkan risiko terjadinya infeksi. Mobilisasi pada masa postpartum sebaiknya dilakukan secara bertahap sesuai dengan kondisi dan kemampuan ibu, karena dapat membantu mengencangkan otot-otot perut dan perineum, mempercepat proses penyembuhan luka, mencegah terjadinya komplikasi, serta meningkatkan kekuatan otot punggung, pelvis, dan abdomen. Namun, masih banyak ibu postpartum yang enggan melakukan mobilisasi akibat adanya nyeri pasca persalinan, kelelahan, rasa takut luka terbuka atau jahitan robek, serta kurangnya pengetahuan mengenai manfaat dan cara mobilisasi yang aman, sehingga menyebabkan terganggunya sirkulasi darah ke jaringan luka, dan apabila kondisi ini berlangsung dalam waktu lama dapat meningkatkan risiko infeksi pada organ genitalia (Martilova et al., 2022).

Mobilisasi pada masa postpartum merupakan bagian penting dari asuhan keperawatan yang dilakukan secara bertahap sesuai kondisi ibu. Mobilisasi pada ibu postpartum meliputi perubahan posisi dari terlentang ke miring kiri dan kanan, duduk di tempat tidur, berdiri, hingga berjalan secara bertahap setelah persalinan, yang bertujuan untuk memperlancar sirkulasi darah, mempercepat involusi uterus, serta mendukung proses penyembuhan luka (Sonda et al., 2022). Salah satu bentuk mobilisasi yang efektif dilakukan untuk mempercepat proses penyembuhan luka perineum adalah senam kegel, yang dilakukan melalui kontraksi dan relaksasi otot-otot dasar panggul, yang diperkenalkan oleh Dr. Arnold Kegell. Otot panggul atau *pubococcygeal muscle* (PC) merupakan otot yang melekat pada tulang-tulang panggul dan berfungsi menopang serta menggerakkan organ-organ panggul, seperti rahim, kandung kemih, dan usus. Mobilisasi yang efektif pada ibu postpartum melalui senam kegel dapat mempercepat penyembuhan luka perineum, meningkatkan sirkulasi darah, memperbaiki postur tubuh, serta memperkuat otot pelvis atau dasar panggul pada

perempuan (Karo et al., 2022). Senam kegel berpengaruh terhadap percepatan penyembuhan luka perineum karena kontraksi otot *pubococcygeal* dapat meningkatkan sirkulasi darah dan proses oksigenisasi, sehingga mendukung pembentukan jaringan baru yang berperan dalam merapatkan luka jahitan dan mempercepat fase *proliferasi* penyembuhan (Antini & Irna Trisnawati, 2016).

Pelaksanaan senam kegel menimbulkan kontraksi dan relaksasi otot-otot dasar panggul yang dapat membantu mengurangi ketidaknyamanan pada daerah perineum dengan cara meningkatkan sirkulasi darah lokal serta menurunkan edema. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Antini (2016) menunjukkan bahwa senam kegel efektif dalam mempercepat penyembuhan luka perineum pada ibu postpartum dengan persalinan spontan, rerata waktu penyembuhan luka perineum pada kelompok yang melakukan senam kegel adalah sekitar 6 hari, dengan rentang waktu penyembuhan antara 5 hingga 7 hari. Berdasarkan temuan tersebut, dapat diasumsikan bahwa senam kegel memberikan pengaruh signifikan terhadap proses penyembuhan luka perineum, di mana ibu yang melakukan latihan ini secara rutin cenderung mengalami pemulihan luka yang lebih cepat (Yunifitri & Aulia, 2022).

Berdasarkan hal tersebut, perawat memiliki peran penting dalam memberikan asuhan keperawatan pada ibu postpartum untuk mencegah komplikasi masa nifas, terutama infeksi luka perineum akibat lambatnya proses penyembuhan. Oleh karena itu, penulis tertarik menerapkan senam kegel pada ibu postpartum spontan guna mempercepat penyembuhan luka perineum.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk melakukan asuhan keperawatan pada ibu postpartum spontan untuk mengetahui peran intervensi senam

kegel dalam mempercepat penyembuhan luka perineum. Oleh karena itu, rumusan masalah sebagai berikut:

“Bagaimanakah pelaksanaan implementasi pada ibu postpartum spontan dengan penerapan senam kegel dalam upaya mempercepat proses penyembuhan luka perineum di Ruang Wijaya kusumah RSUD dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Setelah dilakukan studi kasus, penulis mampu melaksanakan asuhan keperawatan pada ibu postpartum spontan melalui penerapan intervensi senam kegel sebagai upaya untuk mempercepat proses penyembuhan luka perineum.

2. Tujuan Khusus

Setelah melakukan studi kasus penulis dapat :

- a) Menggambarkan tahapan pelaksanaan proses keperawatan pada ibu postpartum spontan yang dilakukan tindakan senam kegel.
- b) Menggambarkan pelaksanaan tindakan senam kegel pada ibu postpartum spontan.
- c) Menggambarkan respon atau perubahan pada ibu postpartum spontan yang dilakukan tindakan senam kegel.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis Bagi Pengembangan Ilmu Pengetahuan

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya pada bidang keperawatan maternitas, terutama dalam penerapan asuhan keperawatan pada ibu postpartum

spontan dengan intervensi senam kegel untuk mempercepat penyembuhan luka perineum.

2. Manfaat Praktik

1) Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil studi ini diharapkan dapat menjadi referensi dan bahan pertimbangan bagi tenaga kesehatan, khususnya perawat, dalam memberikan asuhan keperawatan pada ibu postpartum melalui penerapan senam kegel sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis untuk mempercepat penyembuhan luka perineum.

2) Bagi Tempat Penelitian

Hasil studi ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi tempat penelitian sebagai bahan masukan dalam upaya meningkatkan mutu pelayanan kesehatan maternitas, khususnya dalam penerapan senam kegel pada ibu postpartum.

3) Bagi Masyarakat

Hasil studi ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pemahaman masyarakat, khususnya ibu postpartum, mengenai manfaat senam kegel dalam membantu proses pemulihan dan mempercepat penyembuhan luka perineum.

4) Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil studi ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan referensi tambahan bagi peneliti selanjutnya dalam penyusunan karya ilmiah di bidang keperawatan maternitas, khususnya yang berkaitan dengan perawatan luka perineum pada ibu postpartum.