

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Penelitian

Involusi uterus adalah kembalinya uterus kepada keadaan sebelum hamil baik dalam bentuk semula maupun posisi semula. Selain uterus, vagina, ligamen uterus, dan otot dasar panggul juga kembali ke keadaan sebelum hamil. Selama proses involusi, uterus menipis dan mengeluarkan lokhea yang diganti dengan endometrium baru. Lapisan desidua yang dilepaskan dari dinding uterus disebut lokhea. Bila uterus mengalami atau terjadi kegagalan dalam involusi disebut subinvolusi. Subinvolusi sering disebabkan infeksi dan tertinggalnya sisa plasenta dalam uterus sehingga proses involusi uterus tidak berjalan dengan normal atau terlambat, bila subinvolusi uterus tidak tertangani dengan baik, akan mengakibatkan perdarahan yang berlanjut atau post partum haemorrhage.

Masa nifas merupakan hal penting untuk diperhatikan guna menurunkan angka kematian ibu dan bayi di Indonesia (Saleha, 2017)Sebagian besar kematian ibu (88%) terjadi dalam waktu 4 jam setelah persal WHO, 2019). *World Health Organization* (WHO) memperkirakan angka kematian ibu di seluruh Dunia 216/100.000 KH, diantaranya Negara Eropa 16/100.000 KH, Argenia 542/100.000 KH juta jiwa setiap tahun. Sedangkan di Asia memperkirakan angka kematian ibu 164/100.000 KH, diantaranya negara indonesia 126/100.000 KH, Sri Langka berjumlah 20/100.000 KH juta jiwa setiap tahun. Kejadian kematian ibu sebagian besar

terdapat di negara berkembang yaitu sebesar 98% -99% dimana kematian ibu di negara berkembang 100% lebih tinggi dibandingkan dengan negara maju.

Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia masih tinggi, bahkan jumlah perempuan Indonesia yang meninggal saat melahirkan mencapai rekor tertinggi di Asia (WHO, 2019). Penyebab tingginya angka kesakitan dan kematian ibu di banyak Negara berkembang termasuk Indonesia, disebabkan oleh peklampsia (23%), perdarahan pasca persalinan (22%), komplikasi pasca keguguran (12%), dan sepsis (9%) (Legawati, 2018). Penyebab kematian terbesar ibu di Indonesia yaitu perdarahan (30,3%).

Menurut Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur tahun 2021, Angka Kematian Ibu (AKI) di Provinsi Jawa Timur mencapai 91,45% per 100.000 KH, angka ini mengalami penurunan jika dibandingkan tahun 2017 yaitu 91,92% per 100.000 KH. Penyebab tertinggi kematian ibu diantaranya penyebab lain-lain yaitu 32,32% atau 170 orang, Pre-eklampsia/Eklampsia 31,32% atau 163 orang, dan perdarahan 22,8% atau 119 orang. Sedangkan penyebab terkecil adalah infeksi yaitu sebesar 3,64% atau 19 orang.

Berdasarkan Laporan Kematian Ibu (LKI) Kabupaten Sumenep tahun 2021, Angka Kematian Ibu di Kabupaten Sumenep pada tahun 2021 mencapai 78 per 100.000 KH, penyebab langsung, penyebab tidak langsung dan penyebab yang mendasar. Penyebab langsung yang berkaitan dengan kondisi ibu seperti anemia, KEK, terlalu muda, terlalu tua, dan sering melahirkan, sedangkan penyebab tidak langsung yang berkaitan dengan

pelayanan kesehatan, dan penyebab yang mendasar seperti timbulnya 3 terlambat dalam mengambil keputusan serta rendahnya status kesehatan penduduk miskin.

Pada Puskesmas Saronggi pada tahun 2023 ibu nifas sebanyak 534 ibu, ibu menyusui 469 ibu yang menggunakan ASI, Involusio normal 49. 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. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi involusi uterus antara lain, mobilisasi dini ibu *post partum*, menyusui, status gizi, usia, paritas, senam nifas, psikologis, dan inisiasi menyusui dini (Maryunani, 2017).

Perdarahan merupakan salah satu penyebab utama kematian ibu dalam masa perinatal yaitu sekitar 5-15% dari seluruh persalinan. Penyebab terbanyak dari perdarahan postpartum tersebut yaitu 50-60% karena kelemahan atau tidak adanya kontraksi uterus. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya perdarahan pasca persalinan adalah dengan merangsang kontraksi myometrium maka salah satu upaya yang dilakukan adalah senam nifas (Anggraini, 2018)

Senam nifas adalah latihan gerak yang dilakukan secepat mungkin setelah melahirkan, agar otot-otot yang mengalami peregangan selama persalinandan kehamilan dapat kembali kepada kondisi normal seperti sebelum hamil. Senam nifas berguna untuk memulihkan kembali kekuatan otot dasar panggul, mengencangkan otot-otot dinding perut dan perinium,

membentuk sikap tubuh yang baik dan mencegah terjadinya komplikasi. Komplikasi yang dapat dicegah sedini mungkin dengan melaksanakan senam nifas adalah perdarahan post partum (Syaflindawati, 2017)

Tujuan dilakukannya senam nifas pada ibu setelah melahirkan dapat membantu mempercepat pemulihan keadaan ibu, mempercepat proses involusi uterus dan pemulihan fungsi alat kandungan, membantu memulihkan kekuatan dan kekencangan otot-otot panggul, perut dan perineum terutama otot yang berkaitan selama kehamilan dan persalinan, memperlancar pengeluaran lochea, membantu mengurangi rasa sakit pada otot-otot setelah melahirkan, merelaksasi otot-otot yang menunjang proses kehamilan dan persalinan, dan meminimalisir timbulnya kelainan dan komplikasi nifas, misalnya emboli, trombosia. Manfaat senam nifas secara umum dapat membantu penyembuhan rahim, perut, dan otot pinggul yang mengalami trauma serta mempercepat kembalinya bagian-bagian tersebut ke bentuk normal, membantu menormalkan sendi-sendi yang menjadi longgar diakibatkan kehamilan dan persalinan, serta mencegah pelemahan dan peregangan lebih lanjut, dan menghasilkan manfaat psikologis yaitu menambah kemampuan menghadapi stres dan bersantai sehingga mengurangi depresi pasca persalinan (Rahareng et al., 2022)

Dampak negatif yang terjadi apabila tidak melakukan senam nifas diantaranya varises, thrombosis vena karena sumbatan vena oleh bekuan darah yang tidak lancar akibat ibu terlalu membatasi gerakan selama masa

nifas,infeksi karena involusio uterus yang tidak baik sehingga sisa darah tidak dapat dikeluarkan serta perdarahan yang abnormal (Samsinar, 2019).

Bidan merupakan tenaga kesehatan yang sangat berpengaruh terhadap peningkatan derajat kesehatan ibu dan anak. Bidan memiliki peran penting dalam penyuluhan kesehatan pada ibu nifas yaitu memberikan edukasi tentang senam nifas serta memfasilitasi kegiatan senam nifas pada ibu nifas untuk membantu mempercepat involusio uteri serta menghindari perdarahan post partum.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana senam nifas berhubungan dengan involusia uteri ibu nifas di Puskesmas Saronggi?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Secara umum tujuan dilakukannya penelitian ini, adalah untuk mengetahui senam nifas berhubungan dengan involusio uteri ibu nifas di Puskesmas Saronggi.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Untuk mengidentifikasi senam nifas pada ibu nifas di Puskesmas Saronggi.
2. Untuk mengidentifikasi involusio uteri ibu nifas di Puskesmas Saronggi.

3. Untuk menganalisa senam nifas berhubungan dengan involusio uteri ibu nifas di Puskesmas Saronggi

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Teoritis**

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat sebagai tambahan informasi bagi manunjang keilmuan ilmiah dan sebagai acuan dalam menyusun skripsi selanjutnya.

### **1.4.2 Praktis**

#### **1. Tenaga Kesehatan**

Untuk meningkatkan peran tenaga kesehatan dalam pelaksanaan senam nifas sehingga dapat mengurangi angka kematian ibu akibat perdarahan post partum.

#### **2. Responden**

Sebagai bahan masukan agar ibu nifas melakukan senam nifas untuk membantu percepatan involusio uteri ibu nifas primipara.

#### **3. Institusi Pendidikan**

Sebagai bahan referensi atau bacaan yang memerlukan khususnya mahasiswa kesehatan lain tentang senam nifas berhubungan pada involusia uteri ibu nifas primipara.

#### **4. Peneliti**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber data atau informasi bagi pengembangan proposal penelitian berikutnya terutama yang berhubungan dengan involusio uteri pada ibu nifas.