

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kematian maternal merupakan prioritas utama dalam Millennium Development Goals (MDG's). Kematian maternal menjadi indikator keberhasilan terhadap pencapaian tujuan tersebut. Penanggulangan masalah ini melalui upaya sistematis dan tindakan yang nyata untuk meminimalisasi risiko kematian, menjamin reproduksi sehat, dan meningkatkan kualitas hidup ibu (WHO, 2005).

Angka kematian ibu dan bayi merupakan salah satu indikator untuk mengukur kualitas program kesehatan dan derajat kesehatan masyarakat di suatu negara. Target MDG's-5 adalah penurunan 75% rasio kematian maternal tahun 1990 pada tahun 2015. Pencapaian tersebut sangat sensitif terhadap pemilihan indikator kematian maternal (Adriaansz, 2007). Indonesia merupakan salah satu negara yang memiliki angka kematian ibu yang cukup tinggi. Angka kematian ibu di Indonesia mencapai 248 kematian per 100.000 kelahiran hidup (SDKI, 2007).

Menurut Adriaansz (2007) sebagian besar kematian maternal terjadi pada trimester ketiga kehamilan, persalinan dan minggu pertama setelah melahirkan. Kematian ibu maternal banyak terjadi karena adanya komplikasi postpartum, yaitu perdarahan (28%), infeksi (11%), eklampsia (24%), dan

kematian yang paling sering terjadi (Williams dan Wilkins, 2004). Pengenalan periode kritis dalam kehamilan, persalinan dan nifas akan membawa manfaat bagi efisiensi sumberdaya dan efektifitas upaya yang akan dijalankan untuk memperbaiki kesehatan ibu, bayi dan anak.

Kematian maternal mengakibatkan satu atau lebih anak menjadi piatu dan penghasilan keluarga berkurang atau hilang sama sekali. Anak-anak yang kehilangan ibunya kurang mendapat perhatian dan perawatan dibanding yang memiliki ibu (Rukmini, 2005).

Periode selama kehamilan dan persalinan terjadi perubahan fisiologis yang meliputi perubahan sistem reproduksi dan perubahan sistemik, serta perubahan psikologis. Perubahan fisiologis terjadi karena adanya transisi fisiologis setelah partus yang memungkinkan timbulnya patogenesis gangguan masa nifas (Pillitteri, 1999).

Perawatan pasca persalinan perlu dimulai sebelum persalinan yaitu dengan melakukan senam hamil yang teratur sejak kehamilan berumur kira-kira 6 bulan. Tahap selanjutnya dengan melakukan senam nifas setelah melahirkan yang merupakan salah satu bentuk ambulasi dini untuk mengembalikan perubahan fisik seperti saat sebelum hamil dan mengembalikan tonus otot-otot perut bagian bawah (Mochtar, 1998).

Perawatan pada masa postpartum mempunyai banyak manfaat yang dapat meningkatkan status kesehatan ibu postpartum. Manfaat tersebut diantaranya adalah untuk pencegahan kemungkinan adanya komplikasi, untuk

dan membesarkan bayinya. Keuntungan bagi bayi adalah mendapatkan perawatan yang lebih baik dan kebutuhan yang dapat diperoleh dari ibu dapat terpenuhi (Ambarwati, 2008).

Senam nifas merupakan salah satu cara untuk mengurangi berbagai masalah atau gangguan fisiologis maupun psikologis yang terjadi pada ibu postpartum. Hal ini karena senam nifas merupakan cara untuk mobilisasi dini yang sangat dianjurkan untuk ibu postpartum. Manfaat dari latihan ini hubungannya dengan pemulihan fisik pada ibu yang melakukannya yaitu mencegah diastasis rektus abdominis dan mengencangkan otot abdomen, sehingga angka prevalensi kejadian diastasis rectus abdominis dapat diturunkan (Scott, 2006).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka permasalahan yang akan diteliti adalah : “apakah ada pengaruh senam nifas terhadap involusi uteri dan kejadian diastasis rectus abdominis pada ibu postpartum?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh

senam nifas terhadap involusi uteri dan kejadian diastasis rectus abdominis

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya perbedaan proses involusi uteri pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen.
- b. Diketuainya perbedaan kejadian diastasis rectus abdominis pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Bagi Institusi Terkait

Penelitian ini dapat memberikan masukan bagi Puskesmas dalam rangka meningkatkan mutu pelayanan di ruang maternal dengan melaksanakan senam nifas sebagai usaha untuk meningkatkan kesejahteraan ibu pada masa nifas.

2. Manfaat Bagi Profesi Keperawatan

Sebagai panduan perawat untuk mengajarkan senam nifas pada ibu bersalin dan sebagai salah satu program yang dilakukan bagi ibu postpartum sehingga perawat dapat membantu ibu dalam meningkatkan status kesehatannya.

3. Manfaat Bagi Ibu Bersalin

Menambah pengetahuan dan keterampilan bagi ibu bersalin dalam melaksanakan senam nifas sebagai upaya untuk meningkatkan kesejahteraan ibu pada masa nifas dan

Ngabean, Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan metode Quasi eksperimen dengan rancangan *One Group Pretest and Posttest Design*. Hasil penelitian ini menunjukkan pendidikan senam nifas meningkatkan pengetahuan responden dari 19,0 % menjadi 95,24% sehingga meningkatkan motivasi ibu untuk melakukan senam nifas dari 47,62% menjadi 100%.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah jenis penelitian, tempat penelitian, dan analisa data.

2. Linda Inayati (2004) dengan judul Pengaruh Senam Nifas terhadap Pemulihan Fisik Ibu Postpartum Primipara Fase Puerperium Dini di Ruang Flamboyan RSUD Dr. Koesma Tuban. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi keadaan umum, involusi uteri, ADL, sirkulasi, dan proses laktasi. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah "*Quasi eksperimental*". Responden yang digunakan adalah ibu-ibu pasca bersalin. Hasil penelitian ini didapatkan bahwa pemulihan fisiknya lebih meningkat, mempunyai keadaan umum yang baik, ADL yang baik, sirkulasi yang lancar , proses laktasi yang baik serta involusi uteri yang semakin cepat. Hal ini berarti ada pengaruh senam nifas terhadap pemulihan fisik ibu postpartum. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang telah diuraikan diatas adalah responden penelitian, pengambilan sampel, tujuan penelitian, dan analisa data yang digunakan.

3. Henny Hidayanti (2009) dengan judul Pengaruh Senam Nifas Terhadap

Sistem Keperawatan Ibu Nifas. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui

status kesehatan ibu nifas yang meliputi proses menyusui, pola makan minum, buang air kecil, buang air besar dan mobilisasinya. Desain yang digunakan adalah *cohort prospektif* dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Hasil penelitian didapatkan bahwa status kesehatan ibu yang mengikuti senam dan tidak mengikuti senam tidak menunjukkan adanya perbedaan hanya pada buang air besar dan mobilisasinya.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang telah diuraikan diatas adalah jenis penelitian, variabel penelitian, pengambilan sampel, dan analisa data yang digunakan