

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Masa nifas (puerperium) dimulai setelah plasenta lahir dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil. Masa nifas berlangsung selama kira-kira 6 minggu atau 42 hari. Namun secara keseluruhan akan pulih dalam waktu 3 bulan (Anggraini, 2010). Menurut Saefudin (2000) dikutip dalam Martini (2012), diperkirakan bahwa 60% kematian ibu akibat kehamilan terjadi setelah persalinan dan 50% kematian ibu pada masa nifas terjadi dalam 24 jam pertama yang sebagian besar disebabkan karena perdarahan post partum. Salah satu penyebab perdarahan post partum adalah kegagalan involusi uteri.

Involusi merupakan suatu proses dimana uterus kembali ke kondisi sebelum hamil dengan berat sekitar 60 gram. 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. Apabila terjadi kegagalan involusi uterus untuk kembali pada keadaan tidak hamil maka akan menyebabkan sub involusi. Gejala dari sub involusi meliputi lochea menetap/merah segar, penurunan fundus uteri lambat, tonus uteri lembek, tidak ada perasaan mules pada ibu nifas akibatnya terjadinya

perdarahan. Kebanyakan ibu nifas segan untuk melakukan pergerakan, mereka khawatir gerakan yang dilakukan justru menimbulkan dampak seperti nyeri dan perdarahan. Sehingga masih banyak ibu-ibu nifas takut untuk bergerak dan menggunakan sebagian waktunya untuk tidur terus-menerus (Nugroho, 2014).

Penyebab kematian ibu di Indonesia meliputi penyebab obstetri langsung yaitu, perdarahan (28%), preeklamsi/eklamsi (24%), infeksi (11%), sedangkan penyebab tidak langsung adalah trauma obstetri (5%) dan lain-lain (11%). Diperkirakan 60% kematian ibu terjadi setelah kehamilan dan 50% kematian masa nifas terjadi dalam 24 jam pertama, dimana penyebab utamanya adalah perdarahan pasca persalinan. Berdasarkan penyebab terjadi perdarahan adalah atonia uteri (50-60%), retensio plasenta (16-17%), sisa plasenta (23-24%), laserasi jalan lahir (4-5%), kelainan darah (0,5-0,8%). Faktor predisposisi terjadinya atonia uteri adalah uterus tidak berkontraksi, lembek, terlalu regang dan besar, kelainan pada uterus seperti mioma uteri dan solusio plasenta (KEMENKES RI, 2015).

Setelah bayi dilahirkan, uterus yang selama persalinan mengalami kontraksi dan retraksi akan menjadi keras sehingga dapat menutup pembuluh darah besar yang bermuara pada bekas implantasi plasenta. Secara berangsur-angsur menjadi kecil (involusi) hingga akhirnya kembali seperti sebelum hamil. Proses involusi dapat terjadi secara cepat atau lambat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya mobilisasi dini (Walyani and Purwoastuti, 2015). Senam nifas merupakan satu latihan mobilisasi dini yang dapat dilakukan 24

jam setelah melahirkan dengan gerakan yang telah disesuaikan dengan kondisi ibu-ibu setelah melahirkan yang bertujuan untuk memperbaiki sirkulasi darah sehingga mencegah terjadinya pembekuan (thrombosis) pada pembuluh darah terutama pembuluh tungkai, memperbaiki sikap tubuh setelah kehamilan dan persalinan dengan memulihkan dan menguatkan otot-otot punggung, memperbaiki tonus otot pelvis, memperbaiki regangan otot bawah, memperbaiki regangan otot abdomen setelah hamil dan melahirkan meningkatkan kesadaran untuk melakukan relaksasi otot-otot dasar panggul dan mempercepat terjadinya proses involusi organ–organ reproduksi (Aprovverawati WAT, 2010).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wendi Muhammad Fadhli dan Indriani (2022) tentang pengaruh senam nifas terhadap involusi uterus pada ibu post partum hari 1-3 di rsud kabelota terdapat selisih involusi uterus pada ibu post partum hari 3 yang tidak diberi perlakuan senam nifas dan ibu post partum yang diberi perlakuan senam nifas yaitu dengan rata-rata 5.

Berdasarkan hasil wawancara pada 10 ibu post partum di ruang Arafah 3 RSI Fatimah Cilacap semuanya tidak ada yang melakukan senam nifas selain karena ibu tidak mengetahui tentang senam nifas juga disebabkan karena takut sakit dan nyeri pada luka jahit. Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk mengangkat masalah tersebut ke dalam penelitian yang berjudul “Pengaruh Senam Nifas Terhadap Involusi Uteri Pada Ibu post Partum Spontan Di Ruang Arafah 3 RSI Fatimah Cilacap.

## **B. Tujuan**

### 1. Tujuan Umum

Mengambarkan pengelolaan asuhan keperawatan pasien dengan masalah keperawatan gangguan mobilitas fisik dengan penerapan tindakan senam nifas di Ruang Arafah 3 RSI Fatimah Cilacap

### 2. Tujuan Khusus

- a. Memaparkan hasil pengkajian keperawatan pada Ibu post Partum Spontan Di Ruang Arafah 3 RSI Fatimah Cilacap.
- b. Memaparkan hasil diagnosa keperawatan pada Ibu post Partum Spontan Di Ruang Arafah 3 RSI Fatimah Cilacap
- c. Memaparkan hasil intervensi keperawatan pada Ibu post Partum Spontan Di Ruang Arafah 3 RSI Fatimah Cilacap.
- d. Memaparkan hasil implementasi keperawatan pada Ibu post Partum Spontan Di Ruang Arafah 3 RSI Fatimah Cilacap
- e. Memaparkan hasil evaluasi keperawatan pada Ibu post Partum Spontan Di Ruang Arafah 3 RSI Fatimah Cilacap
- f. Memaparkan hasil analisis penerapan EBP pada kasus berdasarkan kebutuhan dasar manusia.

## **C. Manfaat Karya Ilmiah Akhir Ners**

### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk mengembangkan teori serta menambah wawasan ilmu pengetahuan dan juga memberikan informasi

sehingga dapat menggambarkan bagaimana asuhan keperawatan kepada pasien Ibu post Partum Spontan Di Ruang Arafah 3 RSI Fatimah Cilacap.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Penulis

Hasil penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini diharapkan memberikan pengetahuan dan memperkaya pengalaman bagi penulis dalam memberikan dan menyusun asuhan keperawatan pada pasien Ibu post Partum Spontan Di Ruang Arafah 3 RSI Fatimah Cilacap

### b. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini diharapkan dapat terus meningkatkan kuantitas pada mahasiswa dalam pembekalan, menambah wawasan dan juga ilmu pengetahuan khususnya dibidang Keperawatan Maternitas.

### c. Bagi Rumah Sakit

Hasil penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini diharapkan dapat digunakan sebagai dasar pengembangan manajemen asuhan keperawatan dan membantu pelayanan asuhan keperawatan.