BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa nifas merupakan masa yang rentan karena terdapat beberapa risiko yang bisa terjadi pada masa nifas, antara lain: anemia, pre eklampsia/eklampsia, perdarahan postpartum, depresi masa nifas. Menurut data WHO, diantara risiko tersebut ada dua yang paling sering mengakibatkan kematian pada ibu nifas, yaitu perdarahan (Rosdiana et al., 2022). Masa nifas adalah masa yang dimulai setelah lahirnya plasenta dan berakhir dengan kembalinya rahim ke keadaan normal dan periode postpartum berlangsung sekitar 6 minggu. Salah satu masalah masa nifas adalah perdarahan postpartum. Pendarahan pascapersalinan dapat disebabkan oleh miometrium yang tidak berkontraksi setelah melahirkan, membuat rahim rileks(Bayuana et al., 2023).

WHO (2023) menyatakan bahwa hal yang berisiko tinggi mengalami kematian ibu pasca melahirkan adalah pendarahan atau postpartum haemorrhage (PPH). PPH yaitu hilangnya darah lebih dari 500 mL dalam waktu 24 jam setelah lahir. Sekitar 14 juta wanita meninggal di setiap tahunnya dan mengakibatkan sekitar 70.000 kematian. Hal tersebut kebanyakan di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah - setara dengan 1 kematian setiap 6 menit. Ibu yang melahirkan umumnya mengalami robekan pada vagina dan perineum yang menyebabkan perdarahan dalam jumlah yang berbeda dan banyak. Angka kematian ibu di Indonesia masih yang tertinggi di antara negara-negara ASEAN. Laserasi perineum merupakan robekan yang terjadi pada perineum saat proses persalinan. Laserasi perineum dapat diklasifikasikan berdasarkan derajat laserasinya, yaitu derajat I, derajat II, derajat III, dan derajat IV(Girsang & Elfira, 2023).

Pergerakan ibu yang kurang juga memperkuat kondisi untuk terjadinya kelemahan kontraksi uterus maka asuhan masa nifas pada masa ini sangat

diperlukan. Adapun penyebab umum perdarahan postpartum adalah atoniauteri, retensi plasenta, sisa plasenta dan selaput ketuban, trauma jalan lahir, hematoma,inversi uterus, sub involusi uterus. Berdasarkan penyebabnya perdarahan postpartum adalah atonia uteri (50- 60%); retensio plasenta (16-17%); sisa plasenta (23- 24%); laserasi jalan lahir (4-5%) dan kelainan darah (0,5-0,8%). 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 kelahiran hidup juta jiwa setiap tahun. Sedangkan di Asia memperkirakan angka kematian ibu 164/100,000 kelahiran hidup; diantaranya negara Indonesia 126/100,000 kelahiran hidup; Sri Lanka berjumlah 20/100,000 kelahiran hidup 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 masih di kisaran 305 per 100.000 Kelahiran Hidup, belum mencapai target yang ditentukan yaitu 183 per 100.000 KH di tahun 2024(Kemenkes RI, 2023). Kematian Ibu (AKI) menurut data provinsi relatif masih tinggi, yakni terdapat sekitar 184 kematian Ibu per 100 ribu kelahiran hidup di Provinsi Jawa Timur (BPS JATIM, 2023). Rata-rata jumlah kematian umum untuk setiap 1000 penderita keluar rumah sakit (Gross Death Rate) di Kota Malang tahun 2021 adalah 55,2 sedangkan untuk tahun 2022 menurun menjadi 42,1. Rata-rata jumlah kematian 48 jam setelah di rawat untuk 1000 penderita keluar (Net Death Rate) tahun 2020 adalah 33,4 sedangkan untuk tahun 2021 meningkat menjadi 38,5 akan tetapi selanjutnya kembali menurun di tahun 2022 pada angka 27,5 (Dinas Kesehatan Kota Malang, 2022).

Menurut Rosdiana et al (2022) cara untuk menurunkan angka morbiditas pada masa postpartum adalah dengan melakukan mobilisasi dini dan senam nifas yang bertujuan untuk mempercepat involusi uterus. Mobilisasi dini atau beraktivitas segera mungkin setelah istirahat beberapa jam dan beranjak dari tempat tempat tidur ibu (untuk persalinan normal). Ibu yang baru melahirkan mungkin enggan untuk banyak bergerak karena merasa lelah dan sakit. Nyeri akut merupakan

sebagai permasalahan post normal partum akibat episiotomi. Patut diketahui bahwa dengan melakukan mobilisasi dini dapat mengurangi bendungan lochea dalam rahim, mempercepat involusi alat kandungan, mempercepat peredaran darah sekitar alat kelamin, mempercepat normalisasi dalam keadaan semula. Tujuan dilakukannya mobilisasi dini pada ibu nifas agar ibu merasa sehat dan kuat, aktivitas ini membantu mempercepat organ tubuh bekerja seperti semula.

Perawatan nifas yang lainnya adalah senam nifas bertujuan untuk mengatasi gangguan pada masa nifas terutama proses involusi uteri. Senam pasca melahirkan dilakukan untuk mobilisasi dini ibu nifas, sehingga membantu pemulihan organ tubuh pasca melahirkan. Senam nifas merupakan jenis mobilisasi dini untuk mengembalikan perubahan fisik pra-kehamilan dan mengembalikan kekuatan otot perut bagian bawah. Kontraksi otot membantu proses involusi, yang dimulai setelah plasenta terlepas (Bayuana et al., 2023).

Menurut Girsang & Utami (2020) peran perawat merupakan memberikan pelayanan keperawatan. Pada ibu nifas peran perawat terdiri dari peran sebagai care giver, peran sebagai konselor, dan peran sebagai edukator. Care giver merupakan peran sebagai pelaksana yang memberikan kesempatan kepada keluarga, untuk mendampingi dan mendengar keluhan klien, konselor merupakan kegiatan percakapan tatap muka 2 arah antara klien dengan petugas kesehatan (perawat) yang bertujuan memberikan bantuan atau menanyakan perasaan klien, memfasilitasi istirahat dan memberikan dukungan kepada klien dan Edukator merupakan peran guru membantu menjelaskan kepada klien tentang perubahan peran ibu pada masa nifas. Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk melakukan studi kasus penelitian tentang “Pengaruh Mobilisasi Dini Dan Senam Nifas Terhadap Ibu Post Partum Normal”.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimanakah Pengaruh Mobilisasi Dini Dan Senam Nifas Terhadap Ibu Post Partum Normal?

1.3 Tujuan Penulisan

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penulisan ini adalah mendeskripsikan Pengaruh Mobilisasi Dini Dan Senam Nifas Terhadap Ibu Post Partum Normal.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi hasil intervensi Mobilisasi Dini Terhadap Ibu Post Partum Normal.
2. Mengidentifikasi hasil intervensi Senam Nifas Terhadap Ibu Post Partum Normal.
3. Menganalisis manfaat pemberian intervensi Mobilisasi Dini Dan Senam Nifas Terhadap Ibu Post Partum Normal.

1.4 Manfaat penulisan

Penulisan karya ilmiah ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk mengatasi masalah pada ibu nifas dengan Normal Partum, antara lain:

1. Manfaat Pelayanan Kesehatan

   Hasil penulisan karya ilmiah ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada bidang pelayanan keperawatan dan kesehatan di rumah sakit maupun klinik kesehatan mengenai mediasi yang dilakukan untuk mengatasi permasalahan yang dialami ibu post partum. Selain itu, penulisan karya ilmiah ini diharapkan menjadi masukan bagi bidang keperawatan dan pelayanan kesehatan untuk menerapkan intervensi dengan permasalahan yang sama sehingga dapat teratasi.
2. Manfaat Keilmuan

   Hasil penulisan karya ilmiah ini diharapkan dapat bermanfaat khususnya bagi bidang pendidikan keperawatan maternitas maupun bagi penelitian selanjutnya. Selain itu, juga dapat dijadikan sumber informasi bagi pendidikan agar dapat menerapkan intervensi yang telah dilakukan sebagai salah satu pemecahan masalah.

3. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini berdasarkan kepada penelitian-penelitian terdahulu yang membahas tentang topik yang sama terkait tentang pengaruh mobilisasi dan senam nifas terhadap fisiologis ibu post partum.

1. Menurut penelitian Absari & Riyanti (2020) dengan judul "Pengaruh Mobilisasi Dini terhadap Involusi Uterus pada Ibu Post Partum di Wilayah Kerja Puskesmas O Mangunharjo Kabupaten Musi Rawas Nuril". Hasil penelitian rata-rata involusi uteri pada ibu bersalin yang dilakukan mobilisasi dini adalah 9,65 hari artinya dari 15 ibu hamil yang dilakukan tindakan mobilisasi dini rata-rata penurunan pundus uteri setelah proses persalinan adalah pada hari ke sembilan.
2. Menurut penelitian Siereńska et al (2023) dengan judul "The Use of Capacitive and Resistive Energy Transfer in Postpartum Pain Management in Women after Perineal Trauma". Penelitian ini melibatkan 121 wanita dengan usia rata-rata 30,7 ± 4,2 tahun dan BMI rata-rata 26,1 kg/m2 (24,1; 28,9). Pengurangan nyeri saat istirahat, saat berjalan, dan pengurangan ketidaknyamanan saat berjalan secara signifikan lebih tinggi pada kelompok TECAR dibandingkan dengan kelompok sham ($p < 0,05$).
3. Menurut penelitian Rosdiana et al (2022) dengan judul "PENGARUH SENAM NIFAS DAN MOBILISASI DINI TERHADAP INVOLUSI UTERUS PADA IBU POST PARTUM" Adanya perbedaan secara signifikan menunjukkan bahwa ada Pengaruh senam nifas dan mobilisasi dini terhadap involusi uterus pada ibu post partum di PMB Kelurahan kota Muara Enim ($\rho<0,000$). Disarankan bagi ibu nifas untuk melaksanakan mobilisasi dini dan senam nifas untuk mempercepat proses involusio uteri.