

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa nifas (puerperium) berasal dari kata “puer” yang artinya bayi dan “parous” berarti melahirkan. Masa nifas dimulai setelah bayi dan plasenta lahir yang berlangsung selama 6 minggu atau 40 hari. Pada masa nifas terjadi perubahan fisiologis dan psikologis pada ibu yang perlu diberi asuhan menyeluruh untuk mengetahui kondisi abnormal atau patologis yang dapat menyebabkan masalah kesehatan (Astuti, Judistiani, Rahmiati, dan Susanti., 2015).

Masalah kesehatan pada ibu post partum menjadi salah satu indikator kemajuan bangsa dalam menyelenggarakan pelayanan kesehatan kepada masyarakat terkait Angka Kematian Ibu (AKI). AKI maternal di Indonesia pada tahun 2021 yaitu 7.389 jiwa dari 100.000 Angka Kelahiran Hidup (AKH) (BAPPENAS, 2022). Profil kesehatan Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2021 menunjukkan sebesar 50,7% kematian maternal yang terjadi pada masa nifas. Penyebab kematian ibu selama masa nifas akibat Perdarahan 10,7%, Infeksi 1,7%, Gangguan sistem peredaran darah 4,4% (Dinkes Jateng, 2021). Jumlah AKI maternal di Pekalongan tahun 2019 sebanyak 6 kasus yang disebabkan oleh perdarahan 3 kasus, infeksi 1 kasus, dan penyakit lainnya 2 kasus (Dinkes Kota Pekalongan, 2020). Berdasarkan catatan medik Puskesmas Karangdadap AKI maternal pada masa nifas tahun 2023 terdapat 1 kasus akibat perdarahan dan 1 kasus akibat PEB.

Salah satu penyebab tingginya AKI pada masa nifas yaitu perdarahan selama masa nifas akibat terlambatnya proses involusi uteri. Setelah melahirkan tubuh ibu akan mengalami perubahan secara fisiologis yaitu proses kembalinya rahim ke ukuran semula atau disebut involusi uteri. Saat proses

involusi uteri, pembuluh darah akan terbuka di tempat menempelnya plasenta yang dapat menyebabkan resiko perdarahan jika kontraksi uteri kurang baik dan uteri lembek. Jika Kontraksi uteri baik dan tidak lembek akan menambah kekuatan uteri pada proses involusi uteri sehingga penurunan tinggi fundus uteri akan berlangsung lebih cepat (Widianingsih, 2023). Pengukuran TFU dengan metline yang diukur dari umbilicus sebagai indikasi dari proses involusi uteri, TFU akan berada 2 cm dibawah pusat segera setelah persalinan, 12 jam kemudian akan kembali menjadi 1 cm diatas pusat, dan berlanjut turun sekitar 1 cm/hari hingga sampai tidak terukur pada hari ke-10 (Rianti, Elina, Mugiati, dan Fratidhina, 2018). Salah satu cara yang dapat membantu proses involusi uteri yaitu dengan mobilisasi dan gerakan sederhana seperti senam nifas (Maritalia, 2017 dalam Zahra & Susilowati, 2023)

Senam nifas merupakan kebutuhan dasar ibu setelah persalinan berupa latihan mobilisasi dini dengan gerakan sederhana untuk mempercepat pemulihan fisiologis ibu yang bertujuan mengembalikan tonus otot-otot perut ke kondisi normal segera setelah kehamilan dan persalinan. Senam nifas bermanfaat mencegah resiko perdarahan pada proses involusi uteri, membantu kelancaran pengeluaran ASI, dan menambah kemampuan psikologis untuk mengatur stres yang meningkat setelah persalinan. Senam nifas dilakukan mulai dari 2 jam, 6 jam, 24 jam pertama setelah persalinan dan hari ke 2 sampai hari ke 7 masa nifas (Rianti E, Elina, Mugiati, dan Fratidhina Y., 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Indriati, Sri Yulianti dan Fitriani Mulyanto, (2015) tentang pengaruh senam nifas terhadap kecepatan involusi uteri ibu post partum di Desa Gedangan Grogol Sukoharjo pada 10 responden selama 5 hari dengan hasil penurunan 1,5-2 cm setiap harinya setelah melakukan senam nifas. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan Aisyah dan Purnamasari (2021) tentang penerapan senam nifas terhadap penurunan Tinggi Fundus Uteri pada Ny.P dan Ny.D post partum normal di Puskesmas

Kecamatan Pasar Minggu selama 3 hari dengan hasil penurunan sebelum dilakukan senam nifas 2 cm dibawah pusat dan setelah melakukan senam nifas 3 cm dibawah pusat.

Resiko perdarahan selama masa nifas akibat kegagalan proses involusi uteri dapat berdampak negatif bagi ibu dan bayi. Dampak perdarahan pada ibu post partum yaitu kematian pada ibu. Berdasarkan fenomena tersebut, penulis tertarik untuk membuat studi kasus yang berjudul “Penerapan Senam nifas untuk mempercepat penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum normal”.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dari studi kasus ini yaitu berapakah penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum normal setelah melakukan senam nifas?

1.3 Tujuan Studi Kasus

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan studi kasus ini untuk menggambarkan penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum normal sebelum dan sesudah melakukan senam nifas.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a) Tersusunnya pengkajian keperawatan ibu post partum normal dengan masalah involusi uteri
- b) Tersusunnya diagnosa keperawatan ibu post partum normal dengan masalah involusi uteri
- c) Tersusunnya intervensi keperawatan ibu post partum normal dengan masalah involusi uteri
- d) Tersusunnya implementasi keperawatan ibu post partum normal dengan masalah involusi uteri
- e) Tersusunnya evaluasi keperawatan ibu post partum normal dengan masalah involusi uteri

1.4 Manfaat Penulisan

Manfaat penulisan karya tulis ilmiah ini adalah :

1.4.1 Manfaat Bagi Pasien

Diharapkan studi kasus ini bermanfaat bagi pasien agar melakukan senam nifas untuk mempercepat penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum normal

1.4.2 Manfaat Bagi Ilmu Pengetahuan dan Teknologi Keperawatan

Diharapkan karya tulis ilmiah ini sebagai sumber informasi tambahan bagi tenaga kesehatan maupun masyarakat pada perkembangan ilmu keperawatan maternitas khususnya pada proses mempercepat penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum normal.

1.4.3 Manfaat Bagi Tenaga Kesehatan

Bagi tenaga kesehatan diharapkan studi kasus ini memberikan informasi dan pengetahuan kepada tenaga kesehatan sehingga dapat meningkatkan mutu dan dapat menerapkan senam nifas untuk mempercepat penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum normal

