

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Nifas adalah masa setelah lahirnya plasenta hingga alat reproduksi kembali seperti keadaan sebelum hamil, masa nifas berlangsung selama 42 hari atau 6 minggu, namun alat genital kembali seperti semula dalam waktu 3 bulan (Wahyuningsih and Wahyuni, 2018). Masa nifas merupakan masa dimana ibu membutuhkan perhatian dan perawatan yang intensif karena pada masa ini terjadi penurunan daya tahan tubuh dan fungsi sistem tubuh (Pujiastuti et al., 2021). Pada masa nifas terdapat banyak perubahan dalam fisik maupun psikologis ibu. Salah satu perubahan fisiologis masa nifas adalah proses terjadinya involusi pada uteri, yaitu proses berkontraksinya otot-otot uterus segera setelah berakhirnya kala 3 persalinan yang berguna untuk menghentikan perdarahan pada ibu (Azizah and Rosyidah, 2019). Resiko pada ibu nifas yang mungkin terjadi adalah perdarahan postpartum yang dapat terjadi akibat kegagalan miometrium untuk berkontraksi setelah persalinan sehingga uterus dalam keadaan relaksasi penuh, kurang baik dan lembek (Immanuela Victoria et al., 2021).

Dampak yang akan terjadi apabila risiko pada ibu nifas tidak segera ditangani dapat mengalami peningkatan Angka Kematian Ibu (AKI) (Amelia, 2018). Di Jawa Timur Angka Kematian Ibu (AKI) masih tergolong tinggi, pada tahun 2020 AKI Provinsi Jawa Timur mencapai 93,1 per 100.000 kelahiran hidup. Angka ini meningkat 3,53% dibandingkan tahun 2019 yaitu 89,81 per 100.000 kelahiran hidup. Sebagian besar kematian ibu di Jawa Timur pada tahun 2020

terjadi pada masa nifas (50,3%) yang disebabkan oleh perdarahan *postpartum* akibat dari atonia uteri, retensio plasenta, sisa plasenta, robekan jalan lahir dan rupture uteri. Surabaya menempati urutan 4 teratas di Jawa timur dalam menyumbang AKI yakni 52,07 per 100.000 kelahiran hidup (Dinas Kesehatan Jawa Timur, 2021).

Untuk mengurangi terjadinya resiko perdarahan *postpartum* maka ibu nifas disarankan untuk melakukan mobilisasi dini dan senam nifas, yang memiliki banyak manfaat untuk ibu termasuk peningkatan fisik yaitu pengembalian kekuatan otot pada ibu, perubahan fisiologis pada sistem reproduksi ibu, psikologis ibu untuk menghindari *postpartum blues* dan *postpartum depression* (Alharqi and Albattawi, 2018). Menurut Setya Ferdina dan Sri Wulaningtyas (2018) senam nifas adalah senam yang dilakukan setiap hari, sejak hari pertama *postpartum* sampai hari kesepuluh merupakan gerakan yang dilakukan untuk mempercepat pemulihan keadaan ibu. Fungsi dari senam nifas untuk memulihkan kondisi kesehatan, mencegah terjadinya komplikasi, serta memperbaiki regangan pada otot-otot setelah kehamilan, terutama pada otot-otot bagian punggung, dasar panggul, dan perut. Komplikasi yang dapat dicegah sedini mungkin dengan melaksanakan senam nifas adalah perdarahan *postpartum*. Saat melaksanakan senam nifas terjadi kontraksi otot-otot perut yang akan membantu percepatan proses involusi pada uteri (Immanuela Victoria et al., 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Mularsih (2017), minat ibu terhadap senam nifas sebelum dilakukan penyuluhan termasuk rendah, dan setelah diberikan penyuluhan minat ibu sangat tinggi karena penyuluhan merupakan pendidikan kesehatan yang bertujuan untuk menambah wawasan dan mengubah

pandangan yang dimiliki ibu. Perbandingan minat ibu bernilai 0.48 dan nilai $p=0.002$, hal ini bermakna bahwa ada perbedaan yang signifikan antara minat senam nifas sebelum dan sesudah diberi penyuluhan. Berdasarkan data dari studi pendahuluan di RS Achmad Yani Surabaya, kasus perdarahan meningkat dari tahun 2020 – 2021 sebesar 16,6%. Pada tahun 2020 terdapat 5 ibu yang mengalami perdarahan dan pada tahun 2021 terdapat 6 ibu yang mengalami perdarahan. Salah satu upaya dari RSI Achmad Yani dengan memberikan pelayanan senam nifas, namun pada tanggal 10 Februari 2022 terdapat 66,6% ibu di Ruang *Thaif* tidak berminat untuk melakukan senam nifas. Beberapa beralasan karena tidak tahu bagaimana melakukan senam nifas, merasakan rasa sakit dan kelelahan setelah melahirkan. Kurangnya minat ibu bisa disebabkan oleh ketidaktahuan ibu terhadap manfaat senam nifas (Mularsih, 2017). Berdasarkan hasil uraian pada latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Perbedaan Tingkat Minat Senam Nifas Sebelum Dan Sesudah Penyuluhan Pada Ibu Nifas di Rumah Sakit Islam Achmad Yani Surabaya”.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada perbedaan tingkat minat terhadap senam nifas sebelum dan sesudah penyuluhan pada ibu nifas di Rumah Sakit Achmad Yani Islam Surabaya.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk menganalisis perbedaan tingkat minat terhadap senam nifas sebelum dan sesudah penyuluhan pada ibu nifas di Rumah Sakit Islam Achmad Yani Surabaya.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengidentifikasi tingkat minat ibu nifas mengenai senam nifas sebelum dilakukan penyuluhan.
- 2) Mengidentifikasi tingkat minat ibu nifas mengenai senam nifas sesudah dilakukan penyuluhan.
- 3) Mengidentifikasi perbedaan minat ibu terhadap senam nifas sebelum dan sesudah penyuluhan

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

- 1) Memperluas wawasan peneliti secara teoritis mengenai masa nifas
- 2) Memperluas wawasan peneliti secara teoritis mengenai pentingnya senam masa nifas
- 3) Meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya penyuluhan dilakukan pada ibu nifas

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat dijadikan sebagai acuan atau dasar dalam pengembangan ilmu pengetahuan mengenai penyuluhan senam nifas dan tingkat minat ibu terhadap senam nifas.

2. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan informasi, pengetahuan, dan minat ibu terhadap senam nifas

3. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini di harapkan dapat menjadi referensi untuk melakukan penelitian selanjutnya mengenai tingkat minat terhadap senam nifas sebelum dan sesudah penyuluhan pada ibu nifas di Surabaya

1.5 Resiko Penelitian

Penelitian ini tidak memberikan resiko secara mental dan fisik kepada subjek penelitian, instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner dalam bentuk *hardcopy* yang dapat menyita waktu responden sehingga responden dapat merasa jenuh.