

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

AKI atau Angka Kematian Ibu merupakan semua kematian ibu yang terjadi selama masa kehamilan, persalinan, dan nifas yang disebabkan oleh gangguan kehamilan dan penanganannya dimana AKI menjadi parameter penting yang bisa dijadikan tolak ukur untuk melihat derajat kesehatan perempuan. Di setiap 100.000 kelahiran hidup, AKI adalah semua kematian dalam ruang lingkup tersebut. (Kemenkes RI, 2022). Menurut WHO (2019) komplikasi kehamilan dan persalinan menyebabkan kematian sekitar 500 perempuan setiap tahun. Perdarahan, eklamsi, dan infeksi postpartum adalah penyebab utama angka kematian ibu (AKI). Diperkirakan 99% kematian akibat pendarahan terjadi di negara-negara berkembang, termasuk Indonesia..

Angka kematian ibu yang tercatat dalam Program Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak di Kementerian Kesehatan cenderung meningkat. Pada tahun 2021 jumlah kematian ibu di Indonesia mencapai 7.389 kasus kematian namun mengalami penurunan pada tahun 2022 yaitu 3.572 kasus kematian. (Kemenkes RI, 2022)

Mayoritas kematian pada ibu di Jawa Barat pada tahun 2022 disebabkan oleh beberapa faktor, dengan hipertensi mendominasi sebesar 29,64%, diikuti oleh perdarahan sebesar 28,17%, kelainan jantung dan pembuluh darah sebesar 10,76%, infeksi sebesar 5,75%, covid-19 sebesar 1,62%, gangguan cerebrovaskular sebesar 0,44%, komplikasi pasca keguguran (abortus) sebesar

0,29%, gangguan autoimun sebesar 0,14%, sementara 23,15% disebabkan oleh faktor lainnya.(Dinas Kesehatan Jawa Barat, 2022). Di Kota Bogor, terjadi peningkatan angka kematian ibu (AKI) dari tahun 2021 ke tahun 2022. Pada tahun 2021, AKI sebanyak 73,26 per 100.000 KH, sedangkan pada tahun 2022, jumlahnya meningkat 96,68 per 100.000 KH. Penyebab utama kematian ibu di Kota Bogor adalah perdarahan dan infeksi, masing-masing menyumbang 30,77%. (Dinas Kesehatan Kota Bogor, 2022).

Salah satu penyebab kematian ibu nifas adalah perdarahan yang disebabkan oleh subinvolusi uterus, yaitu kondisi dimana kontraksi uterus menurun sehingga perdarahan berlanjut.(Immawanti, 2019) Pencegahan perdarahan pasca persalinan dapat dimulai sejak tahap kala tiga persalinan, yaitu kala pengeluaran plasenta. Pada tahap ini, kontraksi dan retraksi uterus yang kuat serta terus-menerus membantu mencegah terjadinya perdarahan postpartum. Proses involusi uterus akan berjalan dengan baik jika kontraksi uterus adekuat. (Anggita, 2018).

Involusi uterus dapat dipengaruhi oleh banyak hal, seperti olahraga nifas, mobilisasi ibu setelah melahirkan, nutrisi, kondisi mental, usia, dan paritas. (Setyatama et al., 2019). Olahraga nifas yang dianjurkan salah satunya yaitu senam kegel yang dikemukakan oleh Dr. Arnold Kegel. Senam Kegel adalah jenis latihan yang bertujuan untuk menguatkan otot-otot panggul. Latihan ini disarankan dilakukan segera setelah persalinan untuk membantu mempercepat proses pemulihan, terutama dalam pengecilan ukuran uterus setelah melahirkan.

Senam Kegel adalah latihan untuk menguatkan otot panggul *pubococcygeus* yang awalnya digunakan untuk membantu perempuan yang mengalami inkontinensia urin, terutama setelah pasca persalinan. Senam Kegel dimaksudkan untuk menguatkan otot-otot dasar panggul, termasuk otot vagina, perut, dan rahim. selama persalinan dengan melakukan peregangan. (Pertiwi, 2019). Di Indonesia, senam kegel juga dapat berkontribusi pada penurunan angka kematian ibu dan bayi. Karena melalui senam ini, masalah kematian ibu akibat perdarahan pasca persalinan dapat diminimalisir. Namun, angka kematian ini masih sangat tinggi dan pemerintah harus memberikan perhatian khusus kepada masalah ini. (Sarwinarti, 2018).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sarwinarti, (2018) ibu yang mengikuti senam kegel didapatkan 89% mengalami proses involusio uterus dalam kategori baik dan 11% mengalami proses involusio uterus yang buruk. Sedangkan ibu yang tidak mengikuti senam kegel mengalami proses involusio uterus dalam kategori buruk, yaitu sebanyak 71%. Lalu responden yang mengalami proses involusio kategori baik sebanyak 29%. Keefektifan senam kegel juga dibuktikan pada penelitian Kholisotin et al (2021) sebanyak 86,7% mengalami penurunan TFU ( 5cm– 6cm) dibawah pusar. Hal ni menunjukkan adanya proses involusi uterus yang baik ketika diberikan senam kegel. Namun, pada studi pendahuluan yang dilakukan dipraktik bidan Euis Yani didapatkan bahwa belum ada program senam pasca persalinan yang dijalankan, dimana senam pasca persalinan sangat dibutuhkan ibu dalam memulihkan kondisinya setelah persalinan.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas dapat menjadi salah satu alasan penelitian studi kasus ini. Maka dari itu peneliti tertarik mengambil penelitian mengenai “Bagaimana Efektivitas Penerapan Senam Kegel Dalam Upaya Percepatan Penurunan Involusi Uterus Pada Ibu Post Partum Normal.”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas menurut Profil Kesehatan di Jawa Barat pada tahun 2022, kematian ibu disebabkan perdarahan, sebanyak 10,76% sedangkan penyebab terbesar dari kematian ibu di Kota Bogor disebabkan oleh perdarahan dan infeksi dimana sebanyak 30,77%. Bahwa yang kita tahu pendarahan pada ibu post partum biasanya disebabkan karna involusi uterus yang abnormal/subinvolusi uterus. Maka dapat dirumuskan masalah dalam studi kasus ini sebagai berikut “Bagaimana Efektifitas Penerapan Senam Kegel Dalam Upaya Percepatan Penurunan Involusi Uterus Pada Ibu Post Partum Normal?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui bagaimana efektivitas penerapan senam kegel terhadap penurunan involusi uterus pada ibu post partum normal.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui gambaran karakteristik ibu post partum normal, involusi uteri, dan bagaimana penerapan senam kegel.

- b. Diketahui hasil pengkajian pada ibu post partum normal dalam penerapan senam kegel terhadap involusi uterus.
- c. Diketahui prosedur pelaksanaan senam kegel pada ibu post partum normal terhadap involusi uterus.
- d. Diketahui hasil evaluasi penerapan senam kegel terhadap involusi uterus pada ibu post partum normal.

#### **D. Manfaat**

##### 1. Bagi Peneliti

Diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai karya tulis ilmiah dengan pendekatan ilmiah studi kasus dan mengetahui hasil bagaimana penerapan senam kegel terhadap involusi uterus.

##### 2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat menjadi bahan informasi bagi mahasiswa lainnya mengenai penerapan senam kegel terhadap involusi uterus dan referensi penelitian lain terkhusus dalam bidang ilmu keperawatan maternitas.

##### 3. Bagi Profesi Keperawatan

Penelitian ini dimaksudkan untuk memberikan kontribusi kepada profesi keperawatan, khususnya keperawatan maternitas, dalam mengembangkan perencanaan keperawatan dengan penerapan senam kegel untuk mencegah involusi uterus pada ibu pasca melahirkan secara normal.