

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa Nifas (puerperiem) merupakan masa dimana tubuh ibu melakukan adaptasi pascapersalinan, meliputi perubahan kondisi tubuh ibu hamil kembali ke kondisi sebelum hamil. Masa nifas merupakan masa penting bagi ibu maupun bayi baru lahir. Dalam masa nifas, perubahan besar terjadi dari sisi perubahan fisik, emosi dan kondisi psikologis ibu (Astuti, Judistiani, Lina Rahmiati, & Ari Indra Susanti, 2015).

Periode postpartum merupakan masa dimana ibu merasa sangat lelah dan cemas. Diakui bahwa para ibu mengalami kelelahan karena berbagai alasan selama kehamilan dan pascapersalinan. Untuk ibu postpartum pertama merupakan periode terbesar kerentanan pada ibu yang menghadapi berbagai perubahan psikologis. Di sisi lain sesuai dengan kehidupan baru dan menerima tanggung jawab ibu dapat menjadi stres dan cemas (Moradi et al., 2016).

Kelelahan merupakan salah satu fenomena paling umum yang dilaporkan oleh ibu postpartum. Secara umum, literatur menggambarkan kelelahan sebagai keadaan di mana seseorang kekurangan energi dan merasa lelah (Moradi et al., 2016). Fenomena ini sering dimulai segera setelah melahirkan dan mencapai tingkat keparahan maksimum dalam 36 jam. Kelelahan postpartum bisa bertahan untuk periode yang berkepanjangan setelah melahirkan (Asazawa, Kato, Yamaguchi, & Inoue, 2017).

Menurut Tulman dan Fawcett (2016) bahwa 72% wanita yang dilahirkan melalui vagina melaporkan kehilangan energi pada periode postpartum. Kelelahan konsep multidimensional, memahami berbagai aspek kelelahan akan membantu perawat dan bidan untuk perencanaan dan implementasi strategi yang lebih baik untuk menghilangkan kelelahan pada pasien. Corwin et al (2015) melaporkan kelelahan postpartum kejadian sekitar 70% di antara ibu yang pernah melahirkan 1-2 bulan sebelumnya. Wanita primipara ditemukan lebih banyak cenderung mengeluh kelelahan postpartum.

Menurut Kellum (2016) menggambarkan empat kategori kelelahan: normal, patofisiologi, situasional, dan psikologis. Bergantung pada situasinya, setiap kategori kelelahan bisa menjadi faktor kelelahan pascamelahirkan. Misalnya, aktivitas fisik yang berkepanjangan atau tidak biasa menciptakan kelelahan normal; anemia menyebabkan kelelahan patofisiologis; stres hubungan atau krisis keluarga menciptakan kelelahan situasional; dan kecemasan menciptakan kelelahan psikologis.

Penanganan kelelahan pada ibu postpartum dilakukan dengan banyak metode, yang dapat membantu ibu post partum meningkatkan kesehatannya. Terapi pijat merupakan alternatif dan komplementer yang paling populer yang digunakan dalam bidang keperawatan dan kebidanan, mudah dilaksanakan, aman, non-invasif dan relatif murah (Moradi et al., 2016).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pijat memiliki efek menguntungkan pada aktivitas visceral yang disebabkan oleh perubahan dalam indikator fisiologis dan juga pijat dapat menyeimbangkan indikator ini

Menggunakan pengobatan komplementer dalam merawat ibu dapat mengurangi intervensi medis dan efek sampingnya pada bayi. Selain itu setelah pijat, otot-otot halus dan skeletal rileks dan setelah itu volume kapiler meningkat dan tekanan darah diturunkan. Mengurangi aktivitas sistem saraf simpatik setelah melahirkan anak relaksasi yang mencegah depresi dan kesedihan postpartum dan meningkatkan ikatan emosional antara ibu dan bayi (Moradi et al., 2016).

Berdasarkan penelitian Zahra Moradi, dkk (2016) yang berjudul “*Slow Stroke Back Massage Intervention For Relieving Postpartum Fatigue In Primiparous Mother After A Natural Delivery*” desain penelitian *Randomized Clinical Trial* yang menyatakan bahwa pijat mengurangi kelelahan postpartum pada ibu primipara setelah melahirkan secara alami dan fenomena ini meningkatkan kualitas hidup mereka.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk melakukan aplikasi jurnal dalam asuhan kebidanan yang dituangkan dalam penelitian ini yang berjudul “Penatalaksanaan *Slow Stroke Back Massage* untuk mengurangi kelelahan ibu post partum Primipara”. Dengan demikian, penulis berharap asuhan tersebut dapat mengurangi kelelahan Pada Ibu Post Partum Primipara.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis dapat merumuskan masalah, sebagai berikut :

“Apakah *Slow Stroke Back Massage* dapat mengurangi kelelahan pada Ibu Post Partum Primipara?”

C. Tujuan Asuhan

Mengetahui pengurangan kelelahan ibu post partum pada mahasiswa kebidanan setelah dilakukan penatalaksanaan *Slow Stroke Back Massage* pada Ibu Post Partum Primipara.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Penulis berharap ini bisa dipakai : Memberikan pengetahuan tentang hubungan pengaruh *Slow Stroke Back Massage* untuk mengurangi kelelahan pada ibu post partum primipara.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Responden

Dapat memberikan informasi kepada ibu post partum primipara lainnya tentang kelelahan yang dihubungkan dengan penerapan *Slow Stroke Back Massage* untuk mengurangi kelelahan pada ibu post partum primipara.

b. Bagi Penulis

Adanya penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan penulis tentang kasus yang dihubungkan dengan penerapan *Slow Stroke Back Massage* untuk mengurangi kelelahan pada ibu post partum primipara.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Memberikan pertimbangan bagi institusi pendidikan dalam menentukan tambahan materi tentang kasus yang dihubungkan dengan penerapan *Slow Stroke Back Massage* untuk mengurangi kelelahan ibu post partum primipara.

d. Bagi Program Pemerintah

Dapat memberikan masukan penting bagi pengambil kebijakan untuk merencanakan apapun menentukan langkah selanjutnya dalam penanggulangan masalah kelelahan pada ibu post partum primipara.

