

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Masa nifas adalah masa setelah keluarnya plasenta sampai alat-alat reproduksi pulih seperti sebelum hamil dan secara normal masa nifas berlangsung 6 minggu atau 40 hari (Ambarwati,2010). Dalam masa nifas, perubahan besar terjadi dari sisi perubahan fisik, emosi, dan kondisi psikologis ibu. Penting sekali memahami perubahan apa yang secara umum dapat dikatakan normal, sehingga tiap penyimpangan dari kondisi normal ini dapat segera dikenali sebagai kondisi abnormal atau patologis (Astuti, Judistiani, Rahmiati, Susanti).

Perubahan besar terjadi selama periode ini yang menentukan kesejahteraan mereka dan potensi masa depan yang sehat. Perubahan fisiologis dan psikologis yang normal yang terjadi di dalam tubuh dan pikiran ibu untuk memberikan asuhan yang komprehensif selama periode nifas. Salah satu tanggung jawab yang paling bermakna dari asuhan postpartum adalah mengenali masalah-masalah yang terjadi setelah melahirkan.

Masalah yang sering dialami oleh ibu dengan luka jahitan perineum adalah nyeri, penyebab utama nyeri tersebut adalah jahitan perineum. Dari fenomena yang terjadi saat ini untuk mengurangi nyeri ibu hanya melakukan relaksasi nafas, hal itu pun dilakukan sendiri tanpa adanya arahan khusus dari tenaga kesehatan.

Salah satu pengobatan nonfarmakologi dalam menurunkan intensitas nyeri adalah dengan melakukan senam kegel. Senam kegel memberikan banyak manfaat bagi ibu selama hamil, bersalin dan nifas. Senam dapat mencegah robeknya perineum, mengurangi kemungkinan masalah urinasi seperti inkontinensia pasca persalinan, mengurangi resiko terkena hemoroids (ambein), mempermudah proses persalinan (otot kuat dan terkendali), dan membantu penyembuhan post partum.

Senam kegel yang cukup sering dapat meningkatkan sirkulasi pada perineum sehingga mengurangi persepsi nyeri serta mengurangi pembengkakan. Juga membantu mengembalikan tonus otot setelah melahirkan. Senam ini dapat dilakukan segera setelah melahirkan (Simkin, 2008).

Hasil penelitian menurut (Makzizatunnisa, Kusyati, Hidayah) Nyeri perineum pada ibu post partum sebelum senam kegel memiliki rata-rata nilai nyeri minimal adalah 2 dan nyeri maksimal adalah 8. Akan tetapi nilai nyeri pada ibu postpartum sesudah senam kegel memiliki rata-rata nilai nyeri minimal adalah 2 dan maksimal adalah 6.

Berdasarkan permasalahan diatas, perlu untuk dilakukan asuhan kebidanan pada ibu bersalin tentang “ Penatalaksanaan Senam Kegel untuk Mengurangi Nyeri Luka Perineum pada Ibu Postpartum ”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan permasalahan uraian tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “ Apakah penatalaksanaan senam kegel dapat mengurangi nyeri luka perineum pada ibu postpartum?”

## **C. Tujuan Asuhan Kebidanan**

Tujuan Asuhan Kebidanan ini untuk Mengurangi Nyeri Luka Perineum pada Ibu Postpartum setelah dilakukan Senam Kegel.

## **D. Manfaat Asuhan Kebidanan**

### **1. Manfaat Teoritis**

Sebagai tambahan informasi dan pengembangan keilmuan kebidanan khususnya Asuhan Kebidanan terhadap pada ibu bersalin tentang pentingnya pelaksanaan senam kegel untuk mengurangi nyeri luka perineum.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi Pemberi Asuhan Kebidanan**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dapat dijadikan sebagai ilmu pengetahuan dalam mempraktekan senam kegel kepada ibu bersalin untuk mengurangi nyeri luka perineum.

#### **b. Bagi Profesi Kebidanan**

Sebagai sumber informasi yang dapat digunakan dalam memberikan pelayanan dan penatalaksanaan asuhan kebidanan pada ibu bersalin

khususnya mengenai penatalaksanaan senam kegel dalam mengurangi nyeri luka perineum.

c. Bagi Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan kepustakaan dan referensi untuk penelitian yang lebih lanjut.

