

BAB I

PENDAHULUAN

Dewasa ini upaya kesehatan mengalami perubahan yang semula hanya upaya *kurative* (penyembuhan) penderita, secara berangsur-angsur berubah ke arah kesatuan upaya kesehatan untuk seluruh masyarakat, yang menyangkut empat aspek, yaitu: *promotive* (peningkatan), *preventive* (pencegahan), *kurative* (penyembuhan), dan *rehabilitative* (pemulihan) yang bersifat menyeluruh, terpadu dan berkesinambungan.

Upaya yang dilakukan dalam peningkatan (*promotive*) pelayanan kesehatan bayi ibu anak, antara lain dengan mengurangi angka kematian bayi dan ibu yang sedang melahirkan. Menurut survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (1994) angka kematian ibu adalah 390 per 100.000 kelahiran hidup dan angka kematian perinatal adalah 40 per 1.000 kelahiran hidup. Jika dibandingkan dengan negara-negara lain, maka di Indoensia adalah 15 kali lebih tinggi dari Malaysia, 10 lebih tinggi daripada Thailand, atau 5 kali lebih tinggi daripada Philipina. (Saifudin, 2001)

Perhatian akan kesehatan ibu merupakan hal yang sangat penting. Ibu yang sehat, diharapkan mampu memberikan keturunan yang sehat pula. Para calon ibu, katakanlah para wanita yang sedang hamil, memerlukan persiapan baik mental maupun fisik untuk menghadapi proses kelahiran.

A. Latar Belakang Masalah

Proses persalinan adalah proses fisiologis dari uterus untuk mengeluarkan hasil konsepsi melalui vagina. Dalam proses persalinan terkadang janin tidak bisa lahir secara spontan dikarenakan oleh beberapa faktor, misalnya adanya disproporsi sefalo-pelvik, partus lama (*prolonged labour*), ruptura uteri mengancam dan lain-lain (Mochtar, 1998). Dalam keadaan demikian tindakan medis berupa *sectio caesaria* merupakan indikasi dari permasalahan-permasalahan tersebut diatas. Dewasa ini, cara *sectio caesaria* jauh lebih aman daripada dahulu, berhubung dengan adanya transfusi darah, antibiotika, teknik operasi yang lebih sempurna, dan teknik anestesi yang lebih baik (Mochtar, 1998).

Pada kondisi pasca *sectio caesaria*, terdapat permasalahan-permasalahan yang erat kaitannya dengan fisioterapi. Masalah-masalah yang dapat terjadi antara lain nyeri pada daerah sayatan atau *incisi*, potensial terjadinya *Deep Vein Thrombosis* atau DVT, penurunan kekuatan otot perut dan otot dasar panggul. Yang pada akhirnya terjadi penurunan kemampuan aktivitas sehari-hari (ADL). Nyeri dianggap proses yang normal, menurut Toxonomy Commitee of the International Association for the Study of Pain (IASP) nyeri didefinisikan sebagai suatu pengalaman sensoris dan emosi yang tidak menyenangkan yang berkaitan dengan kerusakan jaringan baik yang aktual maupun yang potensial (Basuki, 2007).

Melihat dari permasalahan-permasalahan diatas, salah satu modalitas fisioterapi yang dapat diberikan adalah terapi latihan. Program terapi latihan dapat meningkatkan metabolisme dalam tubuh, sehingga kondisi umum pasien akan

lebih baik. Disamping itu, adanya peningkatan sistem metabolisme tersebut akan mempengaruhi proses penyembuhan luka operasi, sehingga nyeri akan berkurang.

Latihan post natal sangat diperlukan bagi pasien setelah melahirkan. Karena pasien yang baru melahirkan mempunyai permasalahan yang berupa :

1. BB tinggi
2. Elastisitas dan kekuatan otot perut dan dasar panggul menurun.

Latihan ini bertujuan untuk penurunan BB, menguatkan otot perut dan dasar panggul, mengembalikan elastisitas otot perut dan dasar panggul, koreksi sikap, dan intensif ASI (Wahyuni,2012)

Terapi latihan dalam bentuk relaksasi dapat memberikan efek pengurangan nyeri, baik secara langsung maupun dengan memutus siklus nyeri – spasme – nyeri (Mardiman, 2001). Terapi latihan dalam bentuk latihan penguatan atau *strengthening* otot perut dan otot dasar panggul, serta *abdominal breathing exercise* dapat meningkatkan kekuatan dan tonus otot.

B. Rumusan Masalah

Permasalahan yang timbul pada pasien pasca *sectio caesario* antara lain adalah: adanya rasa nyeri pada daerah *incisi*, potensial terjadi DVT, penurunan kekuatan otot perut, penurunan kekuatan otot dasar panggul dan penurunan kemampuan aktivitas fungsional harian (ADL). Dari semua permasalahan diatas dapat dirumuskan masalah (1) apakah terapi latihan dapat mengurangi nyeri sekitar *incisi*, (2) apakah terapi latihan dapat mencegah terjadinya DVT, (3) apakah terapi latihan dapat meningkatkan kekuatan otot perut, (4) apakah terapi

latihan dapat meningkatkan kekuatan otot dasar panggul, (5) apakah terapi latihan dapat meningkatkan kemampuan aktivitas fungsional harian (ADL).

C. Tujuan Penulisan

Tujuan dari penulisan ini adalah untuk mengetahui manfaat terapi latihan terhadap masalah-masalah yang muncul seperti (1) nyeri akibat *incisi* otot perut, (2) potensial terjadinya DVT, (3) penurunan kekuatan otot perut, (4) penurunan kekuatan otot dasar panggul, (5) penurunan kemampuan aktivitas fungsional harian (ADL). Karya Tulis Ilmiah ini ditunjukkan untuk lebih memperluas informasi tentang peran fisioterapi dalam pelaksanaan terapi latihan pasca *sectio caesaria*.