

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Persalinan merupakan kejadian fisiologis yang normal dialami oleh seorang ibu berupa pengeluaran hasil konsepsi yang hidup di dalam uterus melalui vagina ke dunia luar (Liu, 2007). Persalinan adalah suatu proses yang lazimnya di alami oleh seorang wanita setelah melewati masa kehamilannya kurang lebih sembilan bulan lamanya.

Cara persalinan ada dua yaitu persalinan normal dan persalinan operasi *sectio caesarea* (SC). Beberapa orang sengaja melakukan tindakan operasi *caecarea* sebagai pilihan, akan tetapi ada yang merencanakan untuk melahirkan secara normal. Namun dalam keadaan tertentu seseorang harus memaksa sebuah proses persalinan dengan operasi *caecarea*. Melahirkan secara *caecarea* menguras lebih banyak kemampuan tubuh dan pemulihannya lebih sulit dibandingkan dengan melahirkan secara normal. Keadaan pasien pasca operasi *sectio caesarea* mengalami nyeri disekitar insisi. Adanya nyeri tersebut, maka seseorang akan cenderung malas dan takut untuk beraktivitas sehingga kemungkinan dapat terjadi *deep vein trombosis* yang disebabkan meningkatnya kekentalan darah karena mekanisme *homeokonsentrasi* yang terjadi pada ibu pasca melahirkan. Masalah lain yang timbul adalah potensi penurunan kekuatan otot-otot perut karena adanya sayatan pada dinding perut, adanya penurunan kekuatan otot dasar panggul karena selama kehamilan otot-otot dasar panggul teregang seiring dengan membesarnya janin dalam uterus.

Selain masalah diatas juga terdapat masalah lain yaitu penurunan kemampuan fungsional dikarenakan adanya nyeri dan kondisi ibu yang masih lemah (Basuki, 2007).

Persalinan dengan *sectio caesarea* memiliki resiko tinggi karena dilakukan pembedahan dengan membuka dinding perut dan dinding uterus atau insisi *transabdominal* uterus. Pasien dengan pasca operasi *section caesarea* akan merasakan rasa nyeri. Rasa nyeri merupakan *stresor* yang dapat menimbulkan stress dan ketegangan dimana individu dapat merespon secara biologis dan perilaku yang menimbulkan respon fisik dan psikis. Respon fisik meliputi perubahan keadaan umum, wajah, denyut nadi, pernafasan, suhu badan, sikap badan, dan apabila nafas makin berat dapat menyebabkan *kolaps kardiovaskuler* dan *syok*, sedangkan respon psikis akibat nyeri dapat merangsang respon stres yang dapat mengurangi sistem imun dalam peradangan, serta menghambat penyembuhan, yang lebih parah akan mengarah pada ancaman merusak diri sendiri (Corwin, 2008).

Upaya untuk mengatasi permasalahan-permasalahan tersebut harus senantiasa dilakukan, karena Allah telah memberikan obat dari setiap penyakit, sebagaimana Imam Muslim meriwayatkan sebuah hadits dari Jabir bin ‘Abdullah *radhiyallahu ‘anhu*, dari Rasulullah SAW, bahwasannya beliau bersabda sebagai berikut:

لِكُلِّ دَاءٍ دَوَاءٌ، فَإِذَا أُصِيبَ دَوَاءُ الدَّاءِ بَرَأَ بِإِذْنِ اللَّهِ عَزَّ وَ جَلَّ (رواه مسلم)

“Setiap penyakit ada obatnya. Apabila obat itu tepat untuk suatu penyakit, penyakit itu akan sembuh dengan seizin Allah ‘Azza wa Jalla.” (HR. Muslim).

Fisioterapi dapat berperan untuk mengatasi masalah yang ada pada pasien *sectio caesarea* dengan memberikan terapi senam nifas. Program terapi latihan ditujukan untuk mencegah *deep vein thrombosis*, meningkatkan kekuatan otot, mengurangi nyeri dan dapat meningkatkan kemampuan aktivitas fungsional (Mardiman, 2010).

Senam nifas adalah latihan gerak yang dilakukan secepat mungkin setelah ibu melahirkan agar otot-otot yang mengalami peregangan selama proses kehamilan dan persalinan dapat kembali pada kondisi normal seperti semula. Senam nifas adalah senam yang dilakukan ibu setelah melahirkan yang bertujuan untuk mempertahankan dan meningkatkan sirkulasi ibu pada masa nifas, serta membantu proses involusio uteri (Brayshaw, 2008).

Beberapa manfaat senam nifas secara umum adalah membantu penyembuhan rahim, perut, dan otot pinggul yang mengalami trauma serta mempercepat kembalinya bagian-bagian tersebut ke bentuk normal, membantu menormalkan sendi-sendi yang menjadi longgar akibat kehamilan dan persalinan serta mencegah pelemahan dan peregangan lebih lanjut, menghasilkan manfaat psikologis, menambah kemampuan menghadapi stress dan bersantai sehingga mengurangi depresi masa nifas. Selain itu manfaat khusus latihan perineal pada senam nifas adalah mampu menghindari terjadinya mengompol akibat stress, mencegah turunnya organ-organ pinggul, mengatasi masalah seksual. Dan manfaat khusus latihan perut pada senam nifas adalah mengurangi resiko sakit punggung dan pinggang, mengurangi varises vena, mengurangi oedema (pembengkakan akibat tertahannya air) di

kaki, mengatasi kram kaki, mencegah pembentukan gumpalan darah dalam vena (*thrombi*), memperlancar peredaran darah (Danuatmaja, et al. 2008).

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, pada karya tulis ilmiah ini penulis akan menjelaskan tentang “Penatalaksanaan Fisioterapi pada Pasca *Sectio Caesarea*”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah diuraikan, dapat diperoleh rumusan masalah sebagai berikut:

1. Apakah terapi latihan berupa senam nifas dapat menurunkan nyeri?
2. Apakah terapi latihan berupa senam nifas dapat meningkatkan lingkup gerak sendi?
3. Apakah terapi latihan berupa senam nifas dapat meningkatkan kekuatan otot?

C. Tujuan

Tujuan penulisan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui manfaat terapi latihan berupa senam nifas dalam menurunkan nyeri.
2. Untuk mengetahui manfaat terapi latihan berupa senam nifas dalam mengurangi *spasme* otot perut.

3. Untuk mengetahui manfaat terapi latihan berupa senam nifas dalam meningkatkan kemampuan fungsional.

D. Manfaat

Manfaat dari penulisan karya tulis ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi penulis

Manfaat penulisan karya tulis ilmiah ini bagi penulis sendiri yaitu dapat menambah wawasan, pengetahuan dan pemahaman bagi penulis tentang penatalaksanaan terapi latihan pada pasien pasca operasi *caesarean section*.

2. Bagi rumah sakit

Hasil yang didapat dalam penulisan karya tulis ilmiah ini, diharapkan dapat digunakan dalam menentukan tindakan yang tepat pada *kasus* pasca *caecarean section*.

3. Bagi pendidikan

Manfaat penulisan karya tulis ilmiah ini bagi pendidikan yaitu dapat mengembangkan dan meningkatkan ilmu pengetahuan tentang penatalaksanaan terapi latihan pada pasien pasca *operasi caecarean section*.