

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan suatu proses fisiologik yang hampir terjadi pada setiap wanita. Kehamilan terjadi setelah bertemunya sperma dan ovum yang tumbuh dan berkembang di dalam uterus selama 259 hari atau 37 minggu atau sampai 42 minggu (Nugroho dan Utama, 2014).

Menurut WHO Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan salah satu indikator keberhasilan dari suatu pelayanan kesehatan. SKRT memperkirakan 60% kematian ibu disebabkan akibat kehamilan terjadi setelah persalinan, dan 50% kematian masa nifas yang terjadi 24 jam pertama. Untuk meminimalkan masalah pasca persalinan seperti resiko pendarahan pasca post partum salah satu aktivitas yang dianjurkan adalah senam nifas (Sulistyowati 2011).

Setiap kehamilan pasti akan mengalami sebuah proses yang dinamakan masa persalinan. Pada hal tersebut terdapat beberapa cara yaitu persalinan normal yang keluar melalui vagina dan persalinan yang melalui proses operasi sayatan pada dinding perut atau yang disebut dengan *Sectio caesarea*.

Sectio caesarea yaitu proses persalinan yang dilakukakn dengan cara pembedahan dimana dilakukan irisan diperut ibu (laparotomi) dan rahim (histerotomi) untuk mengeluarkan bayi. Bedah *sectio caesarea* secara

umum dilakukan ketika proses persalinan normal melalui vagina tidak memungkinkan karena beresiko menyebabkan komplikasi medis lainnya (Hartati, 2015; Amalia & Mafticha, 2015). World Health Organization (WHO) (2013) menyebutkan bahwa ibu hamil yang melakukan tindakan operasi *Sectio caesarea* meningkat 5 kali lipat dibandingkan tahun-tahun sebelumnya. Pada ibu pasca *sectio caesarea* disarankan untuk melakukan senam nifas untuk mempercepat pemulihan tubuh.

Senam nifas adalah latihan jasmani yang dilakukan oleh para ibu-ibu setelah melahirkan dan keadaan tubuhnya pulih kembali. Fungsinya adalah untuk mengembalikan kondisi kesehatan, untuk mempercepat penyembuhan, mencegah timbulnya komplikasi, memulihkan dan memperbaiki regangan pada otot-otot setelah kehamilan, terutama pada otot-otot bagian punggung, dasar panggul, dan perut.

Manfaat melakukan senam nifas adalah untuk mengembalikan kekuatan otot dasar panggul, mengencangkan otot-otot dinding perut dan perinium, membentuk sikap tubuh yang baik dan mencegah terjadinya komplikasi. Komplikasi yang dapat dicegah sedini mungkin dengan melakukan senam nifas adalah perdarahan post partum. Saat melaksanakan senam nifas terjadi kontraksi otot-otot perut yang akan membantu proses involusi yang mulai setelah plasenta keluar segera setelah proses involusi.

Sesuai dengan isi PMK no.80 tahun tahun 2013, fisioterapi adalah bentuk pelayanan kesehatan yang ditujukan kepada individu dan/atau

kelompok untuk mengembangkan, memelihara dan memulihkan gerak dan fungsi tubuh sepanjang rentang kehidupan dengan menggunakan penanganan secara manual, peningkatan gerak, peralatan (fisik, elektroterapeutis dan mekanis) pelatihan fungsi, dan komunikasi. Dalam hal ini fisioterapi mampu meningkatkan dan memelihara kekuatan otot. Terdapat banyak teknik terapi yang dapat diberikan pada pasien, namun dalam penulisan karya tulis ini penulis menggunakan 1 teknik utama untuk mengatasi problematika yang muncul yaitu dengan melakukan senam nifas.

Berdasarkan latar belakang tersebut diatas, maka penulis bermaksud untuk membuat karya tulis ilmiah dengan judul "PENATALAKSANAAN SENAM NIFAS UNTUK MENINGKATKAN KEKUATAN OTOT PERUT PADA KONDISI PASCA OPRASI SECTION CAESAREAN DI RUMAH SAKIT PKU MUHAMMADIYAH SURAKARTA".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan kondisi pasien yang mengalami post oprasi *sectio caesare* di Bangsal Annisa A Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Surakarta, dapat dirumuskan beberapa masalah yaitu :

1. Apakah senam nifas dapat mengurangi nyeri ?
2. Apakah senam nifas dapat meningkatkan kekuatan otot perut ?

C. Tujuan penulisan

1. Tujuan Umum

Untuk mengurangi nyeri dan meningkatkan kekuatan otot perut dalam hal mengidentifikasi masalah dan mengambil kesimpulan pada kondisi pasca operasi *sectio caesarea*.

2. Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus dari penulisan karya tulis ilmiah ini adalah :

- a. untuk mengetahui apakah modalitas fisioterapi berupa senam nifas dapat mengurangi nyeri.
- b. untuk mengetahui apakah modalitas fisioterapi berupa senam nifas dapat meningkatkan fungsional otot perut.

D. Manfaat

1. Bagi Penulis

Untuk memenuhi tugas akhir dan juga menambah wawasan penulis mengenai permasalahan yang timbul pada kasus post operasi *sectio caesarea* dengan penatalaksanaan senam nifas yang dapat diberikan untuk mengatasi masalah-masalah yang timbul.

2. Bagi Pembaca

Sebagai informasi bagi masyarakat atau pembaca tentang post operasi *sectio caesarea* serta sebagai sarana pengenalan fisioterapi dalam dunia kesehatan.

3. Bagi Institusi

Sebagai tambahan wawasan dan mengetahui peran fisioterapi dalam menangani masalah post operasi *sectio caesarea*.