

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Angka kematian maternal dan perinatal merupakan salah satu indikator keberhasilan pelayanan kesehatan, khususnya pelayanan kebidanan. Sampai saat ini angka kematian Ibu (AKI) dan angka kematian bayi (AKB) di Indonesia masih cukup tinggi, untuk tahun 2015 yaitu AKI 305/100.000 kelahiran hidup, sedangkan AKB 22/1.000 kelahiran hidup (Profil Kesehatan Indonesia, 2016). Hal ini masih jauh dari target yang dicanangkan oleh pemerintah melalui salah satu tujuan dalam program Sustainable Development Goals (SDGs), yaitu menurunkan AKI menjadi kurang dari 70/100.000 kelahiran hingga tahun 2030. Salah satu penyebab tingginya AKI dan AKB di Indonesia adalah adanya komplikasi dan penyulit pada masa kehamilan dan persalinan, hal ini terlihat dari tingginya angka kematian dan kesakitan pada masa tersebut (Prawirohardjo, 2013).

Salah satu intervensi kesehatan yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya kematian ibu adalah dengan meningkatkan pelayanan Antenatal Care (ANC). Antenatal Care adalah pelayanan kesehatan selama hamil yang berfungsi untuk mendeteksi dini faktor resiko, pencegahan dan penanganan dini komplikasi dan penyulit, serta memberikan konseling selama kehamilan (Profil Kesehatan Indonesia, 2016). Pelayanan ANC dilakukan minimal 4 kali selama masa kehamilan agar dapat menjamin perlindungan terhadap ibu dan janin, deteksi dini faktor resiko, pencegahan dan penanganan dini komplikasi kehamilan. Untuk capaian indikator ibu hamil

yang melakukan pemeriksaan ANC ke tenaga kesehatan di Indonesia tahun 2012 mencapai 90,12%, hal ini masih belum mencapai target pemerintah yaitu 100% (Profil Kesehatan Indonesia, 2012). Dalam pemeriksaan kehamilan dapat dikenali masalah dan komplikasi secara dini dan dapat dilakukan penanganan yang tepat, serta Ibu hamil juga mendapat perawatan yang sesuai dengan kebutuhan ibu selama hamil, termasuk persiapan yang aman bagi ibu dan bayi untuk menghadapi proses persalinan (Sloane dan Benedict, 2016).

Kehamilan dan persalinan adalah proses yang fisiologi, namun merupakan faktor resiko terjadinya mortalitas dan morbiditas, oleh karena itu perlu persiapan baik secara fisik maupun mental sehingga kondisi yang abnormal dapat diminimalkan. Salah satu upaya yang dapat dilakukan yaitu dengan mempersiapkan persalinan sedini mungkin agar persalinan normal dapat berjalan lancar, karena risiko morbiditas maternal yang serius jauh lebih rendah pada persalinan pervaginam dibandingkan dengan persalinan dengan caesar dan risiko histerektomi sekunder terhadap perdarahan terjadi 10 kali lebih tinggi pada ibu yang mengalami caesar dibandingkan dengan persalinan pervaginam. Persalinan pervaginam sangat dipengaruhi oleh elastisitas otot panggul, dan kondisi otot panggul pada saat persalinan berhubungan dengan terjadinya stress pasca melahirkan dan kerusakan saraf pada saat persalinan (Herbert, 2009).

Komplikasi saat persalinan yang menjadi penyebab utama kematian ibu antara lain adalah perdarahan, pre-eklamsi dan eklamsi, infeksi, partus lama, serta abortus. Untuk data penyebab terbanyak kematian ibu di

Indonesia yaitu perdarahan 28%, eklamsi 24%, infeksi 11%. Perdarahan merupakan penyebab utama yang menimbulkan kematian (Depkes RI, 2011). Salah satu penyebab perdarahan adalah atonia uteri yang disebabkan karena lemahnya kontraksi uterus, sedangkan penyebab infeksi adalah partus lama (Manuaba, 2010). Persalinan lama dapat terjadi pada kala I dan kala II persalinan, dimana inersia uteri hipotonis merupakan salah satu faktor his yang dapat menyebabkan persalinan lama pada kala I. Kelainan kontraksi uterus ini disebabkan karena keletihan miometrium sehingga kontraksi uterus menjadi lemah, jarang serta tidak teratur. Keadaan ini dapat menyebabkan persalinan yang memanjang, dan apabila terjadi pada kala I fase aktif akan berimplikasi pada peningkatan infeksi intrapartum dan mortalitas perinatal (Oxorn dan Forte, 2010).

Salah satu upaya proses kehamilan dan persalinan dapat berjalan lancar dan tanpa ada komplikasi, American College of Obstetricians and Gynecologist (ACOG) merekomendasikan senam selama kehamilan sebagai upaya preventif agar kehamilan dan persalinan berjalan secara alami dan mengurangi resiko cedera akibat persalinan (Clapp, 2005; Artal 2003). Senam hamil di Indonesia merupakan bagian dalam pelayanan Antenatal Care (ANC) yang seharusnya dilaksanakan oleh setiap institusi pemberi pelayanan kesehatan ibu (Depkes, 2009). Namun untuk sekarang, belum seluruh institusi yang melaksanakan senam hamil, berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh Martini, 2007 untuk wilayah Jabotabek hanya rumah sakit swasta yang melaksanakan senam hamil, sedangkan rumah sakit pemerintah belum melaksanakan program senam hamil tersebut. Untuk wilayah Jakarta Barat,

dari 8 puskesmas kecamatan hanya 2 puskesmas yang melaksanakan senam hamil (Martini, 2007).

Mengingat besarnya risiko komplikasi yang ditimbulkan oleh komplikasi saat persalinan, dibutuhkan suatu cara yang lebih efisien dalam meningkatkan kontraksi uterus dengan melakukan olah raga. Secara fisiologis olahraga mampu meningkatkan kebugaran jasmani dan meningkatkan vaskularisasi darah sehingga dapat memperbaiki kontraksi otot. Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa kebugaran jasmani merupakan bagian esensial dari kesehatan ibu hamil, yang menghasilkan manfaat jangka panjang baik secara fisik maupun psikologis selama proses persalinan (Guyton, 2008).

Latihan fisik selama hamil dapat meningkatkan kardiorespirasi, mencegah inkontensia urin dan mengurangi nyeri pada punggung bagian bawah. Latihan fisik selama hamil direkomendasikan bagi semua ibu hamil normal karena sangat bermanfaat bagi ibu selama hamil, persalinan dan pada masa periode post partum. Pada beberapa penelitian yang telah dilakukan, ibu hamil mengatakan dapat melanjutkan latihan fisik selama hamil karena tidak terdapat resiko bagi kehamilan dan janin. Manfaat lain dari meningkatkan kekuatan dan latihan peregangan adalah untuk meningkatkan kekuatan tubuh secara keseluruhan, membentuk postur tubuh yang baik, dan penguatan inti tubuh yang dapat menyebabkan persalinan dan kelahiran menjadi lancar dan mencegah ketidaknyamanan selama kehamilan (William dan Wilkins, 2012).

Ibu hamil perlu menjaga kesehatan tubuhnya dengan berbagai cara, diantaranya yaitu berjalan dipagi hari, renang, olahraga ringan dan senam hamil. Senam hamil merupakan suatu latihan yang diberikan kepada ibu hamil

untuk mempertahankan kesehatan ibu hamil serta mempersiapkan fisik dan mental ibu hamil untuk mencapai persalinan yang cepat, mudah dan aman. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rusmini dkk tahun 2017 tentang keikutsertaan senam hamil dengan ketepatan proses persalinan kala II di Kabupaten Tegal yang menunjukkan bahwa ibu hamil yang melakukan senam hamil lebih sering dan teratur, proses persalinan akan berlangsung secara spontan dan waktu persalinan lebih singkat.

Persalinan aktif dibagi menjadi 3 kala yang berbeda. Kala satu persalinan dimulai ketika telah tercapai kontraksi uterus dengan frekuensi, intensitas, dan durasi yang cukup untuk menghasilkan pendataran dan dilatasi servik yang progresif. Kala satu persalinan ini selesai ketika servik sudah membuka lengkap (sekitar 10 cm) sehingga memungkinkan lewatnya kepala janin. Kala dua persalinan dimulai ketika dilatasi servik sudah lengkap dan berakhir ketika janin sudah lahir. Kala tiga Persalinan dimulai segera setelah janin lahir dan berakhir dengan lahirnya plasenta dan selaput ketuban janin (Prawirohardjo, 2013).

Dalam mempersiapkan proses persalinan ini, di dalam kelas antenatal biasanya diberikan pembelajaran tentang koping selama persalinan mengenai pernapasan dan efek berbagai tehnik pernafasan pada persalinan. Salah satu cara untuk melatih pernafasan untuk persiapan persalinan adalah dengan olah raga, karena olahraga dapat mengontrol pusat pernafasan sehingga laju dan kedalaman pernafasan menjadi normal (Brayshaw, 2008)

Ibu hamil yang melakukan kegiatan senam cukup sering dan teratur selama masa tiga bulan (trimester) terakhir, ternyata mengalami



persalinan yang tidak terlalu terasa sakit jika dibandingkan dengan persalinan ibu hamil yang tidak melakukan kegiatan senam selama masa kehamilannya. Hal ini terjadi karena peningkatan kadar hormon endorfin dalam tubuh sewaktu senam, yang secara alami berfungsi sebagai penahan rasa sakit (Hanton, 2001). Hal ini di dukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Cochrane 2006 yang di perbaharui pada tahun 2010 dan tahun 2015 ditemukan bahwa ibu hamil yang melakukan olah raga dalam kehamilan sebanyak 2-3 kali seminggu akan meningkatkan kebugaran tubuhnya, serta ibu hamil yang melakukan latihan terstruktur akan mencegah kenaikan berat badan secara drastis selama kehamilan serta menurunkan risiko gangguan hipertensi pada kehamilan.

Lamanya proses persalinan kala satu untuk multigravida memerlukan waktu 8-10 jam, dan untuk primigravida 10-12 jam. Persalinan lama dapat terjadi jika fase laten kala I lebih dari 8 jam, dilatasi servik berada disebelah kanan garis waspada pada persalinan fase aktif atau persalinan lebih dari 12 jam bayi belum lahir. Salah satu penyebabnya adalah kontraksi uterus yang tidak adekuat, serta serviks yang kaku pada primigravida, cemas menghadapi persalianan dan kelelahan. Komplikasi yang dapat ditimbulkan antara lain trauma jalan lahir dan asfiksia pada bayi baru lahir, sedangkan kala dua persalinan pada primipara dibatasi 2 jam dan multipara 1 jam. (Saifuddin AB, dkk, 2009)

Latihan fisik selama senam hamil dilakukan secara teratur sesuai dengan petunjuk akan bermanfaat bagi bagi kesehatan ibu, meningkatkan tonus otot, meningkatkan kekuatan dan daya tahan tubuh, serta meningkatkan

rilaksasi otot yang tegang dan mengendalikan emosi. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian bahwa wanita hamil yang mengikuti senam hamil terbukti dapat melewati proses persalinan dengan lancar dan durasi waktu yang lebih singkat yaitu kurang dari 18 jam dan ibu yang tidak mengikuti senam hamil melewati proses persalinan yang lebih lambat yaitu membutuhkan waktu sekitar 18 sampai dengan 24 jam. (Mariani, 2006).

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai Perbedaan lama kala II dan jumlah perdarahan saat persalinan pada Ibu primigravida yang melakukan senam hamil selama kehamilan Trimester III.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah adalah : Apakah terdapat Perbedaan lama kala II dan jumlah perdarahan saat persalinan pada Ibu primigravida yang melakukan senam hamil selama kehamilan Trimester III di wilayah kerja Puskesmas Andalas dan Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2018?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui Perbedaan lama kala II dan jumlah perdarahan saat persalinan pada Ibu primigravida yang melakukan senam hamil selama kehamilan Trimester III di wilayah kerja Puskesmas Andalas dan Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2018.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui lama kala II pada ibu primigravida yang melakukan dan tidak melakukan senam hamil selama kehamilan trimester III di wilayah kerja Puskesmas Andalas dan Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2018.
- b. Mengetahui jumlah perdarahan saat persalinan pada ibu primigravida yang melakukan dan tidak melakukan senam hamil selama kehamilan trimester III di wilayah kerja Puskesmas Andalas dan Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2018.
- c. Mengetahui perbedaan lama kala II pada ibu primigravida yang melakukan dan tidak melakukan senam hamil selama kehamilan trimester III di wilayah kerja Puskesmas Andalas dan Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2018.
- d. Mengetahui perbedaan jumlah perdarahan saat persalinan pada ibu primigravida yang melakukan dan tidak melakukan senam hamil selama kehamilan trimester III di wilayah kerja Puskesmas Andalas dan Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2018.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Bagi Akademik

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pemahaman tentang manfaat senam hamil terutama manfaat bagi Ibu dalam menjalani proses persalinan.



#### **1.4.2 Bagi Pelayanan Kesehatan**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan tentang senam hamil khususnya melalui perspektif motivasi, dan untuk pengembangan pelayanan Kesehatan Ibu hamil.

#### **1.4.3 Bagi Pengembangan Penelitian**

Memberikan informasi dan masukan untuk pengembangan penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan pengaruh senam hamil terhadap proses persalinan.

### **1.5 Hipotesis Penelitian**

- 1.5.1 Terdapat perbedaan lama kala II pada ibu primigravida yang melakukan dan tidak melakukan senam hamil selama kehamilan trimester III di wilayah kerja Puskesmas Andalas dan Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2018.
- 1.5.2 Tidak terdapat perbedaan jumlah perdarahan saat persalinan pada ibu primigravida yang melakukan dan tidak melakukan senam hamil selama kehamilan trimester III di wilayah kerja Puskesmas Andalas dan Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2018.

