

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehamilan dan persalinan merupakan proses alamiah yang dialami oleh setiap wanita. Salah satu perubahan yang terjadi pada masa tersebut adalah perubahan anatomi yaitu terjadinya disfungsi otot dasar panggul sehingga dapat mengakibatkan masalah pada kebutuhan seksual dan sistem perkemihan yaitu terjadinya inkontinensia urin Post partum.

Post partum adalah masa setelah melahirkan sedangkan masa nifas adalah dari bayi dilahirkan dan plasenta keluar dari rahim yang berlangsung selama 6 minggu atau 42 hari disertai dengan pulihnya kembali alat reproduksi wanita (Sulfianti, et al 2021). Kebutuhan dalam masa post partum diantaranya adalah kebutuhan seksual dan berkemih merupakan kebutuhan dasar manusia yang harus dipenuhi, jika tidak maka akan mengganggu morbiditas yaitu keadaan tidak sehat secara fisik, mental, spiritual maupun sosial pada kehidupan wanita tersebut (Juneris dan Yunida, 2021).

Hubungan seksual pada ibu post partum dapat dilakukan setelah 6 minggu atau 42 hari setelah persalinan, karena pada waktu itu diharapkan organ-organ tubuh telah pulih kembali (Juneris dan Yunida, 2021), sesuai dengan penelitian yang dilakukan (Edosa Dirirsa et al., 2022) menyebutkan lebih dari 79,1 % wanita di Turki dan 68,7 % wanita di Cina melanjutkan aktivitas seksual dalam waktu 6 minggu setelah melahirkan, di Indonesia dari 10 orang ibu post partum pervaginam, 70% ibu mengatakan ada rasa takut

terhadap kemungkinan jahitan lepas saat berhubungan, sehingga mereka baru mau berhubungan setelah 6 minggu post partum (Afrida et al., 2020)

Wanita yang mengalami persalinan pervaginam selain mempengaruhi kehidupan seksual juga terdapat prevalensi terjadinya kerusakan otot levator ani yaitu berkisar antara 15-30%. Data *World Health Organization (WHO)* menunjukkan bahwa 200 juta penduduk mengalami inkontinensia urin, 85% diantaranya adalah perempuan (WHO, 2016). Di Indonesia, kejadian inkontinensia urin pada wanita Post partum sebanyak 34,1 %, sedangkan berdasarkan cara persalinannya, wanita yang melahirkan pervaginam berisiko lebih tinggi mendapat inkontinensia urin dibandingkan persalinan perabdominal (Sari, 2016).

Jumlah ibu nifas di kota Padang tahun 2022 adalah 13.748 orang. Ibu nifas terbanyak berada di kecamatan Koto Tengah yaitu 2.654 orang. Kecamatan Koto Tengah terdiri atas 5 puskesmas. Kunjungan ibu nifas terbanyak di Puskesmas Lubuk Buaya yaitu 752 orang (100%), Anak Air 590 (99,8 %), Air Dingin 528 orang (97,8%), Dadok Tunggul Hitam 512 orang (100%) dan Koto Panjang Ikua Koto 272 orang (100%) (Dinkes Kota Padang, 2021).

Survey awal yang telah dilakukan di Puskesmas Lubuk Buaya, dari 10 orang ibu post partum yang berkunjung, 80% ibu melahirkan secara pervaginam, ibu mengatakan aktivitas seksual dilakukan setelah masa nifas selesai yaitu diatas 6 minggu atau 42 hari. Ibu juga mengatakan takut untuk melakukan hubungan seksual dengan alasan takut terjadinya perobekan kembali pada luka episiotomi, adanya kekeringan dan kelonggaran pada

vagina dan nyeri pada saat melakukan hubungan seksual, selain itu dari 10 orang ibu tersebut, 30% mengatakan tidak bisa menahan untuk berkemih dan 20% mengatakan urin keluar bersamaan saat batuk atau bersin. Saat ditanya tidak satupun dari ibu yang melakukan latihan otot dasar panggul.

Wawancara yang dilakukan dengan bidan yang berada di Puskesmas Lubuk Buaya, bidan mengatakan belum pernah memberikan informasi atau penyuluhan yang terkait dengan latihan otot dasar panggul untuk memperbaiki kualitas hubungan seksual dan inkontinensia pada ibu post partum, sedangkan untuk program nifas yang telah dilakukan yaitu kunjungan nifas.

Latihan otot dasar panggul (*pelvic floor muscle exercise*) adalah kontraksi sistematis dari otot levator ani, dapat meningkatkan fungsi panggul, dan telah terbukti memperbaiki gejala yang berhubungan dengan stress, dorongan, inkontinensia urin dan diperkirakan dapat membantu wanita dalam meningkatkan kualitas hubungan seksual (Kurniawati, et al 2021). Keberhasilan bergantung pada motivasi, kemampuan dan kemauan untuk melaksanakannya. (Xing et al., 2017).

Kualitas kehidupan seksual merupakan salah satu indikator kesehatan. Penelitian yang dilakukan terhadap kehidupan seks wanita setelah persalinan menyatakan bahwa sebagian besar wanita jarang untuk sengaja melakukan hubungan seksual, selama berhubungan seksual jarang mencapai orgasme dan merasa tidak puas saat melakukan hubungan seksual (Rodaki et al., 2022).

Penelitian lain yang dilakukan oleh Lolowang et al., (2019) menyatakan bahwa ada pengaruh yang signifikan terhadap pemberian latihan otot dasar panggul pada primipara terhadap efikasi diri dalam hubungan seksual post

partum. Menurut hasil penelitian Hadizadeh-Talasaz et al., (2019) menunjukkan bukti bahwa latihan otot dasar panggul pada wanita primipara dan multipara dapat meningkatkan fungsi seksual dan kualitas hidup pasca persalinan.

Penelitian Ojukwu et al., (2022) membandingkan antara latihan perut bawah dan latihan otot dasar panggul (*combo trial*) didapatkan hasil bahwa latihan otot dasar panggul dapat meningkatkan kualitas hubungan seksual post partum, selain itu penelitian yang dilakukan oleh Ningsih et al., (2021) menyatakan bahwa latihan otot dasar panggul berpengaruh terhadap inkontinensia urin. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bukti dasar untuk menggunakan latihan otot dasar panggul sebagai salah satu cara untuk mengatasi keluhan inkontinensia urin pada ibu post partum multipara.

Bidan adalah tenaga kesehatan sekaligus mitra wanita yang diharapkan dapat memfasilitasi kebutuhan wanita termasuk kebutuhan seksual post partum dalam rangka menyiapkan fisik dan mental sehubungan dengan kembali aktifnya fungsi seksual dan juga diharapkan mampu memberikan latihan otot dasar panggul kepada ibu Post partum untuk mencegah inkontinensia urin post partum, karena latihan otot dasar panggul ini mudah, praktis dan aman untuk dilakukan. Pada kenyataannya tidak banyak bidan yang melakukan hal ini, sementara hal ini menjadi komponen penting bagi kesejahteraan hidup wanita.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh latihan otot dasar panggul terhadap kualitas

hubungan seksual dan inkontinensia urin pada ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya Tahun 2023

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas maka rumusan masalah yang akan diteliti adalah sebagai berikut :

1. Bagaimanakah gambaran karakteristik responden di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya tahun 2023?
2. Bagaimanakah distribusi frekuensi kualitas hubungan seksual *pretest* dan *posttest* pada kelompok intervensi dan kontrol pada ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya tahun 2023?
3. Bagaimanakah distribusi frekuensi inkontinensia urin *pretest* dan *posttest* pada kelompok intervensi dan kontrol pada ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya tahun 2023?
4. Bagaimanakah pengaruh latihan otot dasar panggul terhadap kualitas hubungan seksual pada ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya tahun 2023?
5. Bagaimanakah pengaruh latihan otot dasar panggul terhadap inkontinensia urin pada ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya tahun 2023?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh latihan otot dasar panggul terhadap kualitas hubungan seksual dan inkontinensia urin pada ibu post partum di wilayah kerja puskesmas lubuk buaya tahun 2023

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui gambaran karakteristik responden di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya tahun 2023
2. Untuk mengetahui distribusi frekuensi kualitas hubungan seksual *pretest* dan *posttest* pada kelompok intervensi dan kontrol pada ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya tahun 2023
3. Untuk mengetahui distribusi frekuensi inkontinensia urin *pretest* dan *posttest* pada kelompok intervensi dan kontrol pada ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya tahun 2023
4. Untuk mengetahui pengaruh latihan otot dasar panggul terhadap kualitas hubungan seksual pada ibu post partum di wilayah kerja puskesmas Lubuk Buaya tahun 2023
5. Untuk mengetahui pengaruh latihan otot dasar panggul terhadap inkontinensia urin pada ibu post partum di wilayah kerja puskesmas Lubuk Buaya tahun 2023

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Pelayanan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan bahan pertimbangan bagi bidan, tim medis dan tenaga kesehatan lainnya dalam memberikan asuhan pada ibu post partum untuk meningkatkan kualitas hubungan seksual dan inkontinensia urin dengan latihan otot dasar panggul

1.4.2 Bagi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai sistematisa manfaat latihan otot dasar panggul yang dilakukan oleh ibu

post partum untuk meningkatkan kualitas hubungan seksual dan inkontinensia urin.

1.4.3 Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan dapat menambah wawasan serta referensi untuk peneliti selanjutnya

1.5 Hipotesa Penelitian

1. Ada pengaruh latihan otot dasar panggul terhadap kualitas hubungan seksual pada ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya tahun 2023
2. Ada pengaruh latihan otot dasar panggul terhadap inkontinensia urin pada ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya tahun 2023

