

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia masih tinggi yaitu 359/100.000 kelahiran hidup (SDKI, 2012), dimana salah satu penyebabnya terjadi akibat komplikasi persalinan seperti perdarahan dan persalinan lama. Persalinan lama memberikan kontribusi 37%, dimana 39% persalinan harus melalui seksioesaria dan 59% ibu & bayi meninggal dalam umur satu bulan setelah dilahirkan (RI Kementerian Kesehatan, 2016)

Persalinan lama dapat terjadi pada kala I dan kala II persalinan, yang akan berimplikasi pada peningkatan infeksi intrapartum dan mortalitas perinatal. (Cunningham, MD, dkk. 2013). Hasil penelitian Cheng dkk (2014) menunjukkan bahwa kala II pada wanita primigravida akan meningkatkan kasus seksio sesaria, persalinan kala II dengan tindakan, trauma perineum, perdarahan post partum dan infeksi.

Mengingat besarnya resiko komplikasi yang ditimbulkan oleh persalinan lama, 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. (Masdin. 2010)

Salah satu faktor yang mempengaruhi kemajuan persalinan adalah kekuatan otot uterus dan otot intra abdominal untuk berkontraksi juga kekuatan ibu untuk mengedan. Hal ini berhubungan dengan kebugaran jasmani seseorang, karena tubuh yang bugar akan mampu menyediakan stamina yang diperlukan selama proses persalinan. (Maryunani. 2014). Kebugaran jasmani mempercepat proses persalinan karena olah raga dapat menginduksi perubahan metabolisme dan hormon yang akan merangsang kontraksi uterus. Olah raga juga dapat

menginduksi peningkatan norepineprin dan prostaglandin sehingga dapat mempengaruhi kontraksi uterus. (Anggraeni, Poppy.2010)

Kebugaran jasmani diperoleh dari latihan dengan intensitas, frekuensi, durasi dan jangka waktu tertentu, yang berhubungan pada daya tahan jantung paru, daya tahan otot, fleksibilitas dan komposisi tubuh. Dari beberapa komponen kebugaran jasmani, daya tahan jantung paru merupakan komponen terpenting, karena komponen ini menggambarkan kesanggupan jantung paru dalam mensuplai oksigen pada otot atau jaringan yang aktif. Pengukuran daya tahan jantung paru diukur dengan menilai volume oksigen maksimal ( $VO_{2maks}$ ) yang digunakan oleh tubuh. (Prativi Gilang Okta, 2013)

Kebugaran jasmani ( $VO_{2 maks}$ ) adalah mekanisme kemampuan tubuh dalam menyediakan oksigen ke otot yang aktif bekerja, hal ini ditentukan oleh kemampuan tubuh menyediakan oksigen yang dipengaruhi oleh faktor genetik, usia ibu, jenis kelamin, gizi, merokok dan aktivitas fisik. Latihan fisik merupakan faktor utama yang mampu meningkatkan kapasitas aerobik, sehingga oksigen maksimal melebarkan pembuluh darah dan meningkatkan aliran balik vena dan curah jantung dan memperbesar hantaran oksigen dan nutrisi ke otot selama persalinan sehingga intensitas dan kekuatan otot menjadi lebih baik. (Prativi Gilang Okta, 2013)

Kardel dkk, meneliti hubungan antara  $VO_{2 maks}$  dan lama persalinan, dengan metode observasional menemukan bahwa peningkatan  $VO_{2 maks}$  0.1 L/menit dapat mengurangi lamanya persalinan 28-33 menit. (Kardel dkk. 2009)

Penelitian Melzer dkk (2010), dalam jurnal obstetry gynecol juga mengemukakan bahwa wanita hamil yang aktif melakukan aktifitas fisik moderat 30 menit/ hari mempunyai kebugaran jasmani yang lebih baik dibanding wanita yang tidak aktif. Lama persalinan kala II yang lebih cepat yaitu 88 menit pada wanita aktif dan 146 menit pada wanita yang tidak aktif.

Wanita hamil banyak yang tidak melakukan aktifitas fisik. Menurut hasil penelitian *Saint Louis Univercity School of Public Health*, 2005 dari 150 ribu ibu hamil hanya 16% wanita hamil yang melakukan aktifitas fisik secara teratur. (Salomon, 2005). Hal ini mungkin disebabkan karena kekhawatiran ibu hamil

yang berlebihan terhadap kondisi tubuh dan janinnya sehingga segala macam aktivitas fisik termasuk olahraga di jauhi. Kebanyakan ibu hamil berasumsi bahwa jika banyak bergerak maka risiko keguguran akan meningkat.

Kehati-hatian dalam beraktivitas fisik ini juga ditunjukkan oleh tenaga kesehatan dalam merekomendasikan latihan fisik pada ibu hamil, karena mereka berasumsi kehamilan dan latihan akan menimbulkan stress fisiologis yang serius pada ibu hamil, sehingga efek tersebut tidak mampu diakumulasi oleh ibu yang mengakibatkan kerugian pada ibu dan janin. (Anggraeni, Poppy.2010)

Latihan fisik yang teratur selama kehamilan mempunyai banyak manfaat yaitu mengurangi dan mengontrol berat badan, meningkatkan kebugaran, memperpendek waktu persalinan dan mengurangi komplikasi persalinan, mengurangi fetal distress, mengurangi frekuensi persalinan dengan seksio sesaria, mempercepat proses pemulihan pasca persalinan dan mengurangi komplikasi neonatal. Meskipun terjadi beberapa perubahan fisiologis selama kehamilan tetapi tubuh tetap mampu menyesuaikan terhadap stress latihan tanpa merugikan ibu dan janin (Maryunani. 2014).

Ginting Sry M (2015) dalam penelitiannya mengemukakan bahwa dari 50% responden yang mengikuti senam hamil, 35,4%, mengalami persalinan normal dan hanya 14,6% dengan persalinan tidak normal sedangkan dari 50% ibu yang tidak mengikuti senam hamil, persalinan secara normal sebanyak 11,5%, dan yang tidak normal sebanyak 38,5%, dengan nilai Odds Ratio (OR) 8,169, artinya ibu yang tidak senam hamil mempunyai resiko untuk terjadinya partus tidak normal sebesar 8,169 kali dibandingkan ibu yang senam hamil.

Daya tahan jantung paru yang baik akan menunjang daya tahan dan kekuatan pada waktu persalinan, karena kontraksi lebih tahan lama, sehingga memberikan peningkatan kekuatan otot yang menyebabkan kontraksi lebih efektif dalam mendorong bagian terendah janin kebawah, hal ini menimbulkan pendataran dan pembukaan serviks yang progresif. (Anggraeni, Poppy. 2010).

Kebugaran jasmani pada ibu hamil yang bekerja aktif memiliki vaskularisasi lebih baik, dibandingkan dengan ibu yang pasif, sehingga perlu dilakukan latihan fisik yang menyenangkan, mulai dari intensitas ringan sampai

sedang dalam mencapai kebugaran volume oksigen maksimal (Prativi Gilang Okta, 2013). Penelitian Anggit Kartikasari (2016) menemukan bahwa prenatal yoga dapat mempengaruhi lama persalinan dimana rata-rata lama persalinan kelompok ibu primigravida yang diberi perlakuan yoga adalah 5,21 jam sedangkan kelompok yang tidak diberi perlakuan yoga rata-rata lama persalinan adalah 6,40 jam.

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti tanggal 11 Januari 2018 di Praktek Mandiri Bidan (PMB) Wilayah Kerja Puskesmas Medan Sunggal, yaitu PMB Mirah dan PMB Nursyawaliah, ditemukan 5 dari 7 orang ibu hamil primigravida yang melakukan pemeriksaan kehamilan mengatakan tidak pernah melakukan senam hamil karena takut dan ketika ditanyakan tentang kebugaran jasmani menggunakan sepeda seluruhnya mengatakan tidak pernah mengetahuinya. sementara tubuh yang bugar memiliki volume darah dan vascularsasi yang lebih baik, hal ini sangat bermanfaat dalam proses persalinan karena dapat memperbesar hantaran oksigen dan nutrisi ke otot uterus yang berkontraksi, dan meningkatkan stamina tubuh, yang berdampak terhadap efektifitas kontraksi miometrium dan kemajuan persalinan sehingga memperpendek lama proses persalinan (Maryunani, 2014). Oleh karena itu penulis tertarik untuk meneliti hubungan kebugaran jasmani terhadap lama persalinan kala I dan kala II persalinan pada ibu primigravida di PMB Mirah dan PMB Nursyawaliah Wilayah Kerja Puskesmas Medan Sunggal.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, dapat diidentifikasi bahwa rumusan masalah dalam penelitian adalah “Bagaimanakah hubungan kebugaran jasmani ( $VO_2$  maks) terhadap lama persalinan pada ibu primipara di PMB Mirah dan PMB Nursyawaliah Wilayah Kerja Puskesmas Medan Sunggal?”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Menganalisis hubungan kebugaran jasmani ( $VO_2$  maks) terhadap lama persalinan pada ibu primigravida di di PMB Mirah dan PMB Nursyawaliah Wilayah Kerja Puskesmas Medan Sunggal.

#### 1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Menganalisis hubungan kebugaran jasmani ( $VO_2$  maks) terhadap lama persalinan kala I ibu primigravida
- 2) Menganalisis hubungan kebugaran jasmani ( $VO_2$  maks) terhadap lama persalinan kala II ibu primigravida
- 3) Menganalisis hubungan kebugaran jasmani( $VO_2$  maks) terhadap total lama persalinan ibu primigravida.

### 1.4 Manfaat Penelitian

#### 1.4.1 Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi tenaga kesehatan khususnya bidan untuk merekomendasikan pentingnya kebugaran jasmani dalam persiapan kehamilan dan persalinannya

#### 1.4.2 Secara Praktis.

Data atau informasi hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai sebagai langkah dalam modifikasi bentuk kegiatan pelayanan dalam praktek pelayanan kebidanandan sebagai bahan masukan bagi Ikatan Bidan Indonesia (IBI) dalam merekomendasikan menggunakan sepeda ergometer untuk meningkatkan kebugaran jasmani pada ibu hamil trimester ketiga, sehingga mempercepat proses persalinan pada kala I dan Kala II.

### 1.5 Keaslian Penelitian

Penelitian ini melihat hubungan kebugaran jasmani ( $VO_2$  maks) terhadap lama persalinan pada ibu primipara di PMB Mirah dan PMB Nursyawaliah Wilayah Kerja Puskesmas Medan Sunggal. Berdasarkan pengetahuan peneliti sudah pernah 1 kali penelitian sejenis dilakukan. Adapun perbedaan dan persamaan penelitian ini dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh

peneliti sebelumnya terletak pada variabel, subjek, waktu dan tempat penelitian. Penelitian yang pernah dilakukan antara lain :

1. Anggit Kartikasari (2016) menemukan bahwa prenatal yoga dapat mempengaruhi lama persalinan dimana rata-rata lama persalinan kelompok ibu primigravida yang diberi perlakuan yoga adalah 5,21 jam sedangkan kelompok yang tidak diberi perlakuan yoga rata-rata lama persalinan adalah 6,40 jam. Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah :

- a. Metode penelitian sebelumnya adalah quasy-experimental dengan rancangan Non-Equivalen Control Group Desain dan data dianalisis menggunakan independent t-test dan paired t-test..
- b. Populasi penelitian adalah semua ibu Primigravida Di Puskesmas Kadugede Kuningan Jawa Barat berjumlah 25 orang, yaitu 13 orang sebagai kelompok kontrol dan 12 orang ibu hamil yang diberikan perlakuan Prenatal yoga
- c. Waktu dan tempat penelitian sebelumnya dengan penelitian ini berbeda.

2. Nur Aini Rahmawati, Sutaryono, Sri Lestari (2017) Hubungan senam hamil terhadap lamanya proses persalinan pada ibu bersalin wilayah kerja Puskesmas Bayat Klaten. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan senam hamil terhadap lamanya proses persalinan pada ibu bersalin dengan *p value sebesar 0,012* ( $p < 0,05$ ), dimana 40 % ibu yang melakukan senam hamil menjalani persalinan lebih cepat. Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah :

- a. Metode penelitian sebelumnya adalah Observasional (Non Eksperimental) dengan rancangan case control pendekatan *retrospektif*, dan data dianalisis menggunakan uji *chi square*.
- b. Populasi penelitian adalah semua ibu bersalin di Puskesmas Bayat Klaten Periode Januari-Desember 2013 sebanyak 885 orang dengan sampel 22 ibu yang mengalami persalinan lama dan 22 ibu hamil yang tidak mengalami persalinan lama
- c. Waktu dan tempat penelitian sebelumnya dengan penelitian ini berbeda.