BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan salah satu indikator dalam menggambarkan kesejahteraan masyarakat disuatu negara. Tingginya kematian pada masa postpartum terjadi karena adanya perubahan dan penyesuaian kembali tubuh ibu baik itu secara fisiologis maupun psikologis (Meintri Lanasari *et al*., 2023).

Masa postpartum merupakan kelahiran yang dimulai setelah lahirnya bayi sampai dengan pemulihan kembali organ-organ seperti sebelum kelahiran. Lamanya periode postpartum yaitu sekitar 6-8 minggu yang dimana wanita mengalami perubahan fisik yang kompleks. Perdarahan menjadi penyebab utama angka kematian pada masa postpartum yang dapat dicegah (Meintri Lanasari *et al*., 2023).

Perdarahan postpartum terjadi 24 jam pertama setelah melahirkan ditandai dengan pengeluaran darah lebih dari 500ml setelah persalinan pervagina dan kehilangan lebih 1000ml setelah persalinan. Penyebab perdarahan postpartum oleh karena atonia uteri (50-60%), retensio plasenta (16 17%), sisa plasenta (23-24%), infeksi (5,21%), laserasi jalan lahir (4-5%), involusi uteri (3,02%) dan kelainan darah (0,5-0,8%) (Made *et al.,* 2024*)*.

Menurut *World Health Organization* (WHO) diperkirakan terjadi sekitar 370.000 kelahiran setiap harinya didunia. 74,1% persalinan diindonesia berlangsung secara spontan atau normal. Angka kematian ibu juga sangat tinggi dan tidak dapat diterima. Sekitar 260.000 wanita meninggal selama dan setelah kehamilan dan persalinan pada tahun 2023. Sekitar 92% dari semua kematian ibu terjadi di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah ke bawah pada tahun 2023, dan sebagian besar sebenarnya dapat dicegah (WHO, 2023).

Berdasarkan data yang didapatkan pada provinsi Sumatera Utara tahun 2018 persalinan normal di provinsi Sumatera utara sebanyak 75,9% (Riskesdas, 2018). kematian ibu sebanyak 202 kasus dan kematian bayi sebanyak 1007 kasus. ”Kematian ini dari tahun sebelumnya mengalami peningkatan. Dengan penyebab kematian ibu

terbanyak yaitu perdarahan yang paling sering terjadi pada masa nifas. Sedangkan untuk tahun 2024 sampai dengan september kematian ibu ada 124 kasus dan kematian bayi ada 627 kasus (Dinkes, 2024).

Perubahan yang terjadi salah satunya pada sistem reproduksi yaitu terjadi proses involusi. Involusi uteri adalah mengecilnya kembali rahim setelah persalinan kembali kebentuk awal. Pengukuran involusi dapat dilakukan dengan mengukur tinggi fundus uteri, kontraksi uterus dan juga dengan pengeluaran lokia (Made *et al.*, 2024)

Proses perubahan ini kadang dapat menimbulkan komplikasi, salah satunya proses involusi tidak berjalan dengan baik yang disebut dengan sub involusi uteri yang akan menyebabkan perdarahan dan kematian ibu. Sub-involusi uteri disebabkan oleh faktor- faktor yang mempengaruhinya yaitu umur ibu, paritas, laktasi, nutrisi, komplikasi persalinan, mobilisasi, dan psikologis ibu. Salah satu upaya mencegah masalah pasca persalinan Adalah melalui *endorphin massage*. Ini dilakukan sejak hari pertama setelah melahirkan hingga hari kesepuluh. Ini merupakan Gerakan yang dilakukan untuk mempercepat pemulihan kondisi ibu. Tujuan utama nya Adalah mempercepat involusi uteri pada ibu postpartum (Made *et al*., 2024).

Endorphin massage atau pijat endorphin merupakan pemijatan berupa sentuhan untuk memberikan kenyamanan, mengurangi nyeri, meningkatkan konsentrasi yang dapat meningkatkan pelepasan hormon oksitosin dan endorphin melalui permukaan kulit serta menstimulasi kontraksi uterus, meningkatkan kerja hipotalamus dalam memproduksi oksitosin sehingga dapat membantu proses involusi uterus, memberikan rasa tenang dan kenyamanan dari efek pijatannya. Pijat endorpin dilakukan dengan durasi 10- 15 menit menggunakan teknik pijatan effleurage yang melibatkan tekanan ringan pada seluruh permukaan tangan, pijatan ini cocok untuk awal dan penutupan sesi pijatan (Mutia Wahyuni *et al*., 2024)

Pijat endorphin dilakukan dengan cara menggosok atau mengelus ruas tulang belakang mulai dari tulang leher (*cervical vertebrae*) sampai dengan tulang pinggang kedua (lumbal vertebrae L2) dan melebar hingga

ke acromion dengan gerakan berirama naik turun dengan membentuk huruf V.

Adapun manfaat *endorphin* yaitu untuk mengendalikan rasa sakit dan meningkatkan kondisi rileks dalam tubuh. Saat ruas tulang belakang diberikan sentuhan ringan akan timbul reflek neurogenik yang mempercepat kerja saraf parasimpatis untuk menyampaikan perintah ke hipofisis anterior untuk memproduksi hormon *endorphin*. Hormon *endorphin* pada sel-sel saraf spinal bertindak sebagai neurotransmiter yang menghambat transmisi pesan nyeri. Hormon endorphin berikatan dengan reseptor opiat untuk menekan pelepasan substansi melalui inibisi prasinaps, sehingga transmisi impuls nyeri ke otak dihambat (Mutia Wahyuni *et al.*, 2024)

Menurut *Coad & Dunstall* dalam bukunya tentang proses involusi uterus pada masa nifas menyatakan kecepatan penurunan tinggi fundus uteri normalnya 1 cm per hari. Proses involusi uteri dikatakan cepat jika penurunan tinggi fundus uteri lebih dari 1 cm setiap hari.

Berdasarkan penulisan yang dilakukan oleh (Rismayani *et al.*, 2025) menunjukkan adanya pengaruh positif antara *endorphin massage* terhadap penurunan tinggi fundus uteri sebagai indikator involusi Rahim. Begitu juga dengan penulisan yang dilakukan oleh (Meintri Lanasari *et al*., 2023) didapatkan 10 responden yang telah dilakukan intervensi pijat endorphin, sebanyak 6 responden mengalami proses invousi uteri cepat dengan melihat rata-rata penurunan tinggi fundus uteri lebih dari 1 cm setiap hari oleh karena itu didapatkan hasil adanya pengaruh yang signifikan pijat endorphin terhadap percepatan involusi uteri pada ibu postpartum.

Adapun penulisan sebelumnya yang dilakukan oleh (Mutia Wahyuni *et al*., 2024) didapatkan adanya pengaruh intervensi pijat *endorphin* untuk membantu mempercepat proses involusi uterus dilihat dari indikator penurunan tinggi fundus uteri setiap harinya serta kontraksi yang kuat.

Data persalinan secara postpartum yang diperoleh dari rekam medis Rumah Sakit Advent Medan dari bulan April 2025 - April 2026 sebanyak 422 orang dengan rata-rata 35 orang ibu bersalin setiap

bulannya. Berdasarkan hasil wawancara dari Ny. S sebelumnya Ny. S setelah postpartum melakukan Gerakan kecil seperti jalan santai, dan istirahat dirumah. Sebelumnya ibu tersebut belum pernah melakukan latihan *Endorphin massage* oleh karena itu penulis tertarik untuk melakukan latihan *Endorphin massage* pada ibu postpartum.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk melakukan studi kasus dan penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) dengan mengangkat judul "Penerapan Teknik *Endorphin Massage* Sebagai Intervensi Non Farmakologis Dalam Mempercepat Involusi Uteri Pada Ibu Post Partum Di Rumah Sakit Advent Medan".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulisan karya ilmiah akhir ners ini dirumuskan dengan masalah "Bagaimana Penerapan Teknik *Endorphin Massage* Sebagai Intervensi Non Farmakologis Dalam Mempercepat Involusi Uteri Pada Ibu PostPartum Di Rumah Sakit Advent Medan?"

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Penulis mampu meningkatkan keterampilan dan kemampuan dalam melakukan Penerapan Teknik *Endorphin Massage* Sebagai Intervensi Non Farmakologis Dalam Mempercepat Involusi Uteri Pada Ibu PostPartum Di Rumah Sakit Advent Medan.

2. Tujuan khusus

Setelah melakukan asuhan keperawatan pada ibu postpartum diharapkan mahasiswa mampu:

a. Mampu melakukan pengkajian asuhan keperawatan pada ibu postpartum dengan penerapan *endorphin massage* untuk mempercepat involusi uteri.
b. Mampu menegakkan diagnosis keperawatan pada ibu postpartum dengan penerapan *endorphin massage* untuk mempercepat involusi uteri.
c. Mampu merencanakan tindakan keperawatan pada ibu postpartum dengan penerapan *endorphin massage* untuk mempercepat involusi uteri.

d. Mampu melaksanakan perencanaan keperawatan pada ibu postpartum dengan penerapan *endorphin massage* untuk mempercepat involusi uteri.
e. Mampu melakukan evaluasi keperawatan pada ibu postpartum dengan penerapan *endorphin massage* untuk mempercepat involusi uteri.

D. Manfaat

1. Bagi Pendidikan Keperawatan

   Penulisan ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam praktik keperawatan sebagai proses pembelajaran dalam melakukan praktik asuhan keperawatan pada ibu postpartum dalam mempercepat involusi uteri.

2. Bagi Pelayanan Kesahatan

   Manfaat penulisan ini sebagai Gambaran bagi tenaga Kesehatan mengenai penerapan *endorphin massage* untuk mempercepat involusi uteri pada ibu postpartum dan diterapkan oleh tenaga Kesehatan.

3. Bagi Penulis Selanjutnya

   Penulisan ini sebagai masukan atau referensi dan bahan untuk dijadikan pedoman bagi rekan-rekan yang ingin melanjutkan penulisan tentang penerapan *endorphin massage* untuk mempercepat involusi uteri pada ibu postpartum di Poltekkes Kemenkes Medan.