

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini akan diuraikan mengenai hasil penelitian dan pembahasan tentang pengaruh senam nifas terhadap lama penyembuhan luka perineum pada ibu post partum normal. Hasil penelitian akan disajikan dalam data umum dan data khusus. Data umum akan menyajikan karakteristik responden yang meliputi : usia, paritas, pendidikan, suku, dan pekerjaan. Data khusus meliputi data yang berisi variabel penelitian yaitu pengaruh senam nifas terhadap lama penyembuhan luka perineum pada ibu post partum normal.

4.1 Hasil Penelitian

Hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel dan narasi. Data yang telah terkumpul kemudian diolah, dianalisa, dan diinterpretasikan sehingga menghasilkan suatu kesimpulan.

4.1.1 Data Umum

- a. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Ibu Postpartum di PMB Soemidyah Ipung, A.Md, Keb Kota Malang pada bulan Februari-Maret 2019

Usia	Frekuensi (<i>f</i>)	Persentase (%)
20-25 tahun	7	46,7
25-30 tahun	6	40
30-35 tahun	2	13,3
Jumlah	15	100

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui bahwa sebagian besar responden (46,7%)

berusia 20-25 tahun.

- b. Karakteristik Responden Berdasarkan Jumlah Paritas

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jumlah Paritas Ibu Postpartum di PMB Soemidyah Ipung, A.Md, Keb Kota Malang pada bulan Februari-Maret 2019

Jumlah Paritas	Frekuensi (<i>f</i>)	Persentase (%)
1	7	46,7
2	6	40
>2	2	13,3
Jumlah	15	100

Berdasarkan tabel 4.2 diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar responden (46,7%) jumlah paritasnya 1.

c. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir Ibu

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir Ibu Postpartum di PMB Soemidyah Ipung, A.Md, Keb Kota Malang pada bulan Februari-Maret 2019

Pendidikan	Frekuensi (<i>f</i>)	Persentase (%)
SMP	3	20
SMA	5	33,3
Perguruan Tinggi (PT)	7	46,7
Jumlah	15	100

Berdasarkan tabel 4.3 diatas dapat diketahui bahwa pendidikan terakhir sebagian besar responden (46,7 %) berada pada jenjang Perguruan Tinggi (PT).

d. Karakteristik Responden Berdasarkan Suku

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Suku Ibu Postpartum di PMB Soemidyah Ipung, A.Md, Keb Kota Malang pada bulan Februari-Maret 2019

Suku	Frekuensi (<i>f</i>)	Persentase (%)
Jawa	13	86,6
Metu	1	6,7
Bali	1	6,7
Jumlah	15	100

Berdasarkan tabel 4.4 diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar responden (86,6 %) berasal dari suku Jawa.

e. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan Ibu postpartum di PMB Soemidyah Ipung, A.Md, Keb Kota Malang pada bulan Februari-Maret 2019

Pekerjaan	Frekuensi (<i>f</i>)	Persentase (%)
------------------	---------------------------------	---------------------------

Bekerja	7	46,7
Tidak Bekerja	8	53,3
Jumlah	15	100

Berdasarkan tabel 4.5 diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar responden (53,3 %) tidak bekerja.

4.1.2 Data Khusus

a. Lama Penyembuhan Luka Perineum

Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Lama Penyembuhan Luka Perineum Ibu postpartum di PMB Soemidyah Ipung, A.Md, Keb Kota Malang pada bulan Februari-Maret 2019

Lama Penyembuhan Luka Perineum	Frekuensi (<i>f</i>)	Persentase (%)
5 hari	4	26,7
6 hari	6	40
7 hari	5	33,3
Jumlah	15	100

Berdasarkan tabel 4.7 diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar responden (40%) setelah melakukan senam nifas lama penyembuhan luka perineumnya pada hari ke-6.

Tabel 4.8 Hasil Perhitungan Mean, Median, Modus Lama Penyembuhan Luka Perineum Ibu postpartum di PMB Soemidyah Ipung, A.Md, Keb Kota Malang pada bulan Februari-Maret 2019

Macam Statistik	Hasil
Mean	6,0667
Modus	6
Minimum	5,00
Maximum	7,00

Berdasarkan tabel 4.8 menunjukkan bahwa hasil perhitungan statistik didapatkan rata-rata penyembuhan luka perineum pada penelitian ini

yaitu 6 hari, dan lama penyembuhan luka perineum paling banyak yaitu sembuh pada hari ke-6.

4.2 Analisis Data

Berdasarkan uji t dengan $\alpha = 0.05$ dan jumlah sampel = 15, didapatkan nilai p value (0,000) lebih kecil ($<$) dari 0.05 maka ada pengaruh senam nifas terhadap lama penyembuhan luka perineum pada Ibu Post Partum Normal di PMB Soemidyah Ipung, Amd, Keb.

4.3 Pembahasan

4.3.1 Senam Nifas

Senam nifas adalah latihan peregangan yang dilakukan oleh ibu-ibu setelah melahirkan, dimana 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 (Widianti dan Proverawati, 2010). Responden pada penelitian ini menunjukkan bahwa mereka sudah mampu untuk melakukan mobilisasi salah satunya adalah senam nifas, dengan melakukan senam nifas maka responden dapat memperbaiki fungsi-fungsi tubuh secara normal dan kembali pada fungsi normal setelah melahirkan.

Proses pelaksanaan senam nifas tidak terlepas dari status pekerjaan responden, pekerjaan dapat mewakili pola aktivitas fisik yang dimiliki oleh responden. Berdasarkan data yang diperoleh bahwa 8 responden (53,3 %) tidak bekerja atau sebagai ibu rumah tangga. Rata-rata responden yang tidak bekerja ketika sudah tidak dirawat di PMB saat dirumah enggan

untuk bergerak/mengulang kembali senam nifas dengan alasan nyeri akibat luka perineum dan dilarang banyak bergerak oleh orang tua/mertua ibu postpartum, sehingga rata-rata ibu melakukan senam nifas saat di PMB saja.

4.3.2 Lama Penyembuhan Luka Perineum

Berdasarkan tabel 4.7 dapat dijelaskan bahwa lama penyembuhan luka perineum pada Ibu Postpartum di PMB Soemidyah Ipung, A.Md, Keb Kota Malang yaitu 6 hari sebanyak 6 orang (40%), sebagian sembuh pada hari ke 7 sebanyak 5 orang (33,3%) serta sembuh saat 5 hari sebanyak 4 orang (26,7%). Penyembuhan luka perineum adalah mulai membaiknya luka perineum dengan terbentuknya jaringan baru yang menutupi luka perineum dalam jangka waktu 6-7 hari post partum (Qomariah, 2013). Luka tersebut dikatakan sembuh jika luka tidak kemerahan, luka mulai mengering dan menutup, serta tidak ada tanda infeksi (merah, bengkak, panas, nyeri)

Menurut Sjamsuhidajat (2004), terdapat fase penyembuhan luka yaitu, fase inflamasi/ peradangan yang berlangsung 24 jam pertama sampai 48 jam. Setelah terjadi trauma pada kulit, pembuluh darah yang terputus pada luka akan menimbulkan perdarahan dan tubuh akan berusaha menghentikan perdarahan tersebut, terjadi pengerutan ujung pembuluh darah yang terputus (retraksi), reaksi hemostasis serta terjadi reaksi inflamasi (peradangan). Fase yang kedua yaitu fase proliferasi yang berlangsung 3 sampai 5 hari. Fase proliferasi ditandai dengan sintesis

kolagen. Sintesis kolagen dimulai dalam 24 jam setelah cedera dan akan mencapai puncaknya pada hari ke 5 sampai hari ke 7, kemudian akan berkurang secara perlahan-lahan. Fase penyembuhan luka yang terakhir yaitu fase maturasi yang berlangsung pada 6 hari sampai berbulan-bulan. Pada fase ini terjadi proses pematangan yang terdiri atas penyerapan kembali jaringan yang berlebih, pengerutan sesuai dengan gaya gravitasi dan akhirnya perupaan kembali jaringan yang baru terbentuk. Fase ini dinyatakan berakhir jika semua tanda radang sudah hilang dan bisa berlangsung berbulan-bulan.

Proses penyembuhan luka perineum tidak terlepas dari beberapa faktor yang mempengaruhi. Faktor tersebut diantaranya usia, jumlah paritas, pendidikan terakhir, dan suku. Karakteristik responden berdasarkan tingkat usia responden dari data diperoleh bahwa 7 responden (46,7%) berada dalam rentang usia 20-25 tahun. Morison (2004) menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan di dalam struktur dan karakteristik kulit sepanjang rentang kehidupan yang disertai dengan perubahan fisiologis normal berkaitan dengan usia yang terjadi pada sistem tubuh lainnya, yang dapat mempengaruhi predisposisi terhadap cedera dan efisiensi mekanisme penyembuhan luka. Penyembuhan luka pada usia muda lebih cepat terjadi dari pada orang tua. Orang yang sudah lanjut usia tidak dapat mentolerir stress seperti trauma jaringan atau infeksi.

Kulit utuh pada orang dewasa muda yang sehat merupakan suatu barrier yang baik terhadap trauma mekanis dan juga infeksi, begitu juga

dengan efisiensi sistem imun yang memungkinkan penyembuhan luka lebih cepat. Begitupun Suriadi (2004) juga menjelaskan pada usia lanjut proses penyembuhan luka berlangsung lebih lama dibandingkan dengan usia muda. Faktor ini disebabkan kemungkinan adanya proses degenerasi, tidak adekuatnya pemasukan makanan, menurunnya kekebalan dan menurunnya sirkulasi. Berdasarkan paparan diatas faktor usia merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi penyembuhan luka. Penyembuhan luka lebih cepat terjadi pada usia muda dari pada orang tua. Sebab fungsi penyatuan jaringan pada kulit ibu *post partum* yang sudah tidak usia reproduktif telah mengalami penurunan akibat faktor usia.

Karakteristik responden berdasarkan pendidikan terakhir responden dari data diperoleh bahwa sebagian besar pendidikan terakhir Ibu Postpartum berada pada jenjang Perguruan Tinggi (PT) dengan presentase 46,7 % (7 responden). Hasil penelitian terdahulu yang didapatkan oleh Primadona (2015) mengungkapkan tingkat pendidikan mempengaruhi pengetahuan seseorang terhadap sesuatu yang disampaikan pada dirinya. Dari data tersebut memberi gambaran bahwa pendidikan mempengaruhi pengetahuan ibu. Tingkat pendidikan berhubungan dengan kemampuan seseorang terhadap memaknai pesan dan memahami sesuatu terutama mengenai informasi yang baru. Semakin tinggi pendidikan seseorang, maka semakin mudah menerima informasi, sehingga semakin banyak pula pengetahuan yang dimiliki. Sebaliknya bila pengetahuan seseorang kurang akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap nilai nilai baru yang diperkenalkan. Tingkat pendidikan yang tinggi akan mempermudah

seseorang menerima informasi, sehingga makin banyak pula pengetahuan yang dimiliki khususnya dalam penelitian ini mengenai perawatan luka *perineum*. Pengetahuan ibu tentang perawatan pasca persalinan sangat menentukan lama penyembuhan luka perineum. Apabila pengetahuan ibu kurang, terlebih masalah kebersihan maka penyembuhan lukapun akan berlangsung lama. Selain itu tingkat pendidikan seseorang dapat mempengaruhi kesadaran pribadi tersebut dalam mengulang informasi yang baru disampaikan dalam hal ini adalah senam nifas. Rata-rata sebagian responden tidak mengulang gerakan senam nifas saat responden sudah pulang dari PMB, padahal semakin sering melakukan senam nifas maka semakin mempercepat penyembuhan luka perineum.

Asal suku responden dari data diperoleh bahwa 13 responden (86,6%) berasal dari suku Jawa, serta masing-masing 1 responden (6,7%) berasal dari suku Bali dan Metu. Asal suku dapat mempengaruhi proses penyembuhan luka perineum, terutama terkait tradisi untuk para ibu yang setelah melahirkan. Ramuan nenek moyang seperti jamu-jamuan untuk perawatan pasca melahirkan masih banyak digunakan meskipun oleh kalangan masyarakat modern. Misalnya perawatan untuk kebersihan genital, masyarakat menggunakan daun sirih yang direbus dengan air kemudian dipakai untuk cebok/membasuh alat genitalia (Smeltzer, 2002). Selain itu masih banyak juga tradisi-tradisi yang melarang ibu untuk menghindari makanan tertentu, menghindari makanan yang berkuah, tidak boleh terlalu banyak minum air putih, ibu nifas tidak boleh banyak bergerak/aktivitas, diharuskan menggunakan stagen yang sangat erat dll.

Begitupun dalam penelitian ini masih banyak responden yang masih menganut kebiasaan-kebiasaan tradisional dalam masa nifas yaitu menggunakan stagen yang terlalu erat, takut terhadap makanan tertentu, dan ibu jarang beraktivitas. Akhirnya kebiasaan-kebiasaan itulah yang dapat menghambat terbentuknya jaringan baru pada luka sehingga penyembuhan luka perineum menjadi lambat.

Karakteristik responden lain yang dapat mempengaruhi proses penyembuhan luka perineum yaitu status pekerjaan responden. Dari data diperoleh bahwa sebagian besar status pekerjaan responden tidak bekerja dengan presentase 53,3%. Dari data tersebut memberi gambaran bahwa status pekerjaan responden berpengaruh terhadap tingkat aktivitas responden terutama saat sudah pulang dari PMB. Rata-rata ibu yang tidak bekerja ketika sudah di rumah enggan untuk beraktivitas/mengulang kembali gerakan senam nifas dengan alasan nyeri luka jahitan perineum dan dilarang banyak bergerak oleh orang tua/mertua ibu postpartum, sehingga rata-rata ibu melakukan senam nifas saat di PMB saja atau saat peneliti melakukan kunjungan rumah.

4.3.3 Pengaruh Senam Nifas terhadap Lama Penyembuhan Luka Perineum

Hasil uji t dengan $\alpha = 0.05$, didapatkan nilai p value (0,000) lebih kecil ($<$) dari 0.05 maka ada pengaruh senam nifas terhadap lama penyembuhan luka perineum pada Ibu Post Partum Normal di PMB Soemidyah Ipung, Amd, Keb. Penelitian yang dilakukan pada 15

responden, menunjukkan bahwa setelah melakukan latihan senam nifas hari ke-1, ke-2 dan ke-3 sesuai SOP sebagian besar lama penyembuhan luka perineum pada Ibu Postpartum di PMB Soemidyah Ipung, A.Md, Keb yaitu 6 hari sebanyak 6 orang (40%), sebagian sembuh pada hari ke 7 sebanyak 5 orang (33,3%) serta sembuh saat 5 hari sebanyak 4 orang (26,7%). Setelah dilakukan perhitungan statistik didapatkan rata-rata penyembuhan luka perineum pada penelitian ini yaitu 6 hari. Lama penyembuhan luka perineum paling banyak yaitu sembuh pada hari ke-6, paling cepat sembuh pada hari ke-5 dan paling lambat sembuh pada hari ke-7.

Tubuh yang sehat mempunyai kemampuan alami untuk melindungi dan memulihkan dirinya. Peningkatan aliran darah ke daerah yang rusak, membersihkan sel dan benda asing dan perkembangan awal seluler bagian dari proses penyembuhan. Menurut Suriadi (2004) salah satu faktor yang mempengaruhi penyembuhan luka adalah mobilisasi. Mobilisasi atau ambulasi dini terbukti bermanfaat untuk mengurangi insiden tromboembolisme dan mempercepat pemulihan kekuatan ibu, dalam hal ini mobilisasi yang dilakukan yaitu dengan melakukan senam nifas.

Senam nifas membantu penyembuhan postpartum dengan membuat kontraksi dan pelepasan secara bergantian pada otot-otot dasar panggul yaitu dengan membuat jahitan lebih rapat, mempercepat penyembuhan, meredakan hemoroid, dan meningkatkan pengendalian urin (Wulandari, 2011). Frekuensi melakukan senam yang cukup sering dapat meningkatkan sirkulasi pada perineum, mempercepat penyembuhan dan mengurangi

pembengkakan. Selain itu senam nifas dapat membantu mengembalikan kekuatan dan tonus otot pada dasar panggul. Menurut Simkin (2008) menyebutkan bahwa senam yang dilakukan cukup sering akan dapat meningkatkan sirkulasi pada perineum. Melakukan senam akan membuat kontraksi dan pelepasan secara bergantian pada otot-otot dasar panggul dan akan membuat jahitan lebih rapat sehingga dapat mempercepat penyembuhan pada jahitan perineum sedangkan ibu yang tidak melakukan senam kemungkinan akan mengalami penyembuhan luka yang cukup lama selama 6-10 hari pelaksanaan dan dihitung 24 jam setelah persalinan (Wulandari, 2011).

Pada fase *proliferasi* terjadi pertumbuhan jaringan baru melalui proses *granulasi*, *kontraksi* luka, dan *epitelialisasi*. Selama *granulasi*, *kapiler* dari sekitar pembuluh darah tumbuh ke dasar luka. Jaringan *granulasi* yang sehat berwarna merah terang, halus, bercahaya, dan dasarnya tampak mengerut dan tidak mudah berdarah. Setelah luka berisi jaringan ikat, *fibroblas* terkumpul di sekitar tepi luka dan berkontraksi, merapatkan kedua tepi luka. Terbentuk jaringan parut *epitel fibrosa* yang lebih kuat pada saat *fibroblas* dan serat *kolagen* mulai menyusut, menimbulkan *kontraksi* pada area tersebut.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Anita (2014) bahwa lama penyembuhan luka perineum pada ibu post partum yang melakukan senam nifas diperoleh data sebagian besar responden mengalami penyembuhan dalam waktu yang normal (6-7 hari), namun senam nifas bukan satu-satunya faktor yang mempengaruhi lama penyembuhan luka perineum

melainkan ada faktor lain yaitu paritas, pekerjaan, pendidikan, dan suku. Berdasarkan hasil observasi penyembuhan luka perineum dari 15 responden dalam penelitian ini, terdapat 6 orang (40%) lukanya sembuh dalam 6 hari, 5 orang (33,3%) sembuh dalam 7 hari dan 4 orang (26,7%) sembuh dalam 5 hari. Responden yang penyembuhan lukanya 6-7 hari menunjukkan hasil penyembuhan lukanya dalam batas normal. Hasil observasi dan wawancara yang didapatkan peneliti pada responden yang lama penyembuhan lukanya 6-7 hari, sebagian besar dari mereka melakukan senam nifas secara rutin saat di rumah tapi masih ada perilaku lain yang mempengaruhi, seperti perilaku tidak makan, takut membersihkan perineum, dan jarang ganti pembalut. Namun ada juga sebagian responden yang tidak melakukan perilaku-perilaku yang dapat mempengaruhi penyembuhan luka perineum, tetapi belum memiliki kesadaran untuk mengulang kembali gerakan senam nifas saat sudah pulang dari PMB. Sementara itu, hasil observasi dan wawancara bagi responden yang lama penyembuhan lukanya lebih cepat yaitu 5 hari menunjukkan bahwa 4 responden tersebut mengulang gerakan senam nifas secara rutin saat di rumah dan tidak melakukan perilaku tidak makan, takut membersihkan perineum, dan jarang ganti pembalut. Berdasarkan paparan diatas dapat disimpulkan bahwa senam nifas dapat mempercepat penyembuhan luka perineum dengan syarat senam nifas tersebut dilakukan secara rutin dan sesering mungkin. Selain itu ibu juga harus memperhatikan nutrisi, kebersihan, dan harus bisa melawan rasa takut

seperti takut nyeri pada jahutan perineum dan takut membersihkan area luka perineum tersebut.

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

5.1.1 Seluruh responden (100%) ibu postpartum di PMB Soemidyah Ipung, A.Md, Keb Kota Malang pada bulan Februari-maret 2019 melakukan senam nifas sesuai SOP.

5.1.2 Setelah melakukan senam nifas sesuai SOP, 40% responden luka nya sembuh pada hari ke-6, dan 33,3% responden luka sembuh pada hari ke-7, serta 26,7% sembuh pada hari ke-5.

5.1.3 Ada pengaruh senam nifas terhadap lama penyembuhan luka perineum pada ibu postpartum normal di PMB Soemidyah Ipung, A.Md, Keb. Ditandai dengan hasil uji t satu sampel yaitu nilai p value (0,000) lebih kecil ($<$) dari 0.05.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Profesi

Berdasarkan hasil penelitian, bidan sebagai pelaksana pelayanan disarankan untuk mengaplikasikan Senam Nifas sebagai salah satu intervensi pada ibu nifas yang mengalami luka perineum dengan cara mengajari ibu nifas melakukan senam nifas sebagai usaha untuk membantu mempercepat penyembuhan luka perineum.

5.2.2 Bagi Ibu Nifas

Mempertimbangkan manfaat yang diperoleh ibu nifas pada penelitian ini, hendaknya ibu yang mengalami luka perineum bisa belajar melakukan senam nifas pada tenaga kesehatan khususnya bidan sehingga ibu nifas dapat melakukan senam nifas sebagai bentuk latihan fisik untuk membantu penyembuhan luka perineum

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian yang sama dan tertarik pada masalah senam nifas dengan lama penyembuhan luka perineum dapat dijadikan dasar untuk mengembangkan, membandingkan, dan melakukan pengkajian terhadap kesesuaian waktu pengeluaran lochea.