

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehamilan merupakan suatu proses fisiologis yang dimulai dari pembuahan sel telur oleh sperma. Proses ini selanjutnya menjadi fase perkembangan embrio sampai dengan persalinan. Selama masa kehamilan, ibu hamil mengalami perubahan anatomi, hormonal dan adaptasi fisiologi. Perubahan fisiologi pada ibu hamil salah satunya yaitu perubahan sirkulasi darah. Tekanan darah merupakan faktor yang penting dalam sistem sirkulasi pada tubuh manusia. Salah satu masalah pada sistem sirkulasi adalah kenaikan tekanan darah. Kehamilan menjadi salah satu faktor resiko kejadian tekanan darah tinggi atau hipertensi. Hipertensi dalam kehamilan ada beberapa jenis yaitu hipertensi kronis, hipertensi superimposed preeklampsia, hipertensi gestasional, preeklampsia, dan eklampsia (Prawirohardjo, 2018). Preeklampsia adalah kondisi hipertensi yang paling sering terjadi dan menjadi penyebab terbanyak kedua angka kematian ibu di Indonesia (POGI, 2016). Preeklampsia terjadi pada kehamilan diatas usia kehamilan 20 minggu yang perlu mendapatkan penanganan segera. Hal ini disebabkan preeklampsia dapat meningkatkan komplikasi yang fatal baik bagi ibu dan janin. Komplikasi yang dapat terjadi diantaranya eklampsia, hemoragik, iskemik stroke, kerusakan hati, gagal hati, disfungsi ginjal, persalinan cesar, persalinan dini, dan abruptio plasenta serta memiliki risiko kembali mengalami hipertensi pada kehamilan berikutnya. Sedangkan bagi janin yaitu kelahiran preterm, induksi

kelahiran, gangguan pertumbuhan janin, sindrom pernapasan, dan kematian janin (Mustafa dkk, 2012) dalam (Alatas, 2019).

Menurut data WHO tahun 2018, angka kejadian hipertensi dalam kehamilan di seluruh dunia berkisar antara 0,51%-38,4% (Rufaidah dkk, 2023). Preeklamsia juga merupakan masalah yang menjadi perhatian dunia dilihat dari 10% ibu hamil diseluruh dunia mengalami preeklamsia (Kemenkes RI, 2021). Menurut WHO, prevalensi preeklamsia di Negara maju adalah 1,3% - 6%, sedangkan di Negara berkembang adalah 1,8% - 18% (POGI, 2016). Prevalensi preeklamsia di Jawa Timur menjadi urutan kedua dari semua provinsi di Indonesia yaitu sebanyak 17,8% (Dinkes Jatim, 2016). Di Kabupaten Pasuruan pada tahun 2015 presentase penderita preeklamsia mencapai 39% (Dinkes Kab. Pasuruan, 2015) dalam (Aksari dkk, 2022). Di Puskesmas Kraton pada tahun 2023 presentase penderita preeklamsia mencapai 7,7%. Jumlah ibu hamil yang hipertensi pada tahun 2023 di Puskesmas Kraton Pasuruan sekitar 80 orang. Pada bulan Januari-Maret tahun 2024 ibu hamil dengan hipertensi yang melakukan pemeriksaan berjumlah 20 orang.

Salah satu masalah dalam kardiovaskular yaitu hipertensi. Hipertensi dalam kehamilan (HDK) merupakan kelainan sistem sirkulasi darah yang terjadi sebelum kehamilan atau timbul dalam kehamilan atau pada masa nifas. Golongan penyakit ini ditandai dengan hipertensi dan sering disertai proteinuria, edema, kejang, koma, atau gejala-gejala lain (Martaadisoebrata, 2020). Hipertensi dalam kehamilan ini terjadi ketika ada gangguan pada sistem sirkulasi darah yaitu fungsi kardiovaskular yang sering terjadi pada sindrom preeklamsia. Hal ini berkaitan

dengan yang pertama peningkatan afterload jantung yang disebabkan oleh hipertensi. Kedua karena jantung preload, yang dipengaruhi secara negatif oleh hipervolemia kehamilan yang berkurang secara patologis dan meningkat secara intravena larutan kristaloid atau onkotik, dan yang ketiga aktivasi endotel dengan ekstrasvasi interendotel cairan intravaskular ke dalam ruang ekstraseluler dan yang terpenting ke dalam paru-paru (Williams, 2014). Pada hipertensi dalam kehamilan tidak terjadi invasi sel-sel trofoblas pada lapisan otot arteri spirals dan jaringan matriks sekitarnya. Lapisan otot spiralis menjadi tetap keras dan kaku sehingga lumen arteri spiralis tidak memungkinkan mengalami distensi dan vasodilatasi. Akibatnya, arteri spirals relatif mengalami vasokonstriksi dan terjadi kegagalan remodeling arteri spiralis, sehingga aliran darah utero plasenta menurun, dan terjadilah hipoksia dan iskemi plasenta (Cunningham, 2013) dalam (Hastuti, 2020).

Kejadian hipertensi dalam kehamilan pada ibu hamil paling banyak didapatkan pada ibu hamil yang berumur 20-35 tahun, pada Multipara, berperndidikan PT/Diploma, ibu hamil yang mempunyai riwayat penggunaan alat kontrasepsi hormonal dan ibu hamil yang mempunyai riwayat hipertensi keluarga (Nur Fatimah dkk, 2020). Kejadian preeklampsia meningkat seiring dengan bertambahnya usia kehamilan. Penyakit ini umumnya terjadi pada trimester III kehamilan tetapi dapat terjadi sebelumnya (Murniati dkk, 2016).

The American Collage og Obstetrians and Gynecologists (ACOG) merekomendasikan olahraga sedang hampir setiap hari selama 30 menit dalam seminggu untuk merangsang angiogenesis plasenta dan memperbaiki disfungsi

endotel ibu (Spiro & Scemons, 2018) dalam (Putri A, 2021). Berdasarkan hasil penelitian Jayani & Listika (2020) menunjukkan bahwa aktivitas fisik dapat menurunkan tekanan darah diastol sebesar 3,5 mmHg. Aktivitas fisik yang dapat dilakukan ibu hamil adalah senam hamil, berenang, jalan kaki, jogging dan aktivitas lainnya termasuk dalam membersihkan rumah (Indarwati, Kurniawati, Wahyuni, & Maryatun, 2019) dalam (Attallah dkk, 2022).

Senam hamil merupakan aktivitas atau gerakan yang diberikan kepada ibu hamil untuk mempersiapkan diri, baik fisik maupun psikis bertujuan menjaga kesehatan ibu dan bayinya. Bagi ibu hamil primigravida dan multigravida sangat dianjurkan untuk mengikuti program senam hamil demi kesehatan ibu dan janinnya (Curtis, Weinrib dan Katz, 2012; Shohani et al., 2018) dalam (Meiranny dkk, 2022). Senam hamil dapat meningkatkan curah jantung yang akan diiringi dengan peningkatan distribusi oksigen ke bagian tubuh yang memerlukan, sedangkan pada bagian yang tidak memerlukan oksigen akan terjadi vasokonstriksi, misalnya saluran cerna. Peningkatan curah jantung tentunya akan mempengaruhi tekanan darah (Loomba dkk, 2012; Smith dan Campbell, 2013) dalam (Meiranny dkk, 2022).

Kegiatan senam hamil dimulai saat kehamilan memasuki sekitar usia > 20 minggu atau 5 bulan (Ayu, 2012) dalam (Sari, 2023). Frekuensi pelaksanaan senam hamil dilakukan sebulan 4 kali, dengan bimbingan bidan (Kemenkes RI, 2020) dalam (Saikmat dkk, 2023).

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh senam hamil terhadap tekanan darah pada ibu hamil di Puskesmas Kraton Pasuruan.

1.2 Rumusan Masalah

Adakah pengaruh senam hamil terhadap tekanan darah pada ibu hamil di Puskesmas Kraton Pasuruan?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis pengaruh senam hamil terhadap tekanan darah pada ibu hamil di Puskesmas Kraton Pasuruan.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini, yaitu:

1. Mengidentifikasi tekanan darah pada ibu hamil sebelum melakukan senam hamil di Puskesmas Kraton Pasuruan
2. Mengidentifikasi tekanan darah pada ibu hamil sesudah melakukan senam hamil di Puskesmas Kraton Pasuruan
3. Menganalisis pengaruh senam hamil terhadap tekanan darah pada ibu hamil di Puskesmas Kraton Pasuruan

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber referensi bagi para mahasiswa dalam pembelajaran ANC (*Antenatal Care*) khususnya senam hamil dan tekanan darah.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi lebih lanjut bagi para peneliti yang ingin melakukan penelitian lanjutan mengenai senam hamil dan tekanan darah.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Ibu Hamil

Penelitian ini dapat dijadikan acuan untuk meningkatkan kesadaran ibu hamil mengenai senam hamil dan tekanan darah.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat menjadi kontribusi minat, motivasi, dan sikap mahasiswa serta menjadi referensi pembelajaran ANC (*Antenatal Care*) khususnya senam hamil sehingga dapat meningkatkan prestasi belajar mengenai senam hamil dan tekanan darah ibu hamil.

3. Bagi Tenaga Kesehatan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan bagi bidan dalam memberdayakan ibu hamil dalam pelaksanaan kelas hamil khususnya senam hamil dan sebagai bahan evaluasi untuk dapat terus memberikan informasi kesehatan terkait senam hamil dan tekanan darah ibu hamil.