



**PENGARUH LATIHAN OTOT DASAR PANGGUL
TERHADAP FUNGSI SEKSUAL PADA IBU POSTPARTUM
SPONTAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS CIRIMEKAR**

SKRIPSI

APRILIYANTI NUR HAJRIAH KARDIMAN

1910711056

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA

2023



**PENGARUH LATIHAN OTOT DASAR PANGGUL
TERHADAP FUNGSI SEKSUAL PADA IBU POSTPARTUM
SPONTAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS CIRIMEKAR**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan**

APRILIYANTI NUR HAJRIAH KARDIMAN

1910711056

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
2023**

PENYATAAN ORISINILITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Apriliyanti Nur Hajriah Kardiman

Nim : 1910711056

Tanggal : 27 Juni 2023

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia di tuntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 27 Juni 2023

Yang menyatakan,



(Apriliyanti Nur Hajriah Kardiman)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Apriliyanti Nur Hajriah Kardiman
Nim : 1910711056
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program studi : Keperawatan Program Sarjana

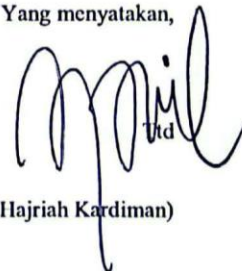
Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (Non-exclusive Royalty Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul: Pengaruh Latihan Otot Dasar Panggul Terhadap Fungsi Seksual Ibu Postpartum Spontan Di Wilayah Kerja Puskesmas Cirimekar.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis atau pencipta sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 27 Juni 2023

Yang menyatakan,




(Apriliyanti Nur Hajriah Kardiman)


PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :


Nama : Apriliyanti Nur Hajriah Kardiman
NRP : 1910711056
Program Studi : Sarjana Keperawatan
Judul TA/Skripsi : Pengaruh Latihan Otot Dasar Panggul Terhadap Fungsi Seksual Pada Ibu Postpartum Spontan Di Wilayah Kerja Puskesmas Cirimekar Kecamatan Cibinong.

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.


Ns. Dora Samara, M.Kep
Ketua Penguji


Desmawati, SKP, M.Kep., Sp.Mat., PhD Ns. Lina Ayu Marcelina, M.Kep., Sp.Kep.Mat
Penguji I Penguji II (Pembimbing)


Desmawati, SKP, M.Kep., Sp.Mat., PhD
Dekan FJKES UPN "Veteran" Jakarta


Ns. Gamyatri Utami, M.Kep
Ketua Program Studi Keperawatan
Program Sarjana

Ditctapkan di : Jakarta
Tanggal Ujian : 27 Juni 2023

PENGARUH LATIHAN OTOT DASAR PANGGUL TERHADAP FUNGSI SEKSUAL PADA IBU POSTPARTUM SPONTAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS CIRIMEKAR

Apriliyanti Nur Hajriah Kardiman

Abstrak

Masalah seksual dilaporkan oleh 94% wanita dalam enam bulan pertama setelah melahirkan. Persalinan per vaginam telah terbukti menjadi faktor risiko melemahnya kekuatan otot dasar panggul. Intervensi latihan otot dasar panggul terhadap fungsi seksual pada ibu postpartum spontan dapat meningkatkan hasrat seksual kepada pasangan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Pengaruh Latihan Otot Dasar Panggul Terhadap Fungsi Seksual Pada Ibu Postpartum Spontan Di Wilayah Kerja Puskesmas Cirimekar. Penelitian ini menggunakan desain penelitian Quasi Eksperimen dengan rancangan *One-Group Pretest-Posttest Design*. Jumlah sampel sebanyak 45 ibu postpartum sesuai kriteria inklusi dan eksklusi. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner *Female Sexual Function Index (FSFI)* dan lembar observasi. Analisa data menggunakan Uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan rata-rata skor Fungsi Seksual *pretest* 1,56 dan *posttest* 1,11. Berdasarkan uji statistik diperoleh nilai $p=0,000$ (p value) sehingga terdapat pengaruh signifikan pemberian Latihan otot dasar panggul terhadap fungsi seksual ibu postpartum di wilayah kerja puskesmas cirimekar. Latihan ini dapat digunakan sebagai alternatif bagi ibu postpartum untuk meningkatkan hasrat seksualitas dan orgasme pada wanita dengan masalah orgasme lemah yang disebabkan oleh tonus otot panggul yang lemah.

Kata Kunci: Fungsi Seksual, Ibu Postpartum Spontan, Kegel Exercise, Latihan Otot Dasar Panggul.

THE EFFECT OF PELVIC FLOOR MUSCLES EXERCISE ON SEXUAL FUNCTION IN SPONTANEOUS POSTPARTUM WOMEN IN THE WORKING AREA OF CIRIMEKAR HEALTH CENTER

Apriliyanti Nur Hajriah Kardiman

Abstract

Sexual problems were reported by 94% of women in the first six months after giving birth. Vaginal delivery has been shown to be a risk factor for weakened pelvic floor muscle strength. Pelvic floor muscle training interventions on sexual function in spontaneous postpartum mothers can increase sexual desire for partners. The aim of this study was to determine the effect of pelvic floor muscle training on sexual function in spontaneous postpartum mothers in the working area of the Cirimekar Health Center. This study uses a Quasi-Experimental research design with a One-Group Pretest-Posttest Design. The number of samples was 45 postpartum mothers according to the inclusion and exclusion criteria. The sampling technique used purposive sampling. The research instrument used the Female Sexual Function Index (FSFI) questionnaire and an observation sheet. Data analysis using the Wilcoxon Test. The results showed that there was a difference in the average score of sexual function pretest 1.56 and posttest 1.11. Based on statistical tests, it was obtained that the value of $p = 0.000$ (p value) so that there was a significant effect of giving pelvic floor muscle exercises on the sexual function of postpartum mothers in the working area of the Cirimekar Health Center. This exercise can be used as an alternative for postpartum mothers to increase sexual desire and orgasm in women with weak orgasm problems caused by weak pelvic muscle tone.

Keywords: *Sexual Function, Spontaneous Postpartum Mothers, Kegel Exercise, Pelvic Floor Muscle Training.*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT Yang Maha Esa atas segala karunia, rahmat dan hidayah-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Latihan Otot Dasar Panggul Terhadap Fungsi Seksual Ibu Postpartum Spontan Di Wilayah Kerja Puskesmas Cirimekar”. terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak yang tidak bisa saya tuliskan satu persatu. Pada kesempatan kali ini, dengan penuh rasa hormat izinkan saya berterimakasih kepada Dr. Anter Venus, MA.Comm., selaku rektor Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, Desmawati, SKP, MKep, Sp.Mat, PhD selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta, lalu Ns. Cut Sarida Pompey, MNS selaku Ketua Jurusan Keperawatan dan Ns. Gamy Tri Utami, M.Kep selaku kepala Program Studi Keperawatan Program Sarjana serta Ns. Lina Ayu Marcelina, M.Kep. Sp.Kep.Mat selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, masukan serta membimbing sehingga karya tulis ilmiah dapat terselesaikan, serta staf dosen dan administrasi Fakultas Ilmu Kesehatan yang telah memberikan dukungan juga kemudahan dalam proses penyusunan karya ilmiah ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Mamah dan Bapak, serta kepada adik adik yang telah memberikan do’a dan dukungannya. Tak lupa saya ucapkan terima kasih kepada teman-teman S1 Keperawatan angkatan 2019 yang selalu menyemangati dalam suka maupun duka. Saya menyadari bahwa masih banyak kekurangan pada skripsi ini baik dari bentuk, isi, dan susunan. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun sangat saya harapkan. Besar harapan saya semoga skripsi ini dapat saya lanjutkan untuk penelitian agar bermanfaat bagi pembaca untuk menambah wawasan dan ilmu pengetahuan.

Jakarta, 27 Juni 2023

Penulis

Apriliyanti Nur Hajriah Kardiman

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINILITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Rumusan Masalah	5
I.3 Tujuan Penelitian	6
I.3.1 Tujuan Umum	6
I.3.2 Tujuan Khusus	6
I.4 Manfaat Penelitian	6
I.4.1 Manfaat Teoritis	6
I.4.2 Manfaat Praktis	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
II.1 Konsep Terkait Postpartum.....	8
II.1.1 Pengertian ibu Postpartum	8
II.1.2 Jenis jenis Gangguan Psikologis ibu Postpartum	9
II.1.3 Kebutuhan Dasar Ibu Postpartum.....	10
II.1.4 Perubahan Fisiologis ibu Postpartum	11
II.1.5 Perubahan Psikologis ibu Postpartum.....	12
II. 2 Konsep Terkait Seksualitas	12
II.2.1 Pengertian Seksualitas ibu Postpartum.....	12
II.2.2 Faktor yang mempengaruhi Seksualitas ibu Postpartum.....	13
II.2.3 Dampak Perubahan Seksualitas Postpartum	13

II.2.4	Penanganan yang tepat pada Seksualitas ibu Postpartum.....	13
II.2.5	Kuesioner Female Sexual Function Index (FSFI)	14
II.3	Konsep Terkait Latihan Otot Dasar Panggul	14
II.3.1	Pengertian Latihan Otot Dasar Panggul.....	14
II.3.2	Manfaat Latihan Otot Dasar Panggul	16
II.3.3	Kontraindikasi Latihan Otot Dasar Panggul	17
II.3.4	Prosedur Latihan Otot Dasar Panggul	17
II.4	Pengaruh Latihan Otot Dasar Panggul terhadap Fungsi Seksual ibu Postpartum Spontan.....	19
II.5	Kerangka Teori	21
II.6	Penelitian Terdahulu	22
BAB III	METODOLOGI PENELITIAN.....	29
III. 1	Kerangka Konsep	29
III.2	Hipotesis Penelitian	29
III.3	Definisi Operasional	30
III.4	Desain Penelitian	33
III.5	Populasi dan Sampel Penelitian	34
III.5.1	Populasi.....	34
III.5.2	Sampel	34
III.5.3	Kriteria Inklusi	34
III.5.4	Kriteria Eksklusi	35
III.6	Lokasi dan Waktu Penelitian	36
III.7	Metode Pengumpulan Data.....	36
III.7.1	Tahap Persiapan	36
III.7.2	Tahap Pengumpulan Data.....	36
III.7.3	Pengolahan Data	39
III.8	Instrumen Penelitian	39
III.9	Uji Reabilitas dan Validitas	41
III.9.1	Uji Validitas	41
III.9.2	Uji Reabilitas	43
III.10	Analisis Data	43
III.10.1	Analisis Univariat.....	44
III.10.2	Analisis Bivariat.....	45

III.11 Etika Penelitian.....	45
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	48
IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	48
IV.2 Proses penelitian.....	48
IV.3 Hasil Penelitian	49
IV.3.1 Analisis Univariat	50
IV.3.2 Analisis Bivariat	52
IV.4 Pembahasan.....	53
IV.4.1 Pembahasan Analisis Univariat	53
IV.4.2 Pembahasan Analisis Bivariat	54
IV.4.3 Pembahasan Domain Female Sexual Function Index (FSFI).....	57
IV.5 Keterbatasan penelitian.....	63
BAB V PENUTUP	65
V.1 Kesimpulan	65
V.2 Saran	66
DAFTAR PUSTAKA	68
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Penelitian Terdahulu	28
Tabel 2	Definisi Operasional.....	33
Tabel 3	Desain One Group Pretest-Posttest	33
Tabel 4	Kisi Kisi Kuesioner FSFI	41
Tabel 5	Hasil Uji Validitas.....	42
Tabel 6	Analisis Univariat	44
Tabel 7	Analisis Bivariat.....	45
Tabel 8	Gambaran karakteristik Responden menurut usia ibu, status paritas, dan jenis persalinan (n=45).....	50
Tabel 9	Gambaran Fungsi Seksual Pada Responden Penelitian Sebelum dan Sesudah Intervensi Latihan Otot Dasar Panggul (n=45) ...	51
Tabel 10	Hasil Analisis Uji Bivariat Fungsi Seksual Responden Pada Saat Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Intervensi Latihan Otot Dasar Panggul.	53

DAFTAR GAMBAR

Skema 1.1	Kerangka Teori	21
Skema 1.2	Kerangka Konsep	29
Skema 1.3	Tahap Pengumpulan Data.....	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Kartu Monitoring Bimbingan Skripsi	81
Lampiran 2	Surat Studi Pendahuluan.....	85
Lampiran 3	Surat Ethical Clearance	88
Lampiran 4	Email Persetujuan Penggunaan Kuesioner	89
Lampiran 5	Instrumen Penelitian (Informed Consent)	90
Lampiran 6	SOP Latihan Otot Dasar Panggul	92
Lampiran 7	Leaflet Latihan Otot Dasar Panggul.....	97
Lampiran 8	Kuesioner Penelitian	98
Lampiran 9	Kuesioner Female Sexual Fuction Index.....	99
Lampiran 10	Lembar Observasi Pelaksanaan Latihan Otot Dasar Panggul ..	103
Lampiran 11	Lembar Observasi Uji Validitas.....	110
Lampiran 12	Lembar Observasi Kuesioner Pre Test.....	111
Lampiran 13	Lembar Observasi Kuesioner Post Test	112
Lampiran 14	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme	113
Lampiran 15	Hasil Uji Turnitin	114