

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Perkembangan zaman belakangan ini terus terjadi diberbagai belahan dunia. Tidak dipungkiri pula bahwa perkembangan zaman tersebut turut mempengaruhi perkembangan berbagai bidang yang ada di dunia. Di zaman ini pula, kemajuan berbagai bidang dapat menciptakan berbagai bentuk kemudahan (*instant*). Kemajuan berbagai bidang misalnya bidang teknologi seperti televisi, komputer, dan internet dapat menyebabkan seseorang menjadi malas melakukan pergerakan (Setyoadi, Rini, & Novitasari, 2015). Kemudahan (*instant*) ini juga dapat menyebabkan penurunan aktivitas fisik dan pergerakan (*mobility*) yang mengarah pada peningkatan *sedentary lifestyle* (Setyoadi *et al.*, 2015).

Sedentary lifestyle adalah gaya hidup kurang gerak (Kurdaningsih, Sudargo, & Lusmilasari, 2016). Seseorang yang memiliki gaya hidup ini memiliki kebiasaan tidak banyak melakukan gerakan (*mobility*) atau tidak banyak melakukan aktivitas fisik. Adapun contoh aktivitas *sedentary* antara lain duduk, berbaring, menonton televisi, bermain video *game*, aktivitas *screen time*, membaca, dan mengemudi mobil. Anderson *et al* tahun 2016 menyatakan bahwa ada tiga kategori yang menggambarkan *sedentary lifestyle* berdasarkan jumlah waktu yang dihabiskan seseorang selama kurun waktu seminggu antara lain kelompok tinggi *sedentary lifestyle*, kelompok sedang *sedentary lifestyle*, dan kelompok rendah *sedentary lifestyle*. Kelompok tinggi adalah orang-orang yang sering menghabiskan waktu dengan melakukan aktivitas *sedentary* selama lebih dari 35 jam per minggu. Sedangkan yang termasuk kelompok sedang adalah orang-orang yang sering menghabiskan waktu dengan melakukan aktivitas *sedentary* selama 20 sampai 34 jam per minggu. Kemudian orang-orang yang sering menghabiskan waktu dengan melakukan aktivitas *sedentary* selama kurang dari 19 jam per minggu masuk kedalam kategori kelompok rendah *sedentary lifestyle*.

Perkembangan zaman yang tengah terjadi saat ini, masih ada terdapat mitos yang berkembang dimasyarakat yang mengatakan bahwa ibu hamil tidak boleh

banyak melakukan pergerakan atau aktivitas berat (Labensy, Sjafaraenan, & Kasim, 2017). Hal ini mungkin berkaitan dengan pergerakan atau aktivitas berat akan mengganggu kehamilan ibu. Ketidaknyaman yang sering dirasakan ibu hamil juga sering dijadikan alasan untuk meninggalkan aktivitasnya. Menurut Labensy dkk (2017) ketika ibu mendekati masa akhir kehamilan, banyak ibu hamil lebih mudah merasa lelah serta faktor beban dari berat janin juga semakin terasa. Kemajuan diberbagai bidang saat ini seperti peralatan rumah tangga, alat transportasi dan alat *modern* lainnya mempengaruhi kehidupan seseorang menjadi lebih mudah sehingga tidak terlalu mengandalkan fisiknya lagi (Soviyati, 2016). Padahal pergerakan atau aktivitas fisik dalam rentang rendah sampai sedang sangat diperlukan ibu hamil dalam menghadapi proses persalinannya (Difarissa, Tarigan, & Hadi, 2016).

Setiap wanita mengalami proses fisiologis yang disebut persalinan. Persalinan merupakan proses terjadinya peregangan atau pelebaran mulut rahim atau serviks akibat adanya kontraksi otot-otot rahim untuk mengeluarkan janin atau bayi dari rahim ibu (Pasongli, Rantung, & Pesak, 2014). Persalinan normal (spontan) adalah proses lahirnya bayi pada letak belakang kepala dengan tenaga ibu sendiri, tanpa bantuan alat-alat serta tidak melukai ibu dan bayi pada umumnya dan berlangsung kurang dari 24 jam (Asrinah, Putri, Sulistyorini, Muflihah, & Sari, 2010).

Persalinan normal dipengaruhi oleh empat faktor yang saling berhubungan satu sama lain yaitu 5P, *power*, *passage way*, *passanger*, *position*, dan *psychologic* (Soviyati, 2016). Faktor *power* mencakup kekuatan kontraksi otot rahim dan kemampuan tenaga ibu saat persalinan (Surtiningsih, 2017). Faktor *passage way* mencakup jalan lahir yang dipengaruhi oleh kekuatan otot perut, elastisitas otot panggul serta bentuk tulang panggul (Surtiningsih, 2017). Faktor *passenger* dan *position* mencakup faktor janin, plasenta dan selaput ketuban serta posisi letak janin dan ibu (Surtiningsih, 2017). Sedangkan faktor *psychologic* adalah kemampuan manajemen diri ibu dalam menghadapi proses persalinan (Surtiningsih, 2017). Selain itu, faktor penolong juga penting dalam proses persalinan (Surtiningsih, 2017). Keseimbangan faktor-faktor tersebut dapat menentukan kelancaran proses persalinan (Difarissa *et al.*, 2016).

Selain itu, durasi persalinan juga turut menentukan lancarnya suatu proses persalinan serta membantu meminimalisir kemungkinan terjadinya komplikasi saat persalinan (Lailia & Nisa, 2015). Proses persalinan terdiri dari beberapa fase yaitu kala I, II, III dan kala IV dan tiap fase memiliki durasi waktu dan kesulitan yang berbeda-beda. Menurut Soviyati (2016) kala II merupakan fase tersulit dalam proses persalinan. Pada fase kala II sering dijumpai berbagai permasalahan yang mendorong tingginya Angka Kematian Ibu (AKI), yang diantaranya disebabkan oleh memanjangnya durasi persalinan kala II (Wahyuni, 2017).

Memanjangnya durasi persalinan terutama pada kala II dapat meningkatkan resiko morbiditas pada ibu dan bayi (Surtiningsih, 2017). Durasi persalinan yang lama pada ibu dapat menyebabkan infeksi, kehabisan tenaga, dehidrasi, dan pendarahan *post partum* (Ardhiyanti & Susanti, 2016). Selain itu, pada bayi dapat menyebabkan infeksi, cedera dan asfiksia (Ardhiyanti & Susanti, 2016). Adapun durasi persalinan kala II dikatakan normal jika berlangsung kurang dari 50 menit pada primipara dan kurang dari 20 menit pada multipara (Lowdermilk, Perry, & Cashion, 2013).

World Health Organization (WHO) tahun 2018 mencatat Angka Kematian Ibu (AKI) dinegara berkembang termasuk Indonesia pada tahun 2015 sebanyak 239 per 100.000 kelahiran. Selain itu, WHO tahun 2014 juga mencatat bahwa dari lima juta wanita Indonesia yang melahirkan setiap tahunnya terdapat 15.000 wanita yang meninggal saat hamil ataupun melahirkan di Indonesia. Kematian ibu dapat disebabkan oleh adanya komplikasi yang terjadi selama kehamilan dan selama proses persalinan (WHO, 2018).

Berdasarkan Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2018, Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia pada tahun 2015 sebesar 305 per 100.000 kelahiran hidup. Angka ini mengalami penurunan dari 359 per 100.000 pada tahun 2012 menjadi 305 per 100.000 pada tahun 2015 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Meskipun begitu, angka tersebut tidak dapat menembus target global *Millenium Development Goals* (MDGs) yaitu menurunkan angka kematian ibu menjadi 102 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2015 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2014).

Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2014 menyatakan

bahwa persalinan yang lama merupakan salah satu dari enam penyebab utama kematian ibu yaitu 1,8% di Indonesia (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2014). Menurut Difarissa dkk (2016) 80% penyebab kematian ibu disebabkan oleh lima penyebab utama, diantaranya durasi persalinan yang lama. Wahyuni (2017) juga menyatakan bahwa permasalahan yang mendorong masih tingginya AKI di Indonesia, diantaranya adalah durasi persalinan yang lama. Oleh sebab itu, pada tahun 2016 sampai dengan 2030, dunia telah membuat komitmen baru yang dikenal dengan deklarasi *Sustainable Development Goals* (SDGs) yang diharapkan dapat menurunkan Angka Kematian Ibu (AKI) kurang dari 70 per 100.000 kelahiran hidup (WHO, 2018).

Selama masa kehamilan ibu harus mampu beradaptasi dengan perubahan-perubahan yang terjadi pada fisik dan mentalnya. Bila adaptasi ibu tidak kuat, ibu mungkin tidak mampu lagi menjalankan aktivitas sehari-harinya, seperti memasak, mencuci, dan lain sebagainya (Mandriwati, 2007). Hal ini mungkin juga dipengaruhi oleh rasa malas yang muncul pada ibu hamil. Padahal wanita hamil yang tidak banyak melakukan pergerakan harus lebih sering melakukan pergerakan (*mobility*) dalam intensitas rendah sampai sedang dan tidak duduk atau berdiri dalam waktu yang lama (Difarissa *et al.*, 2016). Selain itu, menurut Difarissa dkk (2016) aktivitas dan pergerakan yang dilakukan ibu hamil dipercaya dapat membantu ibu dalam menghadapi proses persalinan.

Penelitian Labensy dkk (2017) menyimpulkan bahwa terdapat hubungan aktivitas dengan kelancaran persalinan pada ibu primipara di Puskesmas Pallangga Kabupaten Gowa. Dari hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa aktivitas yang dilakukan ibu hamil dapat memperlancar proses persalinan, karena semakin banyak beraktivitas semakin mudah proses persalinan tetapi dalam beraktivitas sewajarnya. Menurut Surtiningsih dkk (2016) ibu hamil perlu melakukan pergerakan (*mobility*) untuk menjaga ligament tetap longgar dan rileks sehingga bayi dapat turun dari panggul ibu serta durasi persalinan kala II tidak memanjang. Hal serupa juga ditunjukkan dari penelitian yang dilakukan oleh Taris (2013) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan aktivitas dengan kelancaran persalinan (Labensy *et al.*, 2017). Ibu hamil yang rajin melakukan pergerakan atau rutin dalam beraktivitas mengalami persalinan yang lancar.

Sedangkan ibu hamil yang jarang melakukan pergerakan (*mobility*) atau aktivitasnya kurang, maka proses persalinannya susah atau lama.

Ibu hamil perlu melakukan pergerakan atau beraktivitas rutin. Adapun kegiatan yang memakai fisik yang dapat dilakukan ibu selama masa kehamilan antara lain latihan fisik atau olahraga ringan, melakukan pekerjaan rumah tangga ataupun rutinitas sehari-hari. Hal tersebut disarankan karena dapat melatih otot-otot tertentu seperti otot perut, otot panggul, serta otot paha (Difarissa *et al.*, 2016). Sesuai penelitian yang dilakukan oleh Wijayanti (2015) menunjukkan bahwa ibu yang tidak mengikuti latihan fisik yaitu senam hamil berisiko 7.9 kali mengalami kejadian persalinan yang lama dibandingkan dengan ibu yang mengikuti senam hamil. Hal serupa juga ditunjukkan dalam penelitian Surtiningsih dkk (2016) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh *Pelvic Rocking Exercise* terhadap durasi persalinan kala II pada ibu primipara. Dalam penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa ibu yang tidak melakukan *Pelvic Rocking Exercise* memiliki durasi persalinan yang lebih lama dibandingkan ibu yang melakukan *Pelvic Rocking Exercise* (Surtiningsih, Susiloretni, & Wahyuni, 2016).

Dr. Kathleen Vaughan yang dikutip oleh Brayshaw menyatakan bahwa ibu hamil di Kepulauan Hebride yang tidak aktif bergerak atau jarang melakukan aktivitas serta menghabiskan waktu dengan melakukan kegiatan yang monoton (*sedentary lifestyle*) seperti menonton televisi mengalami kesulitan saat persalinan dibandingkan wanita yang rutin melakukan pergerakan atau beraktivitas seperti berladang (Soviyati, 2016). Ibu hamil yang rutin beraktivitas dan aktif melakukan pergerakan (*mobility*) akan meningkatkan kekuatan dan stamina ibu untuk menghadapi proses persalinannya (Littleton-Gibbs & Engebretson, 2013). Selain itu, aktivitas atau pergerakan yang dilakukan ibu hamil dianggap memiliki pengaruh penting pada saat sebelum, selama dan setelah persalinan ibu (Soviyati, 2016).

Berdasarkan Data Kementerian Kesehatan Indonesia tahun 2013 menunjukkan bahwa Jawa Barat memiliki proporsi perilaku *sedentary* berdasarkan karakteristik penduduk umur ≥ 10 tahun yaitu 25,4% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2013). Berdasarkan jenis kelamin, proporsi perilaku *sedentary* lebih banyak terjadi pada perempuan yaitu 26,1%

(Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2013). Berdasarkan tempat tinggal, proporsi perilaku *sedentary* lebih banyak terjadi pada wilayah perkotaan yaitu 26,1% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2013). Menurut Data Kementerian Kesehatan Indonesia tahun 2018 menunjukkan bahwa proporsi perilaku *sedentary* di Jawa Barat mengalami kenaikan menjadi sekitar 35% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Berdasarkan Data Kementerian Kesehatan RI tahun 2017 menunjukkan jumlah ibu bersalin yang ditolong oleh tenaga kesehatan sebanyak 4.249.137 (83,67%) di Indonesia (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Jumlah ibu bersalin yang ditolong oleh tenaga kesehatan sebanyak 851.343 (91,81%) di Jawa Barat (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Sedangkan di Kota Depok sendiri yang merupakan salah satu kota madya yang berada di Provinsi Jawa Barat memiliki jumlah pertolongan persalinan oleh tenaga kesehatan sebanyak 42.709 (95,52%) (Dinas Kesehatan Kota Depok, 2018). Selain itu, menurut Dinas Kesehatan Kota Depok (2018) Kecamatan Beji yang merupakan salah satu kecamatan yang ada di Kota Depok memiliki jumlah ibu bersalin yang cukup tinggi yaitu sebesar 95%. Sebagai pusat kesehatan masyarakat di Kecamatan Beji yaitu Puskesmas Beji, peneliti telah melakukan studi pendahuluan di Puskesmas tersebut.

I.2 Rumusan Masalah

I.2.1 Identifikasi Masalah

Seiring perkembangan zaman, berbagai bidang di dunia mengalami kemajuan yang mengarah kepada hidup yang lebih mudah atau *instant*. Kemudahan yang didapat dapat mengubah gaya hidup seseorang menjadi *sedentary lifestyle*. *Sedentary lifestyle* adalah gaya hidup kurang gerak. Seseorang yang memiliki gaya hidup ini terbiasa tidak banyak melakukan gerakan (*mobility*) atau tidak banyak melakukan aktivitas fisik. Ditambah lagi kemajuan seperti pada bidang teknologi, transportasi, peralatan rumah tangga membuat seseorang menjadi malas bergerak.

Kehamilan sering dijadikan suatu alasan bagi ibu hamil untuk meninggalkan aktivitas sehari-harinya. Belum lagi mitos yang masih berkembang dimasyarakat

yang mengatakan bahwa aktivitas atau pergerakan (*mobility*) yang dilakukan ibu hamil akan mengganggu kehamilannya. Padahal aktivitas atau pergerakan (*mobility*) yang dilakukan dalam intensitas rendah sampai sedang akan membantu proses persalinan ibu.

Angka Kematian Ibu (AKI) salah satunya disebabkan oleh memanjangnya durasi persalinan terutama pada kala II (Wahyuni, 2017). Durasi persalinan yang lama merupakan salah satu dari enam penyebab utama tingginya Angka Kematian Ibu (AKI) yaitu 1,8% di Indonesia (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2014). Persalinan yang lama pun sering dikaitkan dengan aktivitas atau pergerakan yang kurang. Salah satunya Labensy dkk (2017) menyatakan bahwa ibu hamil yang jarang melakukan pergerakan (*mobility*) atau aktivitasnya kurang, proses persalinannya akan susah atau lama.

Sedentary lifestyle banyak terjadi di daerah perkotaan dan lebih sering terjadi pada perempuan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2013). Kota Depok merupakan salah satu kota madya yang berada di Propinsi Jawa Barat. Kecamatan Beji adalah salah satu kecamatan yang ada di Kota Depok memiliki jumlah ibu bersalin yang cukup tinggi yaitu sebesar 95% (Dinas Kesehatan Kota Depok, 2018). Puskesmas beji sebagai pusat kesehatan masyarakat di Kecamatan Beji, peneliti telah melakukan studi pendahuluan di Puskesmas tersebut. Melalui wawancara dengan Bidan di Ruangan Poned didapatkan bahwa terdapat lebih kurang 20 ibu bersalin yang ditolong oleh tenaga kesehatan setiap bulannya di Puskesmas Beji. Kemudian gambaran *sedentary lifestyle* pada ibu antepartum di Puskesmas Beji didapatkan bahwa sebagian besar ibu antepartum menghabiskan waktu 20 sampai 34 jam per minggu dalam melakukan aktivitas *sedentary* yaitu tujuh responden (70%) dan tiga responden (30%) lainnya menghabiskan waktu kurang dari 20 jam per minggu dalam melakukan aktivitas *sedentary*. Dengan begitu dapat disimpulkan bahwa sebagian besar ibu antepartum di Puskesmas Beji masuk dalam kategori kelompok sedang *sedentary lifestyle*. Oleh karena itu, peneliti tertarik meneliti hubungan *sedentary lifestyle* dengan durasi kala II intrapartum di Puskesmas Beji.

I.2.2 Pertanyaan Penelitian

- a. Bagaimana gambaran karakteristik usia dan pendidikan ibu intrapartum

di Puskesmas Beji?

- b. Bagaimana gambaran obstetri paritas dan ketuban pecah dini ibu intrapartum di Puskesmas Beji?
- c. Bagaimana gambaran *sedentary lifestyle* pada ibu saat masa antepartum di Puskesmas Beji?
- d. Bagaimana gambaran durasi kala II intrapartum di Puskesmas Beji?
- e. Bagaimana hubungan *sedentary lifestyle* dengan durasi kala II intrapartum di Puskesmas Beji?

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *sedentary lifestyle* dengan durasi kala II intrapartum di Puskesmas Beji.

I.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini adalah:

- a. Mendapatkan gambaran karakteristik usia dan pendidikan ibu intrapartum di Puskesmas Beji.
- b. Mendapatkan gambaran obstetri paritas dan ketuban pecah dini ibu intrapartum di Puskesmas Beji.
- c. Mendapatkan gambaran *sedentary lifestyle* pada ibu saat masa antepartum di Puskesmas Beji.
- d. Mendapatkan gambaran durasi kala II intrapartum di Puskesmas Beji.
- e. Menganalisis hubungan *sedentary lifestyle* dengan durasi kala II intrapartum di Puskesmas Beji.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi ibu intrapartum

Penelitian ini dapat memberikan informasi dan menambah pengetahuan ibu intrapartum mengenai pentingnya mengatur gaya hidup dan melakukan aktivitas atau pergerakan (*mobility*) selama kehamilan sehingga proses persalinan lancar serta tidak terjadi durasi persalinan yang lama.

I.4.2 Bagi masyarakat

Penelitian ini dapat memberikan informasi dan menambah pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya mengatur gaya hidup dan melakukan aktivitas atau pergerakan (*mobility*) selama kehamilan pada ibu hamil sehingga proses persalinan berjalan lancar serta tidak terjadi durasi persalinan yang lama.

I.4.3 Bagi perawat

Penelitian ini dapat memberikan informasi dan menambah pengetahuan perawat serta menjadi acuan dalam memberikan asuhan keperawatan pada ibu intrapartum, dan dapat dijadikan pedoman untuk memberikan penyuluhan tentang pentingnya mengatur gaya hidup agar tidak terjadi durasi persalinan yang lama pada ibu intrapartum.

I.4.4 Bagi peneliti lain

Penelitian ini dapat bermanfaat sebagai bahan refensi untuk peneliti lain atau sebagai perbandingan untuk melakukan penelitian serupa khususnya dalam bidang keperawatan maternitas.

