

BAB 4

Hasil dan Pembahasan

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

PMB Muthiah Yulhartati Merupakan salah satu PMB di Kecamatan Babulu dari 2 PMB (dua) yang ada di kecamatan Babulu, yang terletak di di Km 44 desa labangka kecamatan babulu, persis di sebelah SMP N 11 PPU. Fasilitas yang dimiliki di PMB tersebut adalah, 1 Ruang tunggu, 1 ruang penyimpanan Obat, 1 ruang ANC, 1 Ruang INC, dan 2 ruang rawat Inap. PMB Muthiah yulhartati juga salah satu PMB Yang Melayani Imunisasi, Pelayanan KB, ANC dan Persalinan 24 jam

B. Karakteristik Subjek

1. Informan Utama dalam penelitian ini adalah ibu nifas sejumlah 5 orang dengan rincian sebagai berikut :

Tabel 4.1 karakteristik Informan Utama

No	Kode	Usia	Pendidikan	Pekerjaan	Pritas
1	IU 1	21	SMA	IRT	1
2	IU 2	20	SMA	IRT	1
3	IU 3	37	SD	IRT	4
4	IU 4	28	SMA	IRT	3
5	IU 5	25	PT	Honor	1

Dapat dilihat dari Tabel 4.1 bahwa dari 5 informan utama rata rata usia para informan berkisar usia 20-37 tahun, pendidikan terakhir informan 1 SD, 3 SMA, dan 1 perguruan tinggi. Pekerjaan dari para informan adalah 4 sebagai ibu rumah tangga dan 1 bekerja sebagai guru honor. Paritas/ jumlah kelahiran terdiri dari 3 primigravida/

Persalinan pertama dan 2 multigravida/jumlah persalinan lebih dari 1 kali.

Sedangkan informan untuk triangulasi sumber pada tabel 4.2 Merupakan bidan penolong persalinan, dibawah ini adalah karteristik dari informan triangulasi :

Tabel 4.2 Karateristik Informan Triagulasi

No	Kode	Usia	Jenis Kelamin	Pekerjaan	Hubungan dengan infoman
1	IT	47	Perempuan	PNS	Bidan penolong Persalinan

Dari tabel diatas dpat dilihat bahwa informan tiagulasi terdiri 1 sebagai bidan penolong Persalinan, selain dengan bidan penolong peneliti juga melakukan wawancara dengan keluarga akan tetapi hasil yang di dapatkan tidak bisa digunakan untuk triangulasi sumber, sehingga dilakukan triangulasi tehnik dengan menggunakan Lembar observasi.

C. Hasil dan Pembahsan Panelitan

Setelah melakukan penelitian Di PMB Muthiah Yulihartati dengan metode Observasi, dokumentai, dan Wawancara dapat di paparkan temuan penelitian sebagai berikut

1. Persepsi tentang masa nifas dan kebutuhan masa nifas

Berdasarkan wawancara dengan semua informan Utama dan informan triangulasi, masa nifas yang terjadi setelah melahirkan selama 40 hari atau 6 minggu dengan kebutuhan yang di butuhkan pada ibu nifas seperti istirahat, mengaja kebersihan, bab, bak dan lain-lain sesuai dengan kutipan di bawah ini.

“Setelah persalinan yang keluar darahnya 40 hari normalnya, kalau kebutuhannya banyak-banyak istirahat terus itu jaga kebersihan diri...” (IU 1)

“.....Masa nifas itu dia terjadi setelah melahirkan terjadinya 40 hari. Kebutuhannya harus istirahat, jaga kebersihan, sama kaya jalan-jalan keliling rumah....”(IU 2),

Kemudian peneliti juga melanjutkan wawancara dengan Bidan penolong sebagai Informan Triagulasi, berikut kutipanya

“masa setelah persalinan, setelah 2 jam post partum samapai 40 hari/ 6 minggu, kebutuhannya yah istirahat, banyak makan-makanan yang bergizi, BAB dan BAK, dan mobilisasi dini seperti jalan ke kamar mandi....”.(IT)

Setelah melakukan triagulasi sumber dapat disimpulkan bahwa persepsi ibu mengenai masa nifas itu terjadi setelah melahirkan dan terjadinya selama 40 hari, dengan kebutuhan seperti istirahat, jaga kebersihan terutama daerah kewanitaan, serta jalan-jalan keliling rumah.

Hal ini sesuai dengan prakirtia (2015) Masa nifas (puerperium) dimulai setelah plasenta lahir dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil. Masa nifas berlangsung selama kira-kira 6 minggu atau 42 hari, namun secara keseluruhan angka pulih dalam waktu 3 bulan.

Serta persepsi ibu tentang kebutuhan masa nifas sesuai dengan penelitian Dona (2017) Kebutuahn pada ibu post patum seperti menjaga kebersihan diri, ambulasi, Kebutuahn dasar masa nifas meliputi, nutrisi dan cairan, kebersihan diri, ambulasi, eliminasi, istirahat, seksual dan senam nifas.

Dari sumber beberapa penelitian mengenai apa itu masa nifas serta kebutuhan masa nifas terjadi pada ibu yang baru melahirkan sampai dengan 40 hari, dengan kebutuahan sesuai dengan apa yang mereka butuhkan, seperti jalan-jalan keliling rumah, menjaga kebersihan, istirahat, serta pemenuhan nutrisi bagi ibu untuk persiapan menyusui bagi bayinya.

Selain melakukan triangulasi sumber peneliti juga melihat reaksi informan yang merupakan bagian dari triangulasi tehnik, dilihat dari observasi yang dilakukan peneliti bahwa semua informan sudah bisa di ajak untuk melakukan komunikasi, dengan kondisi ibu sedang bersantai serta ibu menjawab pertanyaan dengan baik terkait persepsi mereka terkait masa nifas serta kebutuhan masa nifas, dan para IU dapat menjelaskan secara teratur.

2. Persepsi tentang senam nifas dan tujuan dari senam nifas

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti dengan informan utama dan informan Triagulasi, bahwa senam merupakan gerakan-gerakan tubuh yang dilakukan pada saat ibu nifas, yang tujuannya untuk memperlancar pengeluaran darah selama pasca melahirkan dan mengurangi rasa sakit seperti yang terungkap dari kutipan wawancaradi bawah ini:.

“Senam nifas seperti gerakan-gerakan pada masa nifas, tujuannya mengurangi rasa sakit, melancarkan pengeluaran darah “. (IU 1)

“ senam untuk seseorang ibu yang habis melahirkan, untuk melancarkan persedaran darah pada saat habis melahirkan ” (IU 5)

Kemudian peneliti juga melanjutkan wawancara dengan Bidan penolong sebagai Infroman Triagulasi, berikut kutipanya

“senam yang dilakukan ibu pada masa nifas seperti gerakan-gerakan tubuh yang dilakukan agar otot-otot perut, panggul bias kembali normal....”.(IT)

Setelah melakukan triangulasi sumber dapat di simpulkan bahwa persepsi mereka mengenai Senam nifas merupakan gerakan-gerakan yang dilakukan pada masa nifas, tujuannya mengurangi rasa sakit pada saat setelah melahirkan serta dapat membantu melancarkan pengeluaran darah setelah melahirkan.

Dalam hal ini sesuai Tonasih (2020) menyatakan senam nifas terdiri dari sederet gerakan tubuh yang dilakukn untuk mempercepat pemulihan keadaan ibu, dan dapat membantu rahim untuk kembali kebentuk semula, memperlancar pengeluaran lochea, meminimalisir terjadinya kelaianan masa nifas, serta membantu mempercepat pemulihan ibu dan mengurangi rasa sakit pada otot setelah melahirkan .

Dalam penelitian Lina (2017) Senam nifas merupakan bentuk ambulasi dini pada ibu, ibu nifas yang salah satu tujuannya untuk memperlancar proses involusi, sedangkan ketidاكلancaran proses kembalinya rahim ke posisi semula dapat berakibat buruk pada ibu nifas seperti terjadi pendarahan yang bersifat lanjut dan kelancaran proses involusi. Otot perut memainkan peran yang penting dalam menopang tulang belakang dan mencegah sakit punggung. Masalah sakit punggung, Meningkatkan sirkulasi, Mempercepat pemulihan masalah musculosketal postnatal.

Beberapa penelitian juga menyebutkan senam nifas merupakan gerakan yang dilakukan pada saat masa nifas sebagai bentuk mobilisasi dini yang dilakukan ibu nifas, serta tujuannya sebagai pengurangan rasa sakit pada ibu yang setelah melahirkan serta membantu melancarkan pengeluaran darah pada

masa nifas ibu, mengurangi masalah seperti sakit punggung, serta membantu proses involusi uteri agar tidak terjadi perdarahan pada ibu.

Selain melakukan triangulasi sumber peneliti juga melihat reaksi informan yang merupakan bagian dari triangulasi teknik, dilihat dari observasi yang dilakukan peneliti bahwa

3. Persepsi tentang manfaat serta kerugian apabila tidak melakukan senam nifas

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti dengan informan utama dan informan Triangulasi, bahwa manfaat dapat membuat lebih rileks, mencegah varises dan juga mencegah perdarahan hal ini sesuai dengan kutipan para IU.

“mengembalikan rahim perut otot-ototnya, Bisa terjadi perdarahan karena tadi itu rahimnya enggak kontraksi, sama varises” (IU 2)

“rileks badan jadi enak lah nggak terlalu kaku badan buat bergerak, Nggak tahu saya rasa nggak ada kerugian sih buat saya” (IU 5)

Kemudian peneliti juga melanjutkan wawancara dengan Bidan penolong sebagai Informan Triangulasi, berikut kutipannya

“ manfaat dari senam nifas itu sendiri mencegah varises, dan untuk kerugiannya yah bisa membuat rahim tidak berkontraksi”.

Setelah melakukan triangulasi sumber Dapat peneliti simpulkan, bahwa persepsi ibu mengenai manfaat dari senam nifas ini dapat membuat lebih rileks sehingga membantu mengurangi kecemasan pada ibu post partum serta mencegah terjadinya varises pada bagian tubuh ibu.

Hal ini juga sesuai dengan penelitian Eny (2019) latihan ini juga dapat membantu untuk mengurangi kecemasan dan depresi secara signifikan, serta membantu menghilangkan kelelahan. Dalam penelitian Lina (2017) senam nifas bisa membantu penyembuhan rahim, perut, dan otot pinggul yang mengalami trauma serta mempercepat kembalinya bagian-bagian tersebut ke bentuk normal, membantu menormalkan sendi-sendi yang menjadi longgar

akibat kehamilan dan persalinan, serta mencegah perlemahan dan peregangan lebih lanjut, dan bisa mencegah aliran darah terhambat. Hambatan aliran darah bisa menyebabkan terjadinya trombosis vena.

Selain melakukan triangulasi sumber peneliti juga melihat reaksi informan yang merupakan bagian dari triangulasi tehnik, dilihat dari observasi yang dilakukan peneliti bahwa melakukan kontak mata dengan peneliti, memberikan sikap santai, memberikan jawaban dengan baik sehingga dapat menjawab dengan teratur.

4. Persepsi tentang ada syarat bagi ibu nifas yang boleh melakukan/tidak boleh melakukan senam nifas

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti dengan informan utama dan informan Triagulasi, syarat bagi ibu yang boleh melakukan senam nifas adalah ibu yang bersalin, serta ibu yng tidak bisa melakukan senam nifas adalah ibu mempunyai kontra indikasi salah sau contohnya seperti SC dan juga demam sesuai dengan kutipan di bawah ini

“Ibu yang bersalin normal, Punya penyakit demam”.(IU1)

“Dalam keadaan kondisi melahirkan dalam cara normal, ibu yang dalam keadaan melahrikan secara sesar atau bagi ibu-ibu yang melahirkan dengan cara di jahit vaginanya” (IU 4)

Kemudian peneliti juga melanjutkan wawancara dengan Bidan penolong sebagai Infroman Triagulasi, berikut kutipanya

“ ibu yang boleh seperti ibu yang bersalin normal, tidak ada kontra indikasi contohnya kaya ibu yang masih lelah dan habis kejang”.

Dapat peneliti simpulkan bahwa persepsi ibu yang boleh melakukan adalah ibu yang bersalin normal, serta mampu dan tidak lelah untuk

melakukan senam ini. Dan untuk kontra indikasi para informan berpersepsi bahwa demam, kelelahan, dan sehabis persalinan SC

Hal diatas sesuai dengan peneiltian wiwit (2017) ibu yang boleh melakukan senam ini adalah ibu yang melahirkan secara spontan, serta ibu yang sudah merasa kuat untuk melakukannya dan untuk ibu sehabis menjalanin persalinan SC bisa melakukan 2/3 hari setelah melahirkan. sedangkan ibu yang menderita penyakit jantung, paru-paru, anemia, dan kontraindikasi lainnya yang memungkinkan ibu tidak boleh melakukan senam nifas.

Tetapi pada ibu SC sebenarnya senam nifas masih bisa dilakukan pada hari ke 2/3 setelah melahirkan pada ibu yang melahirkan secara SC, kaena pada hari ke 2/3 setelah melahirkan ibu dirasa sudah cukup kuat untuk melakukan gerakan-gerakan ringan yang dapat membantu ibu mempercepat mobilisasi serata membantu untuk mempercepat involusi uteri.

Selain melakukan triangulasi sumber peneliti juga melihat reaksi informan yang merupkan bagian dari triagulasi tehnik, dilihat dari observasi yang dilakukan peneliti bahwa ibu dapat memberikan jawaban dengan yakin dan baik,

5. Persepsi tentang hal yang harus di siapkan / syarat tertentu untuk melakukan senam nifas dan kapan waktu pelaksanaan seman nifas dilakukan

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti dengan informan utama dan informan Triagulasi, hal yang harus di siapkan / syarat tertentu untuk melakukan senam nifas seperti alas/matras, ruangan yang luas,serta memprsiapkan diri dengan makan-maknan yang bergizi, sedangkan waktu pelaksanaanya ketika ibu tidak mengalami kelelahan dan juga saat ibu sudah pulih sesuai dengan kutipan di bawah ini.

“Ibunya sudah benar-benar pulih”,(IU 1)

“Ibu harus sehat, makanan bergizi, karpet bantal, tau tilam kecil seperti maras, serta ruangan yang luas, selama seminggu dimulainya dari hari ke 3” (IU 4)

Kemudian peneliti juga melanjutkan wawancara dengan Bidan penolong sebagai Informan Triagulasi, berikut kutipanya

“ persiapannya alas, ruangan, bidan yang membantu/keluarga, untuk waktu senam itu sendiri lebih cepat lebih baik, tapi kita juga harus melihat kondisi ibu”.

dapat disimpulkan bahwa persepsi ibu mengenai apa saja hal yang harus disiapkan adalah matras/alas sebagai persiapan sebelum melakukan senam, ruangan yang luas, serta mempersiapkan diri dengan makan-makanan yang bergizi,

Hal ini sesuai dengan Tonasi (2019) menjelaskan bahwa sebaiknya mengenakan pakaian olahraga, persiapan air minum, matras atau alas, mengecek nadi serta tekanan darah, dan bisa diiringi musik untuk mengiringi.

dapat disimpulkan bahwa persepsi ibu bisa melakukan setelah kondisi ibu sehat dan pulih, dan juga sudah dalam keadaan sehat sehingga mampu menjalankan aktifitasnya sehari-hari

Dalam penelitian Indri dan Titi (2015) senam nafas lebih baik dilakukan langsung setelah persalinan atau sampai kondisi ibu sehat yang biasanya 6 jam pasca persalinan.

Persiapan senam disini sudah sesuai dengan hasil wawancara dan dari penelitian yang menyebutkan bahwa matras merupakan salah satu hal yang wajib dipersiapkan sebelum melakukan senam, tetapi masih ada beberapa hal yang harus dipersiapkan oleh ibu yaitu salah satunya yang disebutkan Tonasi (2019) menggunakan pakaian olahraga, mengecek nadi serta tekanan darah agar mengetahui kondisi ibu apakah memang bisa melakukannya. Serta kapan waktu pelaksanaan senam ini sesuai dengan hasil penelitian bahwa senam dapat

dilakukan ketika kondisi ibu sehat, dan ada juga informan yang meyakini akan melakukan pada hari ke 2 karena informan merasa bahwa hari ke 2 baru merasa sehat.

Selain melakukan triangulasi sumber peneliti juga melihat reaksi informan yang merupakan bagian dari triangulasi tehnik, dilihat dari observasi yang dilakukan peneliti bahwa sikap ibu yang gelisah, tidak melakukan kontak mata, melakukan gerakan-gerakan refleks, menjawab dengan kurang yakin, tetapi masih menjawab dan menyebutkan tentang persepsi mereka

6. Persepsi tentang gerakan senam nifas / proses senam nifas

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti dengan informan utama dan informan Triangulasi, bahwa senam nifas seperti gerakan-gerakan kepala, kaki, tangan, dan pinggul. Seperti kutipan dibawah ini.

“Gerakannya yang saya tahu aja ya itu badannya terlentang sambil ambil nafas sambil kemukaan perut yang kedua mainkan tangan sambil mengatur napas sama hari ke-10 melakukan sit up”, (IU 2)

“Yang gerak-gerak kaki seperti itulah pinggul, kaki, tangan “ (IU 5)

Kemudian peneliti juga melanjutkan wawancara dengan Bidan penolong sebagai Informan Triangulasi, berikut kutipanya

“ misal gerakanya sesuai dengan hari. Di mulai dari gerakan yang mudah sampai sulit, gerakanyaseperti kembangankan perut, mengerkan tangan, kepala, kaki, sampai sit up”

Dapat peneliti simpulkan bahwa persepsi ibu mengenai gerakan senam nifas hanya menyebutkan gerakan yang ibu ketahui saja seperti pada saat hari 1 dan ke 10 senam nifas serta memberikan sebatas gambaran yang dilakukan pada saat senam nifas dan menggerakkan pinggul, kaki, serta tangan,

Dalam penelitian wiwit (2017) gerakan senam nifas dilaksanakan selama 10 hari dengan gerakan yang berbeda-beda setiap harinya terdapat latihan

pernafasan, latihan tungkai, otot-otot dasar panggul dan vagina, melonggarkan sendi-sendi panggul, otot perut, kaki ditekuk, dan latihan otot-otot tulang belakang.

Hasil dari Informan utama menyebutkan beberapa contoh gerakan pada saat senam seperti pada hari 1 dan ke 10 yang sesuai dengan dengan tujuan dari senam yang di sebutkan oleh sumber yang salah satunya adalah melatih mengatur nafas, latihan tungkai serta melatih otot perut.

Sebenarnya banyak gerakan yang dilakukan pada senam nifas karena senam sendiri dilakukn dari hari ke 1- 10 dengan setiap harinya gerakanya berbeda-beda seperti contohnya gerakan latihan penernaan dilakuka denga tubuh berbaring kemudin tarik nafas sertakembungkan perut, latihan tungkai mengerak-gerakan ke dua kaki yang di rentangkan lurus kemudian ke atas. Di mulai dari gerakan yang mudah samapai ke sulit contohnya otot perut yang di lakukan seperti sit up yang dilakukan pada hari ke 10.

Selain melakukan triangulasi sumber peneliti juga melihat reaksi informan yang merupkan bagian dari triangulasi tehnik, dilihat dari observasi yang dilakukan peneliti bahwa sikap ibu mulai berubah, ekspresi wajah seperti mengekpresikan bahwa ibu sedang bingung, melkukan gerakan-gerakan rfleks, dan menjawab pertanyaan dengat singkat.

7. Persepsi ibu tentang rencana untuk melakukan senam nifas

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan informan utama, bahwa mereka ingin melakukan senam nifas dengan alasan mereka masing-masing sesuai dengan kutipan di bawah ini

“iya setelah ini nanti saya akan melakukan senam nifas ya supaya badan saya bisa kembali seperti semula” (IU 2)

“Ada tapi tunggu bidannya saya panggil ke rumah karena untuk saya keluar saya tidak melakukan banyak pergerakan di sekitar rumah rumah aja jadi tunggu bidanya ke rumah baru saya mau melakukan” (IU 5)

Dari hasil wawancara seputar pengetahuan mereka mengenai materi ini di dapatkan bahwa 4 Informan Utama akan merencanakan untuk melakukan senam nifas tetapi dengan adanya bimbingan tenaga kesehatan, dan 1 Informan Utama tidak melakukan senam nifas karena menurut IU senam nifas ini masih baru di pendengarannya sehingga belum ada terpikirkan akan melakukannya.

Dalam penelitian Ernawati (2016) menyebutkan bahwa Persepsi seperti proses mengatur kesan-kesan sensori mereka guna memberikan kesan arti bagi mereka yang dapat membantu seseorang dalam melakukan pemilihan, penerman, dan penginterpretasi atas informasi yang di terimanya dari lingkungan.

Penerimaan kesan-kesan/ gambaran tentang Senam nifas membuat sebagian informan utama mengambil keputusan untuk merencanakan bahwa mereka akan melakukan senam ini dengan dampingan oleh tenaga kesehatan.

Selain melakukan triangulasi sumber peneliti juga melihat reaksi informan yang merupakan bagian dari triangulasi tehnik, dilihat dari observasi yang dilakukan peneliti bahwa sikap ibu yang ingin melakukan, dan ibu melakukan kontak mata dengan peneliti, ekspresi wajah yang bisa menggambarkan bahwasanya ibu ingin melakukan tetapi dengan bimbingan dari bidan.

D. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini tidak terlepas dari beberapa factor keterbatasan, adapun keterbatasan dalam penelitian ini adalah Peneliti harus menyesuaikan waktu dengan informan.

