

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Tujuan *Millennium Development Goals* (MDGs) yang dilanjutkan dalam *Sustainable Development Goals* (SGDs) adalah menurunkan Angka kematian (Profil Kesehatan Indonesia, 2022). Ibu (AKI) AKI masih sangat tinggi di Indonesia dibandingkan dengan negara-negara ASEAN. Pada tahun 2021, AKI di Indonesia adalah 305 per 100.000 kelahiran hidup, yang merupakan angka kematian ibu tertinggi di ASEAN. Pada tahun 2022, AKI di Kalimantan Timur adalah 110 per 100.000 kelahiran hidup. (Profil Dinas Kesehatan Kalimantan Timur, 2022).

Persalinan adalah suatu proses yang fisiologis, dimana terjadinya pengeluaran hasil konsepsi (janin dan placenta) yang dapat hidup diluar kandungan dimulai dengan adanya kontraksi uterus, penipisan dan pembukaan serviks, kelahiran bayi dan placenta melalui jalan lahir atau melalui jalan lain (abdomen), dengan bantuan atau tanpa bantuan (kekuatan ibu sendiri) (Wiknjosastro, 2018). Persalinan normal untuk primi 12 sampai 18 jam sedangkan untuk multi antara 8-12 jam. Proses persalinan lama adalah partus lama yang ditandai dengan fase laten lebih dari 8 jam, persalinan telah berlangsung 12 jam atau lebih tanpa kelahiran bayi, dan dilatasi serviks di kanan garis waspada pada partograf (Wiknjosastro, 2018).

Salah satu faktor yang berperan penting dalam proses persalinan yaitu kekuatan mendorong janin keluar meliputi his (kekuatan uterus) dan kontraksi

otot dinding perut. Kondisi psikologis dapat berpengaruh terhadap tenaga ibu dan kelancaran proses persalinan. Sebanyak 97% persalinan adalah persalinan fisiologis namun kecemasan dalam persalinan dapat menimbulkan ketegangan otot-otot polos dan pembuluh darah, sehingga terjadi kekakuan serviks dan hipoksia pada rahim yang menyebabkan impuls nyeri bertambah banyak, impuls nyeri melalui *thalamo limbic* ke korteks serebri dengan akibat menambah rasa takut, sehingga kontraksi rahim berkurang. Hal ini mengakibatkan persalinan butuh waktu yang lama dan mungkin membutuhkan alat bantu bahkan operasi *Caesar* (Wahyuni dan Rohani, 2019).

Faktor-faktor yang mempengaruhi lamanya persalinan meliputi faktor ibu, faktor janin, dan faktor jalan lahir. Faktor ibu meliputi usia, his dan paritas. Faktor janin meliputi sikap, letak, malposisi dan malpresentasi, janin besar, dan kelainan kongenital seperti hidrosefalus. Sedangkan faktor jalan lahir meliputi panggul sempit, tumor pada pelvis, kelainan pada serviks dan vagina (Wiknjosastro, 2017).

Dampak yang mungkin terjadi jika persalinan lebih lama dari waktu normal adalah adanya infeksi yang serius bagi ibu dan janin, terutama bila keadaan ketuban sudah pecah, hal ini bisa terjadi dikarenakan adanya bakteri yang naik menuju cairan amnion dan menginvasi desidua serta pembuluh korion, yang dapat menimbulkan bakteremia dan sepsis bagi ibu dan janin (Saifuddin, 2019). Partus lama akan menyebabkan infeksi, kehabisan tenaga, dehidrasi pada ibu. Pada partus lama juga dapat terjadi perdarahan postpartum yang dapat menyebabkan kematian ibu. Pada janin akan terjadi infeksi, cedera dan asfiksia yang dapat meningkatkan kematian bayi. Partus lama juga

menyebabkan perdarahan postpartum, yang merupakan penyebab terpenting kematian maternal di Indonesia (Wahyuningsih, 2017).

Keberhasilan sebuah proses persalinan sangat dipengaruhi oleh kondisi fisik ibu dan bayi, kondisi psikis maupun penolong yang membantu proses persalinan. Bila salah satu dari faktor tersebut ada yang tidak sesuai bisa terjadi masalah dalam proses persalinan, baik terhadap ibu atau bayinya. Hal

ini sangat penting, mengingat beberapa kasus kematian ibu dan bayi diakibatkan oleh tidak terdeteksinya secara dini adanya salah satu dari faktor-faktor tersebut, sehingga terjadi keterlambatan penanganan. Bila persalinan dimulai, interaksi antara *passanger*, *passage*, *power*, dan psikis harus sinkron untuk terjadinya kelahiran pervaginam spontan (Rahayu & Kurniawati, 2020).

Peningkatan beban psikologis pada ibu dapat menimbulkan permasalahan terhadap kualitas janin yang dikandung dan komplikasi yang menyertai proses persalinan ibu. Pencegahan dengan beberapa metode diperlukan untuk meringankan dan mempersiapkan ibu dalam menjaga kehamilan dan proses persalinannya. Pencegahan komplikasi persalinan bertujuan untuk membuat ibu dan bayi baru lahir dapat memperoleh derajat

kesehatan yang tinggi dan terhindar dari berbagai ancaman dan fungsi reproduksi. Oleh karena itu keseimbangan tubuh dan pikiran harus selalu terpelihara untuk menciptakan pikiran tenang dan nyaman serta keduanya bisa bekerja seimbang, sehingga akan mengarah pada kehamilan dan persalinan yang tenang dan membahagiakan. Beberapa alternative untuk mempercepat persalinan lama adalah *gymball*, akupresure, relaksasi nafas dalam, alternative

lain yang dibutuhkan dalam menghadapi persalinan salah satunya adalah dengan melakukan yoga (Shindu, 2018).

Yoga merupakan sebuah ilmu yang menjelaskan kaitan antara fisik, psikis dan spiritual manusia untuk mencapai kesehatan yang menyeluruh. Kata yoga berasal dari bahasa Sanskerta yang berarti *union* (penyatuan). Yoga terbentuk dari kebudayaan India kuno yang telah ada sejak lima ribu tahun lalu dan bertujuan untuk menyatukan atma (diri) dengan brahman (sang pencipta). Penyatuan diri akan membawa seseorang menuju penyatuan dengan Ilahi, semakin seseorang mengenal dirinya semakin ia mengenal sang penciptanya maka yoga sangat bermanfaat untuk dilakukan selama kehamilan, berlatih yoga selama kehamilan dapat menyebabkan ketenangan jiwa yang dibutuhkan oleh ibu hamil (Shindu, 2018).

Terdapat banyak aliran dari yoga, tetapi yang paling banyak dipraktikkan saat ini (terutama di dunia Barat) adalah Hatha yoga. Secara tradisional, Hatha yoga adalah sebuah jenis yoga yang memfokuskan praktiknya pada asana (postur yoga/ teknik penguasaan tubuh), pranayama (teknik penguasaan napas), bandha (teknik penguncian energi), mudra (teknik pengendalian energi), serta kriya (teknik pembersihan tubuh). Pada dasarnya berbagai macam postur yoga yang disertai dengan cara bernapas yang benar, dipercaya dapat memberikan banyak manfaat secara fisik, mental dan spiritual (Shindu, 2018).

Sebuah penelitian *systematic review* yang dilakukan oleh Kawanishi et al. (2019) dari 54 kutipan ditemukan sejumlah delapan studi (10 laporan) dimasukkan dalam analisis akhirdidapatkan hasil pada wanita hamil yang

sehat, terdapat peningkatan yang signifikan dalam menurunkan nyeri persalinan dan kepuasan saat melahirkan, durasi persalinan, tingkat stres yang dirasakan selama kehamilan, tingkat kecemasan, depresi, pengalaman yang berhubungan dengan kehamilan, kualitas hidup, dan hubungan interpersonal dibandingkan dengan yang ada di kelompok kontrol (Kawanishi et al., 2019). Penelitian lain dilakukan oleh Chethana et al. (2020) menunjukkan hasil Kebutuhan induksi persalinan dan analgesik serta persalinan seksio sesarea secara signifikan lebih sedikit, kala I persalinan lebih cepat dan toleransi rasa sakit lebih baik.

Penelitian Patmawati tahun 2018 menunjukkan hasil bahwa kemajuan persalinan pada fase aktif pada primigravida yang diberikan yoga lebih dari 50% persalinan menunjukkan kemajuan persalinan 6 jam dan yang tidak diberi pengobatan yoga lebih dari 6 jam lama persalinannya. Hasil Uji Wilcoxon Mann Whitney U dalam nilai SPSS  $p < 0,05$ , ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kemajuan persalinan antara kelompok yang diberikan latihan yoga dengan yang tidak diberikan latihan yoga. Dan kemudian untuk mengetahui seberapa jauh pengaruh latihan yoga terhadap kemajuan kala I persalinan pada fase aktif primigravida dilakukan uji regresi linier dan mendapatkan nilai  $R^2 = 0,383$ , yang berarti latihan yoga berpengaruh sebesar 38,3% terhadap proses persalinan kala I.

Berdasarkan data dari tanggal 1 Januari-30 Juni 2023 diperoleh data jumlah persalinan di RSIA Asih Balikpapan adalah 1015 persalinan (Data RSIA Asih Balikpapan, 2023). Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 14-16 Oktober 2023 melalui observasi kala 1 fase aktif terhadap 10

orang ibu bersalin sebanyak 6 orang melakukan prenatal yoga dan 4 orang tidak melakukan prenatal yoga. Dari 6 orang yang melakukan prenatal yoga seluruhnya melalui proses persalinan yang cepat dengan lama persalinan 6-8 jam sementara 4 orang yang tidak melakukan prenatal yoga sebanyak 3 orang melalui proses persalinan yang agak lambat yaitu > 8 jam dan 1 orang lama persalinannya 6 jam.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul penelitian :”**Hubungan Prenatal Yoga dengan Lama Persalinan pada Ibu Bersalin di RSIA Asih Balikpapan Tahun 2023**”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dilator belakang, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “ apakah ada pengaruh prenatal yoga terhadap lama persalinan pada ibu bersalin di RSIA Asih Balikpapan Tahun 2023”?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan umum penelitian adalah mengetahui hubungan prenatal yoga dengan lama persalinan pada ibu bersalin di RSIA Asih Balikpapan Tahun 2023.

## **2. Tujuan Khusus**

1. Mengetahui gambaran prenatal yoga pada ibu bersalin di RSIA Asih Balikpapan Tahun 2023
2. Mengetahui gambaran lama persalinan pada ibu bersalin di RSIA Asih Balikpapan Tahun 2023
3. Menganalisis hubungan prenatal yoga dengan lama persalinan pada ibu bersalin di RSIA Asih Balikpapan Tahun 2023

#### **D. Manfaat Penelitian**

Adanya manfaat yang diharapkan dari suatu penelitian ini adalah sebagai berikut :

##### **1. Kegunaan Teoritis**

- a. Bagi peneliti diharapkan penelitian yang dilakukan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan keilmuan yang berhubungan dengan lama persalinan.
- b. Bagi peneliti yang akan datang diharapkan hasil penelitian dapat dijadikan referensi penelitian dan sumber pemikiran agar penelitian tentang hubungan prenatal yoga dengan lama persalinan pada ibu bersalin di RSIA Asih Balikpapan.

##### **2. Kegunaan Praktis**

###### **a. Institusi Pendidikan**

Penelitian ini dapat Institusi pendidikan dapat menggunakan penelitian ini sebagai referensi yang melakukan prenatal yoga.

###### **b. RSIA Asih Balikpapan**

RSIA Asih Balikpapan dapat memperoleh manfaat dari penelitian ini mengenai pentingnya memperlancar proses persalinan melalui prenatal yoga dan memiliki solusi untuk membantu mempercepat proses persalinan melalui prenatal yoga