

Efektivitas Kunjungan Nifas Terhadap Pengurangan Ketidaknyamanan Fisik yang Terjadi pada Ibu Selama Masa Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Pulogadung Jakarta Tahun 2023

Lili Farlikhatun¹, Tuty Yanuarti²

^{1,1}Departement of Midwifery, STIKes Abdi Nusantara, Jakarta, Indonesia

Article Info	Abstrak
<p>Kata kunci: Ibu Nifas, Kunjungan Nifas, Ketidaknyamanan Fisik.</p> <p>Dikirim : 5 September 2021 Direvisi : 10 September 2021 Diterima : 10 September 2021</p> <p> Lili Farlikhatun  lilifarlikhatun@gmail.com  -</p>	<p>Kunjungan selama nifas sering dianggap sangat tidak penting oleh ibu yang sedang dalam masa nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Pulogadung bahwa dari 30 orang ibu yang sedang dalam masa nifas, hanya 7 orang yang berkunjung 4 kali ke fasilitas keehatan untuk mendapatkan pelayanan kesehatan nifas. Tujuan penelitian ini mengetahui efektivitas kunjungan nifas terhadap pengurangan ketidaknyaman fisik pada ibu selama masa nifas. Penelitian ini deskriptif korelasi dengan pendekatan waktu cross sectional. Sampelnya seluruh ibu nifas, teknik pengambilan sampel secara <i>accidental sampling</i>. Total sampel sebanyak 30. Penelitian dilakukan pada bulan November – Desember 2023. Hasil uji statistik chi-square terdapat nilai p - value= 0,000 (< 0,05). Artinya terdapat hubungan yang signifikan antara kunjungan nifas dengan ketidaknyamanan fisik selama masa nifas pada ibu di Wilayah Kerja Puskesmas Pulogadung Tahun 2023. Diharapkan petugas kesehatan dapat memberikan edukasi tentang pentingnya kunjungan nifas yang baik selama masa nifas.</p>
	<p><i>This is an open access article under the CC BY-SA license.</i></p> 

1. Pendahuluan

Masa nifas adalah masa yang dilalui oleh setiap wanita yang telah melahirkan, masa nifas berlangsung selama 6 minggu, dimulai setelah plasenta lahir dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti dalam keadaan sebelum hamil. Pada masa

nifas dapat terjadi komplikasi persalinan baik secara langsung maupun tidak langsung. (Saifuddin, 2022) menyatakan bahwa masa nifas merupakan masa kritis dalam kehidupan ibu dan bayi karena sekitar 60% kematian ibu terjadi segera setelah kelahiran dimana 50% dari kematian tersebut terjadi dalam 24 jam pertama setelah persalinan. Lebih dari 65% dari kematian tersebut, perlu dilakukan pemeriksaan dan perawatan pada ibu serta penyuluhan kepada ibu dan keluarganya agar komplikasi nifas tidak terjadi (Pinem, Sahora, 2019). Pelayanan kesehatan ibu nifas harus dilakukan minimal empat kali dengan waktu kunjungan ibu dan bayi baru lahir bersamaan, yaitu pada 6 jam sampai 2 hari setelah persalinan, pada hari ke 3 sampai dengan hari ke 7 setelah persalinan, pada hari ke 8 sampai dengan hari ke 28 setelah persalinan, dan pada hari ke 29 sampai dengan 42 hari setelah persalinan. (Kemenkes, 2019). Kunjungan selama nifas sering dianggap sangat tidak penting oleh ibu yang sedang dalam masa nifas karena sudah merasa baik dan selanjutnya berjalan dengan lancar. Konsep early ambulation dalam masa postpartum yaitu suatu hal yang perlu diperhatikan karena terjadi perubahan hormonal. Pada masa nifas ibu membutuhkan petunjuk dan nasihat dari bidan sehingga proses adaptasi setelah melahirkan berlangsung dengan baik. Masa nifas merupakan masa yang cukup penting bagi tenaga kesehatan khususnya bidan untuk selalu melakukan pemantauan karena pelaksanaan yang kurang maksimal dapat menyebabkan ibu mengalami berbagai masalah termasuk ketidaknyamanan fisik, bahkan dapat berlanjut pada komplikasi masa nifas seperti sepsis puerperalis. Jika dilihat dari penyebab kematian ibu, infeksi merupakan penyebab kematian terbanyak nomor dua setelah perdarahan sehingga sangat tepat jika tenaga kesehatan memberikan perhatian yang tinggi pada masa ini. Penyebab kematian ibu di Indonesia secara langsung yaitu meliputi disebabkan oleh perdarahan (28%), preeklamsi/ eklamsi (24%), infeksi (11%), sedangkan penyebab tidak langsung yaitu disebabkan oleh trauma obstetri (5%) dan lain – lain (11%). Diperkirakan 60% kematian ibu terjadi setelah kehamilan dan 50% kematian terjadi dalam 24 jam pertama masa nifas (Safitri, 2019).

Cakupan kunjungan ibu nifas pada tahun 2021 di Indonesia mencapai 90,7%, di DKI Jakarta yaitu cakupan kunjungan nifas mencapai 114% (Profil Kesehatan Indonesia, 2021). Berdasarkan data diatas menunjukkan bahwa cakupan kunjungan ibu nifas di Indonesia maupun di wilayah DKI Jakarta sudah cukup tinggi, namun lain halnya dengan di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Pulogadung, Cakupan kunjungan ibu nifas masih rendah, setelah dilihat dari hasil studi pendahuluan atau observasi yang dilakukan peneliti di Wilayah Kerja Puskesmas Pulogadung, dari 30 orang ibu yang sedang dalam masa nifas, hanya 7 orang yang berkunjung 4 kali ke fasilitas kesehatan untuk mendapatkan pelayanan kesehatan nifas, sedangkan yang 23 lainnya tidak melakukan kunjungan lengkap (< 4 kali) ke fasilitas kesehatan untuk mendapatkan pelayanan kesehatan nifas. Hal tersebut dapat dikatakan bahwa di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Pulogadung masih terdapat ibu yang tidak melakukan

kunjungan nifas. Mengingat pentingnya kunjungan nifas pada ibu yang sedang dalam masa nifas. Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang efektivitas kunjungan nifas terhadap pengurangan ketidaknyamanan fisik yang terjadi pada ibu selama masa nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Pulo Gadung Jakarta tahun 2023.

2. Metode

Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini deskriptif korelasi dengan pendekatan waktu cross sectional. Penelitian dilakukan di Puskesmas Pulogadung dari bulan November - Desember 2023. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh ibu yang sedang dalam masa nifas. Sampel yang di ambil dengan total 35 orang. teknik pengambilan sampel yang dipakai ialah teknik *accidental sempling*. Analisis data menggunakan uji Chi Square.

3. Hasil

Tabel 1 Karakteristik Responden

No	Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Precentage (%)
1	Pekerjaan		
	Bekerja	16	45,7
	Tidak Bekerja	19	54,3
2	Pendidikan		
	SMP	6	17,1
	SMA/SMK	20	57,1
	D3	5	14,3
	S1	4	11,5
3	Umur		
	20-25 tahun	17	48,6
	26-30 tahun	9	25,7
	31-35 tahun	7	20
	36-40 tahun	2	5,7
4	Kunjungan Nifas		
	Baik	15	42,8
	Tidak Baik	20	57,2
5	Ketidaknyamanan Fisik		
	Nyaman	17	48,5
	Tidak Nyaman	18	51,5

Berdasarkan tabel diatas bahwa umur responden terdiri dari 4 kategori yaitu

umur 20-25 tahun, umur 26-30 tahun, umur 31-35 tahun dan umur 36-40 tahun. Umur yang paling banyak yaitu umur 20-25 tahun sebanyak 17 orang (48,6%), dan umur yang paling sedikit yaitu umur 36-40 tahun sebanyak 2 orang (5,7%). Pendidikan responden terdiri dari 4 kategori yaitu SMP, SMA/SMK, D3 dan S1. pendidikan yang paling banyak yaitu SMA/SMK sebanyak 20 orang (57,1%), dan pendidikan yang paling sedikit yaitu S1 sebanyak 4 orang (11,4%). pekerjaan responden terdiri dari 2 kategori yaitu bekerja dan tidak bekerja. Responden yang tidak bekerja lebih banyak daripada responden yang bekerja. responden yang bekerja sebanyak 16 orang (45,7%) dan responden yang tidak bekerja sebanyak 19 orang (54,3%). Kunjungan nifas responden terdiri dari 2 kategori yaitu responden yang melakukan kunjungan nifas dengan baik dan responden yang melakukan kunjungan nifas dengan tidak baik. Responden yang melakukan kunjungan nifas tidak baik lebih banyak dari pada responden yang melakukan kunjungan nifas dengan baik. responden yang melakukan kunjungan nifas dengan baik sebanyak 15 orang (42,8%) dan responden yang melakukan kunjungan nifas dengan tidak baik sebanyak 20 orang (57,2%). Ketidaknyamanan fisik responden terdiri dari 2 kategori yaitu responden yang merasa nyaman selama masa nifas dan responden yang mengalami ketidaknyamanan selama masa nifas. Responden yang merasa nyaman selama masa nifas lebih sedikit daripada responden yang mengalami ketidaknyamanan selama masa nifas. Responden yang merasa nyaman selama masa nifas sebanyak 17 orang (48,6%) dan responden yang mengalami ketidaknyamanan selama masa nifas sebanyak 18 orang (51,4%).

Tabel 2 Hubungan Kunjungan Nifas dengan Ketidaknyamanan Fisik Di Puskesmas Pulogadung

No	Kunjungan Nifas	Ketidaknyamanan Fisik				P
		Nyaman		Tidak Nyaman		
		F	%	F	%	
1	Baik	15	100	0	0	0,000
2	Tidak Baik	2	10	18	80	

Berdasarkan tabel di atas, didapatkan bahwa responden yang melakukan kunjungan nifas dengan baik menyatakan tidak ada yang mengalami ketidaknyamanan fisik selama masa nifas, sedangkan responden yang melakukan kunjungan nifas dengan tidak baik menyatakan mengalami ketidaknyamanan fisik selama masa nifas sebanyak 18 orang, Hasil dari uji statistik chi-square di terdapat nilai p - value= 0,000 (< 0,05). Hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kunjungan nifas dengan ketidaknyamanan fisik selama masa nifas pada ibu di Wilayah Kerja Puskesmas Pulogadung Tahun 2023.

4. Pembahasan

Umur Responden

Berdasarkan penelitian ini di dapatkan hasil bahwa gambaran umur responden yang paling banyak yaitu umur 20-25 tahun sebanyak 17 orang (48,6 %). Rata – rata umur 20-25 tahun merupakan usia yang baik untuk wanita dalam masa reproduksi. Usia atau umur merupakan satuan waktu yang mengukur waktu keberadaan suatu benda atau makhluk, baik yang hidup maupun mati. Usia atau umur adalah rentang waktu yang di ukur dengan tahun. Usia atau umur dihitung sejak dia lahir hingga masa kini, semisal usia atau umur manusia dikatakan 5 tahun maka diukur sejak dia lahir hingga waktu usia atau umur itu di hitung. (Putra, 2019).

Pendidikan Responden

Berdasarkan penelitian ini di dapatkan hasil bahwa gambaran pendidikan responden yang paling banyak yaitu SMA/SMK tsebanyak 20 orang (57,1 %). Dalam kamus besar Bahasa indoeneisa pendidikan berasal dari kata “didik” atau “mendidik” yang memiliki arti yaitu memelihara serta memberi latihan atau ajaran pimpinann mengenai akhlak dan kecerdasan pikiran. Pendidikan merupakan suatu usaha sadar atau terencana untuk dapat memberikan bimbingan atas pertolongan dalam mengembangkan potensi jasmani serta rohani yang diberikan oleh orang dewasa kepada anak untuk mencapai kedewasaan dan mencapai tujuan agar anak dapat mencapai potensi sehingga anak mampu melaksanakan tugas hidupnya dengan mandiri. Pendidikan adalah segala pengaruh yang diupayakan anak dan remaja yang diserahkan kepadanya agar dapat memiliki kemampuan sempurna serta kesadaran penuh atas hubungan - hubungan serta sosial mereka. Pendidikan merupakan pengalaman belajar yang berlangsung di dalam lingkungan dan sepanjang hidup (long life education). (Sylvia, 2021).

Pekerjaan Responden

Berdasarkan penelitian ini di dapatkan hasil bahwa gambaran respoden yang tidak bekerja lebih banyak daripada responden yang bekerja. responden yang bekerja sebanyak 16 orang (45,7%) dan responden yang tidak bekerja sebanyak 19 orang (54,3%). Pekerjaan merupakan suatu aktivitas yang utama dilakukan oleh manusia. Pekerjaan yang dilakukan oleh manusia memiliki tujuan tertentu dan dilakukan dengan cara yang baik serta benar. Manusia sangat perlu bekerja atau sangat membutuhkan pekerjaan untuk mempertahankan hidupnya. Dengan melakukan kegiatan atau pekerjaan seseorang akan mendapatkan sesuatu atas hasil kerja yaitu salah satu nya berupa uang. Uang yang diperoleh dari hasil bekerja tersebut sehingga dapat digunakan untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. (Setiawan, 2022).

Hubungan Kunjungan Nifas dengan Ketidaknyamanan Fisik Di Puskesmas Pulogadung

Berdasarkan penelitian ini di dapatkan hasil bahwa gambaran responden yang melakukan kunjungan nifas tidak baik lebih banyak dari pada responden yang melakukan kunjung nifas dengan baik. responden yang melakukann kunjungan nifas dengan baik sebanyak 15 orang (42,8%) dan responden yang melakukan kunjungan nifas dengan tidak baik sebanyak 20 orang (57,2%). Responden yang merasa nyaman selama masa nifas lebih sedikit daripada responden yang mengalami ketidaknyamanan selama masa nifas. Responden yang merasa nyaman selama masa nifas sebanyak 17 orang (48,6%) dan responden yang mengalami ketidaknyamanan selama masa nifas sebanyak 18 orang (51,4%). Berdasarkan Hasil dari uji statistik chi-square di terdapat nilai p - value = 0,000 ($< 0,05$). Hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kunjungan nifas dengan ketidaknyamanan fisik selama masa nifas pada ibu di Wilayah Kerja Puskesmas Pulogadung Tahun 2023. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Khamidah Achyar yang berjudul Pengaruh Kunjungan Nifas Terhadap Komplikasi Masa Nifas Di Wilayah Puskesmas Sokaraja 1 Kabupaten Banyumas tahun 2019 didapatkan bahwa ada pengaruh antara kunjungan nifas terhadap komplikasi masa nifas dengan Nilai $p = 0,012 < 0,05$. hasil penelitian ini sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh safitri, dkk 2018 yang menyatakan bahwa hubungan kunjungan masa nifas terhadap kejadian komplikasi masa nifas di Puskesmas Atari Jaya Kecamatan Lalembuu kabupaten Konawe Selatan tahun 2018 ($p= 0,004$; $X^2= 8,073$). Menurut penelitian yang dilakukan oleh islami, dkk, tahun 2019 bahwa Sebanyak 76% wanita mengalami sedikitnya satu masalah kesehatan delapan minggu setelah melahirkan, Selama masa nifas ibu dapat mengalami rasa tidak nyaman seperti nyeri setelah melahirkan, keringat berlebih, pembengkakan payudara, konstipasi, hemoroid dan nyeri perineum. Kunjungan nifas minimal dilakukan sebanyak empat kali untuk menilai keadaan ibu dan bayi baru lahir dan untuk mencegah, mendeteksi dan menangani masalahmasalah yang terjadi. Distribusi kunjungan dilakukan pada enam sampai delapan jam setelah melahirkan, hari ke enam postpartum, minggu kedua postpartum, dan enam minggu postpartum.

Kunjungan postpartum mempunyai keuntungan bagi bidan agar dapat merencanakan konseling kesehatan sedangkan keterbatasan kunjungan terletak pada biaya, jumlah bidan dan keamanan saat berkunjung ke rumah ibu. Efektifitas asuhan masa nifas dapat diukur dari proses pemulihan fisiologis ibu, pengetahuan dasar tentang tehnik menyusui yang dimiliki oleh ibu, kemampuan ibu dalam melakukan perawatan yang tepat untuk diri juga bayinya, dan kemampuan ibu untuk berinteraksi terhadap bayi serta anggota keluarganya. Pada masa nifas terjadi perubahan fisiologis pada uterus, lokia, vagina dan perineum, payudara, sistem gastrointestinal, sistem renal, sistem hematologi, penurunan berat badan, tanda-tanda vital, dan dinding abdomen. Ibu nifas membutuhkan nutrisi, proses eliminasi, personal higiene, ambulasi,

aktivitas seksual, istirahat dan latihan/senam nifas agar masa nifas berlangsung baik. (Islami, dkk 2019). Pada masa nifas merupakan masa yang rawan karena ada beberapa resiko yang mungkin terjadi pada masa tersebut. Macam-macam resiko tersebut antara lain anemia, pre-eklampsia/ eklampsia, perdarahan postpartum, depresi masa nifas, dan infeksi masa nifas. Diantara resiko tersebut ada dua yang paling sering mengakibatkan kematian pada ibu nifas, yakni infeksi dan perdarahan. Sikap positif dari ibu nifas dalam deteksi dini komplikasi masa nifas ini dipengaruhi adanya informasi dari tenaga kesehatan dan pengaruh dari orang lain yang sudah berpengalaman. Informasi dari tenaga kesehatan yang didapat ibu dalam hal ini adalah paritas ibu yang mayoritas telah mempunyai primipara sehingga dapat bersikap positif terhadap masa nifas sedangkan pengaruh dari orang lain berasal dari informasi baik secara langsung yang diperoleh dari dokter atau bidan pada saat kunjungan maupun melalui media masa sehingga ibu dapat bersikap positif dalam deteksi dini komplikasi masa nifas. (Nur Indramawati, 2018). Oleh karena itu diharapkan kepada ibu nifas untuk memeriksakan diri secara rutin ke petugas kesehatan agar bisa lebih cepat terdeteksi komplikasi-komplikasi pada masa nifas yang bertujuan untuk menjaga kesehatan ibu.

5. Kesimpulan

Pada penelitian ini responden yang melakukan kunjungan nifas dengan baik sebanyak 15 orang (42,8%). Responden yang merasa nyaman selama masa nifas sebanyak 17 orang (48,6%), dan terdapat hubungan yang signifikan antara kunjungan nifas dengan ketidaknyamanan fisik selama masa nifas pada ibu di Wilayah Kerja Puskesmas Pulogadung Tahun 2023

6. Daftar Pustaka

- Ambarwati, E.R., dan Wulandari, D. 2020. Asuhan Kebidanan Nifas. Yogyakarta: Nuha. Medika.
- Hastono, S. P. 2017. Analisis Data Kesehatan. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Islami dan Noveri Aisyaroh.2015. Efektifitas Kunjungan Nifas Terhadap Pengurangan Ketidaknyamanan Fisik yang Terjadi pada Ibu Selama Masa Nifas.Bahan Ajar.
- Kemendes, RI. 2019. Yuk Rutin Periksa Kesehatan Ibu dan Bayi Semasa Nifas!. (<https://promkes.kemkes.go.id>)
- Kemendes, RI. 2021. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021. (<https://www.kemkes.go.id>)
- Notoatmodjo, S. 2018. Promosi Kesehatan Teori Dan Aplikasi. PT Rineka Cipta.
- Riduwan, A. dan. 2013. Rumus dan Data Dalam Analisis Statistika. Alfabeta.

- Riwidikdo. 2019. Statistik Untuk Penelitian Kesehatan dengan Aplikasi Program R dan SPSS. Pustaka Rihama.
- Saifuddin, Adul Bari. 2022. Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka
- Sujianti .2020. Asuhan kebidanan persalinan. Yogyakarta : Nuha. Medika.
- Yudianti. Ika, (2017). Pengetahuan Ibu Tentang Materi Perawatan Masa Nifas dalam Buku KIA dengan Keteraturan Kunjungan Nifas Jurnal: Kebidanan dan Kesehatan Tradisional, volume 2, No 2, September 2017 hlm 60-115