

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Tolak ukur keberhasilan dan kemampuan pelayanan kesehatan suatu Negara diukur dengan angka kematian ibu dan angka kematian perinatal. Indonesia di lingkungan ASEAN merupakan Negara dengan angka kematian ibu yang masih tertinggi "Tahun 2002 kematian ibu melahirkan mencapai 500.000 jiwa pertahun dan Angka Kematian Bayi sebesar 10.000.000 jiwa pertahun (Manuaba, 1998).

Dalam data yang tercatat saat ini, Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia sebesar 19.500-20.000 setiap tahunnya atau terjadi setiap 26-27 menit. AKI di Indonesia pada tahun 2003 sekitar 307 per 100.000 kelahiran hidup sedangkan AKB 35 per 1.000 kelahiran hidup (Depkes RI, 2005). Penyebab kematian ibu adalah perdarahan 30,5%, infeksi 22,5%, gestoss 17.5% dan anesthesia 2,0% serta pelayanan kesehatan yang masih memerlukan perbaikan yang bersifat aman, menyeluruh dan lebih bermutu (Manuaba, 2006).

Sebagian besar kematian ibu terjadi saat pertolongan pertama sangat dibutuhkan, pengawasan antenatal masih belum memadai sehingga penyulit kehamilan dan kehamilan beresiko tinggi atau terlambat untuk diketahui, pada pedesaan masih banyak ditemukan ibu dengan jarak hamil yang pendek, terlalu banyak anak, terlalu muda dan terlalu tua untuk melahirkan, pendidikan masyarakat yang masih rendah dan penyuluhan mengenai

KB masih perlu ditingkatkan, agar dapat diterapkan melalui norma keluarga kecil bahagia dan sejahtera. Usaha yang telah dilakukan pemerintah untuk mengurangi angka kematian ibu antara lain dengan melakukan upaya kesehatan secara promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif kepada masyarakat (Scott, J. 2002).

Salah satu bentuk upaya kesehatan secara promotif pada ibu hamil dengan memberikan pengetahuan melalui senam hamil. Senam hamil adalah program kebugaran yang diperuntukan bagi ibu hamil, oleh karena itu senam hamil memiliki prinsip – prinsip gerakan khusus yang disesuaikan dengan kondisi ibu hamil. Latihan – latihan pada senam hamil dirancang khusus untuk menyehatkan dan membugarkan ibu hamil, mengurangi keluhan yang timbul selama kehamilan, serta mempersiapkan fisik dan psikis ibu dalam menghadapi persalinan. Kehamilan yang dianggap nyaman dan mudah dalam persalinan merupakan suatu dambaan bagi seluruh ibu hamil. Tetapi hampir seluruh ibu hamil akan merasakan keluhan - keluhan yang menyertai selama masa kehamilan tersebut, itu dipicu dengan adanya perubahan hormone dan perubahan secara fisiologis. Perubahan secara hormone dapat menyebabkan keluhan - keluhan serta Perubahan secara fisiologis dapat menyebabkan keluhan – keluhan. (Kushartanti, W, Soekamti, E. R dan Sriwahyuni, C. F. 2004).

Kondisi tidak stabil pada ibu hamil dapat menyebabkan kecemasan dan ketegangan lebih lanjut sehingga membentuk siklus umpan balik yang dapat meningkatkan intensitas emosional secara keseluruhan. Dan dari berbagai macam keluhan inilah maka sangat diperlukan untuk diberikan adanya kenyamanan bagi dirinya dalam masa kehamilan melalui senam hamil. (Zinbarg, 2003).

Mengajarkan senam membantu pemulihan fisik mendorong istirahat, dan relaksasi rutinitas fisik kemudian dibuat pada masa antenatal untuk meningkatkan kesehatan fisik dan membantu mencegah masalah. Dalam program penekanan diberikan pada wanita hamil yang belajar rileks dan nafas dalam selama kontraksi (McEvoy. 2001).

Untuk memutuskan siklus kecemasan tersebut, maka senam hamil sebagai salah satu pelayanan prenatal, merupakan suatu alternatif therapy yang dapat diberikan pada ibu hamil. Bila dicermati lebih lanjut sebenarnya dalam gerakan senam hamil terkandung efek relaksasi yang dapat menstabilkan emosi ibu hamil. Dari tiga komponen inti (latihan pernafasan, latihan penguatan dan peregangan otot, serta latihan relaksasi), ada beberapa jenis relaksasi yang diterapkan dalam senam hamil yaitu relaksasi pernafasan dan otot atau progresif. (Ford-martin, 2001).

Tujuan dari program senam hamil adalah membantu ibu hamil agar nyaman, aman dari sejak bayi dalam kandungan hingga bayi lahir. Senam Hamil dianjurkan dilakukan ketika janin dalam kandungan ibu hamil telah berusia lebih dari 3 bulan, tapi biasanya dilakukan diatas 6 bulan yang dikatakan hamil cukup bulan. Senam hamil cukup baik dan sangat bermanfaat bagi kesehatan ibu hamil dan berbagai keluhan – keluhan tersebut dapat dikurangi dengan melakukan olah raga yang dianjurkan untuk ibu hamil, yaitu melalui senam hamil. Dampak dari proses fisiologis ini dapat timbul dari perilaku sehari-hari, ibu hamil menjadi mudah marah atau tersinggung dan gelisah, tidak mampu memusatkan perhatian, ragu-ragu bahkan kemungkinan ingin lari dari kenyataan hidup. (Dariyo, 2002).

Secara statistik telah tercatat bahwa ada tingkatan kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi terhadap perbaikan citra tubuh dan penurunan ketidak nyamanan fisik pada ibu hamil. Hal ini menunjukkan tanda stres selama menghadapi kehamilan dan persalinan pada ibu yang mengikuti senam hamil lebih sedikit memiliki tingkat stress dibandingkan dengan dari ibu yang tidak mengikuti senam hamil. (Macphail et al 2000).

Senam hamil ini sebaiknya dilakukan ibu hamil di Rumah Sakit, Rumah Bersalin atau Rumah Sakit Ibu dan Anak yang memang digunakan untuk proses bersalin. Seperti pada saat ini masyarakat akan lebih senang berkunjung pada Rumah Sakit – Rumah Sakit yang memang tersedia produk dan fasilitas – fasilitas yang khusus dan lengkap untuk kebutuhan ibu dan anak. Rumah sakit Siloam Hospital Kebon Jeruk merupakan salah satu rumah sakit yang lengkap untuk kebutuhan ibu dan anak. Salah satu fasilitas yang tersedia di rumah sakit Siloam Hospital Kebon Jeruk adalah senam hamil. Program senam hamil ini adalah sangat penting dan bermanfaat bagi ibu hamil, terutama untuk ibu hamil yang telah cukup bulan yaitu usia kehamilan diatas 6 bulan

Dilihat dari kondisi jumlah peserta senam hamil yang dihadapi di rumah sakit siloam belum maksimal bila dibandingkan dengan jumlah persalinan yang ada di rumah sakit siloam. Masih lebih sedikit bila dibandingkan dengan jumlah partus yang ada. Pada bulan Januari 2012 terdapat 48 partus di Siloam Hospital dan jumlah peserta senam hamil pada bulan januari berjumlah 36 orang. Maka atas dasar tersebut, maka penulis bermaksud untuk melakukan magang mengenai Pelayanan Senam Hamil di Rumah Sakit Siloam Hospital Kebon Jeruk. Sedangkan senam hamil ini merupakan pelayanan prenatal yang sangat efektif untuk menurunkan kecemasan dalam menghadapi persiapan

persalinan. Ibu hamil yang mengikuti senam hamil akan mengalami penurunan kecemasan dalam menghadapi persalinan terutama untuk para ibu yang menghadapi persalinan pertama bila dibandingkan dengan mereka yang tidak melakukan senam hamil.

1.2 Tujuan

1.2.1 Tujuan Umum :

Diperoleh gambaran mengenai Pelayanan senam hamil di Rumah Sakit Siloam Hospital Kebon Jeruk

1.2.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengetahui proses penerimaan pendaftaran anggota baru senam hamil di Siloam Hospital Kebon Jeruk
- 2) Mengetahui proses pelatihan senam hamil yang diberikan kepada peserta senam hamil di Siloam Hospital Kebon Jeruk
- 3) Mengetahui proses memberikan penyuluhan tentang kehamilan dan persalinan kepada peserta senam hamil

1.3 Manfaat

1.3.1 Bagi Rumah Sakit

Hasil diharapkan dapat memberikan gambaran umum dan masukan kepada pihak RS Siloam Hospital dalam pengembangan Pelayananana Senam Hamil

1.3.2 Bagi Fakultas

- 1) Diharapkan dapat memberikan masukan wawasan baru bagi instansi dalam bidang Pelayanan Senam Hamil
- 2) Meningkatnya kapasitas dan kualitas pendidikan dengan melibatkan tenaga trampil dan tenaga lapangan dalam kegiatan magang

1.3.3 Bagi mahasiswa

- 1) Hasil magang diharapkan dapat memberikan gambaran tentang berbagai permasalahan di tempat magang
- 2) Dapat menambah pengalaman dan kemampuan dalam menerapkan Pelayanan Senam Hamil