

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa post partum atau masa nifas merupakan periode pemulihan yang dialami ibu setelah proses persalinan, baik melalui persalinan normal maupun persalinan dengan tindakan. Pada masa ini, tubuh ibu mengalami berbagai proses adaptasi fisiologis, seperti involusi uterus, pengeluaran lochea, pemulihan organ reproduksi, perubahan hormonal, dan proses laktasi (Kemenkes RI, 2023). Selain perubahan fisik, ibu post partum juga mengalami adaptasi psikologis dan sosial karena harus menyesuaikan diri dengan peran baru sebagai ibu, merawat bayi, serta memenuhi kebutuhan menyusui (Walyani & Purwoastuti, 2021). Masa setelah persalinan merupakan fase penting karena ibu membutuhkan pemantauan, dukungan, edukasi, serta perawatan yang menyeluruh untuk menjaga kesehatan ibu dan bayi (WHO, 2022). Berbagai perubahan pada masa post partum tersebut dapat memengaruhi pemenuhan kebutuhan dasar ibu, salah satunya kebutuhan istirahat dan tidur yang berperan penting dalam proses pemulihan setelah persalinan (Sari & Kurniawati, 2022).

Pada masa post partum, keluhan gangguan tidur dapat dipengaruhi oleh kelelahan fisik, proses menyusui bayi pada malam hari, nyeri perineum atau nyeri luka persalinan, rasa tidak nyaman, serta perubahan aktivitas ibu dalam merawat bayi (Anggriyani, 2023). Gangguan tidur yang tidak tertangani dapat menurunkan kualitas istirahat ibu dan berdampak pada kondisi psikologis, seperti kecemasan, perubahan mood, serta risiko postpartum blues (Novitasari, 2023). Kondisi ini menunjukkan bahwa gangguan pola tidur pada ibu post partum perlu diperhatikan sejak awal sebagai bagian dari asuhan keperawatan maternitas.

Gangguan tidur pada masa post partum merupakan masalah yang cukup banyak ditemukan. Studi Manconi et al. (2024), melaporkan bahwa kualitas tidur buruk dialami oleh 71% perempuan pada bulan pertama setelah persalinan, sehingga menunjukkan bahwa lebih dari separuh ibu post partum mengalami masalah tidur pada fase awal setelah melahirkan. Penelitian Motta et al. (2024, juga menunjukkan bahwa 39,6% ibu post partum menilai kualitas tidurnya buruk atau sangat buruk, sehingga gangguan tidur dapat dipandang sebagai masalah yang sering terjadi pada masa nifas. WHO menegaskan bahwa pelayanan pascapersalinan perlu memperhatikan kesejahteraan fisik dan psikologis ibu, termasuk dukungan, edukasi, dan pemantauan setelah melahirkan (WHO, 2022).

Di Indonesia, Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 menunjukkan bahwa proporsi persalinan sectio caesarea sebesar 25,9%, sedangkan Provinsi Bali menjadi provinsi dengan proporsi tertinggi, yaitu 53,2% (Kemenkes RI, 2023). Angka tersebut menunjukkan bahwa lebih dari seperempat persalinan di Indonesia dan lebih dari separuh persalinan di Bali dilakukan melalui sectio caesarea, sehingga ibu post partum dengan riwayat tindakan pembedahan perlu mendapat perhatian karena berisiko mengalami nyeri, keterbatasan mobilisasi, dan gangguan istirahat.

Data Rekam Medis RSUD Bali Mandara menunjukkan bahwa jumlah persalinan dengan metode seksio sesarea selama empat tahun terakhir masih cukup tinggi. Pada tahun 2022 tercatat sebanyak 228 pasien, tahun 2023 meningkat menjadi 364 pasien, tahun 2024 sebanyak 343 pasien, dan tahun 2025 sebanyak 305 pasien. Berdasarkan data tersebut, jumlah persalinan seksio sesarea tahun 2022–2025 mencapai 1.238 kasus. Sebanyak 50% pasien post seksio sesarea dilaporkan mengalami gangguan tidur, sehingga diperkirakan terdapat sekitar 619 pasien yang mengalami gangguan tidur selama empat tahun terakhir. Hasil ini menunjukkan

bahwa gangguan pola tidur pada ibu post partum, masih menjadi masalah yang cukup banyak ditemukan di Ruang Nifas RSUD Bali Mandara. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Ruang Nifas RSUD Bali Mandara menunjukkan bahwa tindakan nonfarmakologis yang sudah diajarkan kepada ibu post partum dengan gangguan tidur adalah teknik napas dalam, sedangkan terapi akupresur belum pernah diberikan secara khusus sebagai tindakan komplementer dalam mengatasi gangguan tidur.

Gangguan pola tidur pada ibu post partum yang tidak tertangani dapat berdampak pada proses pemulihan fisik maupun psikologis ibu. Kualitas tidur yang buruk setelah persalinan dapat menyebabkan ibu mengalami kelelahan, penurunan konsentrasi, perubahan emosi, serta menurunnya kemampuan dalam memenuhi kebutuhan diri dan merawat bayi (Novitasari, 2023). Hasil penelitian Novitasari (2023) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan postpartum blues pada ibu post partum dengan nilai $p = 0,009$, sehingga kualitas tidur perlu diperhatikan sebagai salah satu faktor yang berkaitan dengan kondisi psikologis ibu setelah melahirkan. Pada ibu post partum post sectio caesarea, gangguan tidur dapat semakin meningkat karena adanya nyeri luka operasi, keterbatasan mobilisasi, dan kesulitan memperoleh posisi tidur yang nyaman. Penelitian Dalimunthe (2024), menunjukkan bahwa 75% pasien post partum post sectio caesarea memiliki kualitas tidur buruk, sedangkan penelitian pada pasien post sectio caesarea di Jurnal Keperawatan Tropis Papua menunjukkan 76,7% responden mengalami kualitas tidur buruk. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa gangguan pola tidur pada ibu post partum, khususnya post sectio caesarea, perlu dikaji dan ditangani sejak awal dalam asuhan keperawatan maternitas.

Upaya penanganan gangguan pola tidur pada ibu post partum perlu dilakukan

melalui asuhan keperawatan yang sistematis, mulai dari pengkajian, penetapan diagnosis, perencanaan intervensi, implementasi, sampai evaluasi. Pada tahap pengkajian, perawat perlu mengidentifikasi keluhan sulit tidur, frekuensi terbangun, kualitas tidur, rasa tidak puas setelah tidur, kecukupan istirahat, tingkat nyeri, kecemasan, pola menyusui, serta faktor lingkungan yang dapat mengganggu tidur ibu. Penetapan masalah gangguan pola tidur mengacu pada Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia karena SDKI merupakan standar resmi diagnosis keperawatan yang digunakan dalam praktik keperawatan di Indonesia (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2017). Intervensi yang dapat diberikan meliputi dukungan tidur, edukasi aktivitas/istirahat, pengaturan lingkungan yang nyaman, penyusunan jadwal istirahat, pembatasan gangguan saat tidur, serta edukasi cara mengenali kebutuhan istirahat sesuai kondisi ibu (Tim Pokja SIKI DPP PPNI, 2018).

Pada ibu post partum, intervensi nonfarmakologis seperti relaksasi napas dalam, pengaturan posisi nyaman, edukasi manajemen istirahat, dan terapi komplementer dapat membantu meningkatkan rasa nyaman, menurunkan ketegangan, serta mendukung perbaikan kualitas tidur (Anggriyani, 2023). Terapi komplementer seperti akupresur juga dapat digunakan sebagai intervensi pendukung karena dapat memberikan efek relaksasi dan membantu menurunkan ketidaknyamanan pada ibu post partum (Tridiyawati, 2025). Dengan demikian, tindakan keperawatan nonfarmakologis menjadi penting karena relatif aman, mudah diajarkan, dan dapat dilakukan secara mandiri oleh ibu dengan pendampingan keluarga.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk menyusun asuhan keperawatan dalam bentuk Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Asuhan Keperawatan pada Ny.N dengan Gangguan Pola Tidur Akibat Post Partum di Ruang

Nifas Rawat Inap RSUD Bali Mandara Tahun 2026”

B. Rumusan Masalah

Sejalan dengan latar belakang yang telah dijabarkan seperti diatas maka didapatkan rumusan masalah sebagai berikut “Bagaimanakah Asuhan Keperawatan pada Ny.N dengan Gangguan Pola Tidur Akibat Post Partum di Ruang Nifas Rawat Inap RSUD Bali Mandara Tahun 2026?”.

C. Tujuan Laporan Kasus

1. Tujuan umum

Mengetahui bagaimana Asuhan Keperawatan Pada Ny.N dengan Gangguan Pola Tidur Akibat Post Partum di Ruang Nifas Rawat Inap RSUD Bali Mandara Tahun 2026.

2. Tujuan khusus

- a. Melakukan pengkajian keperawatan pada Ny.N dengan gangguan pola tidur akibat post partum di Ruang Nifas Rawat Inap RSUD Bali Mandara Tahun 2026
- b. Menegakkan diagnosis keperawatan pada Ny.N dengan gangguan pola tidur akibat post partum di Ruang Nifas Rawat Inap RSUD Bali Mandara Tahun 2026
- c. Menyusun intervensi keperawatan pada Ny.N dengan gangguan pola tidur akibat post partum di Ruang Nifas Rawat Inap RSUD Bali Mandara Tahun 2026
- d. Melaksanakan implementasi keperawatan pada Ny.N dengan gangguan pola tidur akibat post partum di Ruang Nifas Rawat Inap RSUD Bali Mandara Tahun 2026
- e. Melakukan evaluasi keperawatan keperawatan pada Ny.N dengan gangguan pola tidur akibat post partum di Ruang Nifas Rawat Inap RSUD Bali Mandara

Tahun 2026

D. Manfaat Laporan Kasus

1. Manfaat teoritis

- a. Hasil karya ilmiah ini diharapkan dapat dijadikan sebagai informasi yang bermanfaat dan sumber data bagi pengembangan pengetahuan khususnya asuhan keperawatan pada pasien Ny.N dengan gangguan pola tidur akibat post partum di RSUD Bali Mandara
- b. Hasil karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat meningkatkan wawasan mahasiswa keperawatan mengenai asuhan keperawatan pada ibu post partum yang mengalami gangguan pola tidur.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi institusi pelayanan kesehatan

Karya tulis ilmiah ini diharapkan dijadikan sebagai acuan dalam memberikan pelayanan asuhan keperawatan keperawatan pada pasien Ny.N dengan gangguan pola tidur akibat post partum di Ruang Nifas Rawat Inap RSUD Bali Mandara Tahun 2026.

- b. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil karya tulis ilmiah ini diharapkan dijadikan sebagai acuan dan referensi bagi penelitian selanjutnya sehingga penelitian asuhan keperawatan keperawatan pada Ny.N dengan gangguan pola tidur akibat post partum di Ruang Nifas Rawat Inap RSUD Bali Mandara Tahun 2026

- c. Bagi keluarga

Sebagai media informasi keluarga tentang gangguan pola tidur pada ibu post partum