

BAB IV

TEHNIK PENCARIAN JURNAL DAN ANALISIS JURNAL

A. Cara Mencari Jurnal

1. Search Engine

Pencarian artikel jurnal dilakukan pada bulan Maret 2023 dengan menggunakan tiga database yaitu *Google Scholar*, Portal Garuda dan Neliti yang akan dijadikan sebagai sumber data. Gambaran sumber artikel jurnal akan dijelaskan di bawah ini:

Tabel 4.1 Search Engine

<i>Search Engine</i>	<i>Article Found</i>	<i>Relevan Article</i>
<i>Google Scholar</i>	28	11
Portal Garuda	12	5
Neliti	3	1

2. Kata Kunci

Pencarian artikel jurnal menggunakan *keyword* dan *Boolean Sistem* “AND” dan “OR” yang digunakan untuk mengspesifikasikan pencarian pada *serach engine* dengan memasukkan kata kunci. Kata kunci dalam pencarian artikel terdiri sebagai berikut:

Tabel 4.2 Kata Kunci Pencarian

Kata Kunci		
Senam Nifas “OR” <i>Postpartum Exercise</i>	“AND”	Involusi Uterus “OR” <i>Uterine Involution</i>

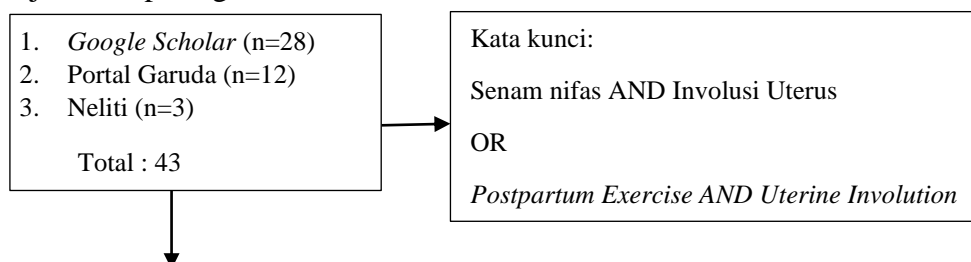
3. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

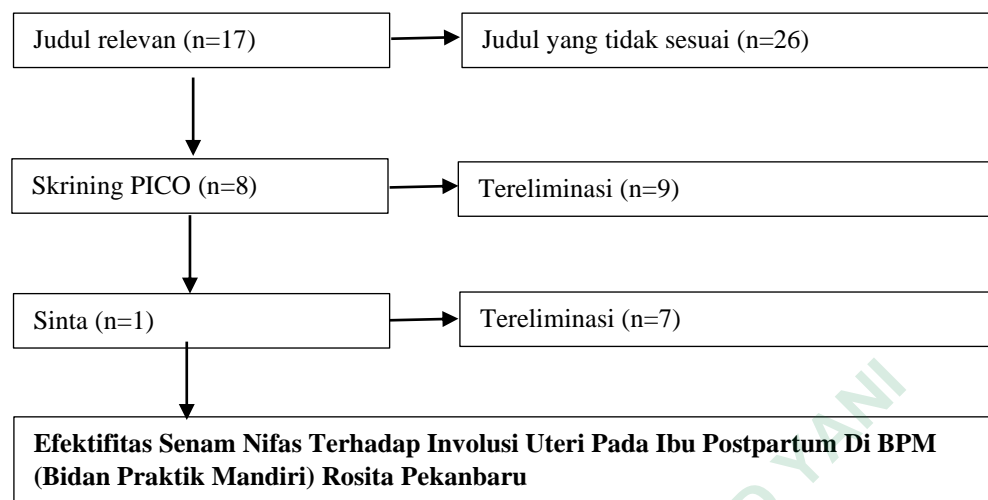
Tabel 4.3 Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Kriteria	Inklusi	Eksklusi
<i>Population</i>	Ibu nifas postpartum spontan H 0-3	Bukan ibu nifas, postpartum <i>sectio caesarea</i>
<i>Intervensi</i>	Senam nifas	Selain senam nifas
<i>Comparison</i>	Tidak ada pembandingan	
<i>Outcome</i>	Ada pengaruh senam nifas terhadap proses involusi uterus pada ibu postpartum	Tidak ada pengaruh senam nifas terhadap involusi uterus pada ibu postpartum

4. Hasil Pencarian

Berdasarkan hasil pencarian artikel melalui punlikasi di tiga *search engine* dengan menggunakan kata kunci mendapatkan 43 artikel sesuai dengan kata kunci tersebut. Hasil pencarian yang sudah didapatkan kemudian disaring berdasarkan judul yang sesuai dan yang tidak sesuai. Dalam proses ini didapatkan 17 artikel yang sesuai. Selanjutnya artikel diskruining berdasarkan analisis PICO (*Population, Intervensi, Comparison, Outcome*). Kemudian pada tahap ini didapatkan delapan artikel yang sesuai. Tahap terakhir penyaringan dilakukan berdasarkan sinta, dan didapatkan satu artikel dengan sinta 4 yang berjudul “Efektifitas Senam Nifas Terhadap Involusi Uteri Pada Ibu Postpartum Di BPM (Bidan Praktik Mandiri) Rosita Pekanbaru” untuk dijadikan sebagai artikel acuan. Hasil artikel studi dijelaskan pada gambar di bawah ini:





Gambar 4.1 Hasil Pencarian Artikel Jurnal

B. Resume Jurnal

Judul jurnal “Efektifitas Senam Nifas Terhadap Involusi Uteri Pada Ibu Postpartum Di BPM (Bidan Praktik Mandiri) Rosita Pekanbaru”. Penulis Rizka Mardiyah & Hirza Rahmita Tahun 2022.

1. Pendahuluan (*Introduction*)

Masa nifas adalah keadaan yang dimulai sejak dua jam setelah persalinan sampai enam minggu setelah bayi lahir. Gangguan masa nifas salah satunya ialah gangguan proses pemulihan kondisi fisik ibu berupa proses involusi uteri. Gangguan proses involusi uteri yang tidak sempurna dapat menyebabkan subinvolusi uteri yang dapat mengakibatkan perdarahan. Perdarahan postpartum dapat dicegah dengan melaksanakan senam. Senam nifas adalah gerakan tubuh yang dapat dilakukan setelah melahirkan yang bertujuan untuk memulihkan dan mempertahankan tekanan otot yang terjadi selama masa kehamilan dan persalinan.

2. Metode Penelitian (*Method*)

Jenis penelitian ini ialah kuantitatif dengan rancangan *quasi experimental* menggunakan satu kelompok kontrol dengan metode *two group pre test and post test design*. Penelitian dilakukan di BPM (Bidan Praktik Mandiri) Rosita pada bulan November 2021. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik total sampling. Populasi dalam penelitian ini ialah semua ibu nifas yang ada di BPM Rosita sebanyak 10 orang, dengan 5 responden diberi perlakuan dan 5 responden sebagai kelompok kontrol.

3. Hasil Penelitian (*Result*)

Tinggi Fundus Uteri (TFU) ibu postpartum kelompok perlakuan bahwa rata-rata TFU ibu postpartum pada kelompok perlakuan hari ke-1 yaitu 12,68 cm, hari ke-4 9,28 cm, hari ke-7 5,38 cm dan hari ke-10 4,16 cm. Rata-rata TFU pada ibu yang melaksanakan senam nifas mengalami penurunan sebesar 8,52 cm.

Tinggi Fundus Uteri (TFU) ibu postpartum kelompok kontrol bahwa rata-rata TFU ibu postpartum pada kelompok kontrol hari ke-1 yaitu 12,7 cm, hari ke-4 9,78 cm, hari ke-7 7,12 cm dan hari ke-10 5,34 cm. Rata-rata TFU pada ibu yang tidak melaksanakan senam nifas mengalami penurunan sebesar 7,36 cm.

4. Diskusi (*Discussion*)

Upaya yang terbukti yang dapat dilakukan ibu nifas dalam membantu proses involusi uteri ialah dengan melakukan senam nifas. Manfaat

melakukan senam nifas dapat memulihkan kembali kekuatan otot dasar panggul, mengencangkan otot-otot dinding perut dan perinium, membentuk sikap tubuh yang baik dan mencegah terjadinya komplikasi. Saat melaksanakan senam nifas terjadi kontraksi otot-otot perut yang akan membantu proses involusi sehingga senam nifas dapat mempercepat involusi uterus. Dapat disimpulkan bahwa dengan melakukan senam nifas maka TFU ibu dapat mengalami penurunan lebih cepat dibandingkan yang tidak mengikuti senam nifas, karena senam nifas ialah latihan peregangan otot-otot yang dapat dilakukan ibu setelah persalinan.

C. Rencana Aplikasi Jurnal Pada Kasus

1. Rencana penerapan pada kasus

Penerapan jurnal EBN dilakukan pada 1 pasien dengan kriteria inklusi yaitu pasien postpartum spontan. Senam pada hari pertama dimulai dengan relaksasi awal yang bertujuan agar supaya ibu terbiasa bernafas dengan baik dan dapat mengulangi dengan benar pada hari selanjutnya.

Pada studi kasus ini dilakukan membina hubungan saling percaya kepada responden (BHSP), memberikan informasi singkat tentang tujuan dan manfaat studi kasus kepada responden. Bagi responden yang setuju untuk berpartisipasi dalam studi kasus ini, dibagikan lembar persetujuan (*informed consent*).

2. Prosedur (SOP) tindakan

Senam nifas akan dilakukan pada responden yaitu ibu postpartum yang telah menyetujui untuk dilakukan tindakan dengan bertanda tangan pada *informed consent*. Senam nifas akan mulai dilakukan pada hariu pertama setelah melahirkan dengan melakukan latihan otot dasar panggul, latihan penguatan otot perut, latihan pernapasan perut dan memutar pergelangan kaki. Pada hari kedua dan ketiga gerakan senam nifas yang dilakukan yaitu latihan kaki dan peregangan bahu serta dilanjutkan dengan gerakan yang dilakukan pada hari pertama. Gerakan senam nifas ini dilakukan secara bertahap dan sesuai kemampuan.

3. Observasi

Melakukan evaluasi segera setelah tindakan dilakukan dan rekapitulasi serta kesimpulan dari observasi dan analisa status kesehatan selama 3 hari dengan melihat tujuan yang telah tercapai.

4. Hasil/outcome yang dinilai

Hasil yang dinilai adalah ada atau tidaknya pengaruh senam nifas terhadap involusi uterus pada ibu postpartum setelah dilakukan intervensi selama 3 hari dengan mengukur TFU dan kontraksi uterus serta pengeluaran *lochea*.