

PENGARUH MENYUSUI DAN MOBILISASI DINI TERHADAP PERCEPATAN PENURUNAN TINGGI FUNDUS UTERI PADA IBU POST PARTUM DI BIDAN PRAKTEK SWASTA KABUPATEN LAMPUNG UTARA

Firda Fibrila dan Herlina *)

Abstrak. Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia diperkirakan sebanyak 60 % akibat kehamilan terjadi setelah persalinan dan 50% kematian masa nifas terjadi dalam 24 jam pertama yang sebagian besar disebabkan karena perdarahan post partum (Abdul Bari, 2000). Propinsi Lampung, diketahui AKI mencapai 122 kasus pada tahun 2009, dan Kabupaten Lampung Utara pada tahun yang sama AKI sebanyak 13 kasus. Salah satu indikator kesehatan pada masa nifas adalah berjalan lancarnya proses involusi yang ditandai dengan adanya penurunan tinggi fundus uteri pada 2 minggu pertama pasca salin. Tujuan penelitian ini adalah diketahuinya pengaruh mobilisasi dini dan menyusui dini terhadap percepatan penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum di BPS yang berada di Kabupaten Lampung Utara.

Penelitian ini menggunakan desain *quasi eksperimen*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu post partum yang ditentukan dengan kriteria inklusi, di bagi dalam dua kelompok treatment dan kelompok kontrol masing-masing sebanyak 30 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Nonprobability Sampling* dengan teknik *quota*. Data yang digunakan adalah data katagorik dan numerik. Analisa dilakukan secara univariat untuk mengetahui nilai *central tendency*, selanjutnya dilakukan analisa bivariat dengan menggunakan uji *Mann - Whitney*.

Hasil penelitian diperoleh rata-rata penurunan tinggi fundus uteri pada hari ke-7 adalah 6 cm pada kelompok treatment dan 7 cm pada kelompok kontrol. Percepatan penurunan lebih banyak terjadi pada kelompok treatment yaitu sebanyak 16 responden (53,3 %) dibandingkan dengan kelompok kontrol yaitu 7 responden (23,3 %). Ada pengaruh yang bermakna antara kelompok treatment dan kelompok kontrol dengan nilai $p = 0,001$.

Untuk mempercepat penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum disarankan untuk melakukan mobilisasi dini dan menyusui dini secara bersamaan sesuai tahapan segera setelah bersalin.

Kata Kunci : Mobilisasi dini, Menyusui dini, Penurunan TFU, Ibu Post Partum

*) Dosen Prodi Kebidanan Metro Poltekkes Kementerian Kesehatan Tanjungkarang.

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia mencapai 228 per kelahiran hidup (SDKI 2007). Diperkirakan bahwa 60 % kematian ibu akibat kehamilan terjadi setelah persalinan dan 50% kematian masa nifas terjadi dalam 24 jam pertama yang sebagian besar disebabkan

karena perdarahan post partum (Abdul Bari, 2000).

Di Propinsi Lampung, diketahui AKI mencapai 122 kasus pada tahun 2009. Sedangkan untuk Kabupaten Lampung Utara pada tahun yang sama AKI sebanyak 13 kasus.

Proses pemulihan kesehatan pada masa nifas merupakan hal yang sangat

penting bagi ibu setelah melahirkan, sebab selama masa kehamilan dan persalinan telah terjadi perubahan fisik dan psikis. Tiga hari pertama pada masa nifas adalah masa kritis yang rentan sekali terjadi perdarahan, karena kontraksi uterus yang lemah. Lemahnya kontraksi uterus ini sebagai akibat berkurangnya kadar oksitosin yang di sekresi oleh kelenjar hipopise posterior setelah proses persalinan. Pergerakan ibu yang kurang juga memperkuat kondisi untuk terjadinya kelemahan kontraksi uterus, maka asuhan masa nifas pada masa ini sangat di perlukan (Cunningham, 1995).

Kecepatan involusi uteri dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain adalah dengan melakukan menyusui. Satu jam pertama setelah persalinan merupakan titik awal yang penting bagi bayi apakah akan mendapatkan ASI cukup atau tidak.

Menyusui dini bermanfaat bagi ibu untuk membantu mempercepat pengembalian rahim ke bentuk semula dan mengurangi perdarahan setelah kelahiran. Hal ini disebabkan adanya isapan bayi pada payudara dilanjutkan melalui saraf ke kelenjar hipofise di otak yang mengeluarkan hormon oksitosin. Oksitosin selain bekerja untuk mengkontraksikan saluran ASI pada kelenjar air susu juga merangsang uterus untuk berkontraksi sehingga mempercepat proses involusi uteri.

Penelitian yang dilakukan di Malang, dengan desain kolerasi cross seksional diperoleh ada hubungan menyusui terhadap proses involusio uteri pada ibu post partum hari 1-3 dengan rho hitung hari-1 post partum 0,758, hari ke-2 post partum 0,758, dan rho hitung pada hari ke-3 post partum 0,863. Jadi, rho hitung hari1-3 > rho tabel 0,648 (Indrayati, 2006).

Selain menyusui, mobilisasi dini yang dilakukan oleh ibu post partum pada 6 jam pertama setelah proses pesalinan

dapat membantu untuk mempercepat pengembalian rahim ke bentuk semula. Ini dimungkinkan karena adanya pergerakan yang dilakukan oleh ibu yang membantu untuk memperlancar peredaran darah dan pengeluaran lochea sehingga membantu mempercepat proses involusi uteri.

Atas dasar inilah, program menyusui dan mobilisasi dini digalakkan guna membantu mempercepat proses involusi yang pada akhirnya membantu menurunkan kematian ibu yang disebabkan perdarahan pascasalin. Survei awal yang dilakukan di beberapa BPS di wilayah Kabupaten Utara dengan melakulan wawancara terhadap Bidan yang melakukan asuhan pada ibu nifas, diperoleh penjelasan bahwa untuk kembalinya uterus seperti semula atau sampai tidak teraba, waktu bervariasi dari 7 hari sampai 10 hari bagi yang melakukan kegiatan menyusui dini dan mobilisasi dini. Sedangkan 10-15 hari bagi yang tidak melakukan melakukan menyusui dini dan mobilisasi dini.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan desain *quasi eksperiment*. Penelitian *quasi eksperimen* adalah suatu penelitian analitik untuk mempelajari pengaruh suatu variabel terhadap variabel yang lain. Artinya peneliti sengaja melakukan manipulasi (pengubahan) kepada subjek dengan tujuan untuk mempelajari perubahan yang terjadi atau pengaruh dari *treatment* yang dilakukan (Kasjono & Yasril, 2009). Adapun model yang digunakan pada penelitian ini adalah *Non – Randommized Pretest – Posttest Control Group Design*. Model ini terpilih karena pada penelitian ini dilakukan pengukuran tinggi fundus uteri pada saat sebelum dan setelah dilakukan *treatment*, yaitu pada saat post partum (kala IV) dan pada hari ketujuh. Populasi penelitian

adalah ibu post partum yang melahirkan di Bidan Praktek Swasta yang ada di Kabupaten Lampung Utara dengan kriteria inklusi Ibu post partum dengan status primipara, usia ibu dalam masa reproduksi sehat yaitu 20 – 35 tahun dan ibu bersedia untuk menjadi responden

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Nonprobability Sampling* dengan teknik *quota sampling*. Besar sampel ditentukan yaitu 30 responden untuk kelompok menyusui dini dan mobilisasi dini (kelompok *treatment*) dan 30 responden untuk kelompok kontrol sehingga seluruhnya berjumlah 60 responden.

HASIL PENELITIAN

a. Rerata Penurunan Fundus Uteri

Tabel 1.
Distribusi Penurunan Tinggi Fundus Uteri pada Ibu Post Partum Di BPS se Kabupaten Lampung Utara 2011 berdasarkan besaran rata-rata penurunan.

Kelompok	Mengalami Percepatan		Tidak Mengalami Percepatan	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Treatment	16	53,3	14	46,7
Kontrol	7	23,3	23	76,7

Tabel 3 diketahui responden yang mengalami percepatan lebih banyak terdapat pada kelompok treatment yaitu sebanyak 16 responden (53,3 %).

Tabel 2.
Rata-rata Penurunan Tinggi Fundus Uteri Hari ke –7 pada Ibu Post Partum Di BPS se Kabupaten Lampung Utara 2011

Kelompok	Median	Maksimum	Minimum	N
1. Treatment	6	8	6	30
2. Kontrol	7	9	6	30

Tabel 2 diketahui rata-rata penurunan Tinggi Fundus Uteri hari ke 7 pada kelompok treatment sebesar 6 cm dan kontrol sebesar 7 cm.

b. Pengaruh Mobilisasi dini dan Menyusui dini terhadap penurunan Tinggi Fundus Uteri di hari ke-7 pada Ibu Post Partum di BPS se kabupaten Lampung Utara 2011

Tabel 3.
Hasil uji statistik menggunakan Uji Mann-Whitney

Variabel	Z	Probabilitas (p)
Pengaruh Menyusui dini dan Mobilisasi dini terhadap percepatan penurunan Tinggi Fundus Uterus	-3.343	0,001

Tabel 4 diketahui, hasil uji statistik dengan menggunakan uji Mann – Whitney diperoleh angka *significancy* (p) sebesar 0,001. Karena nilai $p < 0,05$, dapat disimpulkan bahwa “ada pengaruh yang bermakna antara kelompok treatment yaitu kelompok yang dilakukan mobilisasi dini dan menyusui dini dengan kelompok kontrol yaitu kelompok yang tidak melakukan mobilisasi dini dan menyusui dini.

PEMBAHASAN

1. Rerata Penurunan Tinggi Fundus uteri

Berdasarkan perhitungan ukuran *central tendency* diketahui nilai mean penurunan tinggi fundus uteri pada kelompok treatment sebesar 6 cm dan kelompok kasus sebesar 7 cm, dan yang mengalami percepatan penurunan tinggi fundus uteri sebanyak 16 responden (53,3 %) untuk kelompok treatment dan 7 responden (23,3 %) untuk kelompok kontrol. Hasil penelitian ini memberikan gambaran bahwa ibu post partum yang melakukan mobilisasi dini dan menyusui secara dini akan mengalami percepatan penurunan tinggi fundus uteri dibandingkan dengan ibu yang tidak melakukan.

Mobilisasi dini merupakan pergerakan sistematis yang dilakukan secara bertahap pada ibu post partum yang dilakukan pada 6 jam pertama pasca salin. Gerakan yang dilakukan bertujuan untuk merubah posisi semula ibu dari berbaring, miring-miring, duduk sampai berdiri sendiri beberapa jam setelah proses persalinan. Kegiatan ini diyakini akan memberikan manfaat melancarkan pengeluaran lochia, mengurangi infeksi purperium, mempercepat involusi alat kandungan.

Menyusui dini merupakan kegiatan yang dilakukan bayi untuk menyusui segera setelah lahir, setidaknya selama satu jam setelah bayi lahir. Menurut Rosita (2008), menyusui dini adalah aktivitas menyusui bayi segera setelah bayi lahir selama satu jam pertama kehidupan bayi. Hisapan yang dilakukan bayi akan memberikan perangsangan terhadap puting susu sehingga terbentuklah prolaktin oleh hipofise. Dengan melakukan aktivitas menyusui secara dini tentunya memberikan rangsangan lebih dan memperlancar sekresi Asi. Selain itu oksitosin yang dihasilkan dapat membantu untuk merangsang timbulnya kontraksi uterus yang berujung pada penurunan tinggi fundus uteri.

2. Pengaruh mobilisasi dini dan menyusui dini terhadap percepatan tinggi fundus uteri pada ibu post partum.

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji Mann – Whitney diperoleh angka *significancy* sebesar 0,001, disimpulkan “ada pengaruh bermakna antara kelompok *treatmen* yaitu kelompok yang dilakukan mobilisasi dini dan menyusui dini dengan kelompok kontrol yaitu kelompok yang tidak melakukan mobilisasi dini dan menyusui dini.

Mobilisasi memiliki arti melakukan pergerakan. Pada penelitian ini mobilisasi dini dilakukan pada ibu post partum, dengan melakukan tahapan-tahapan pergerakan yang sistematis sehingga memberikan efek positif pada ibu post partum. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni (2010) dengan menggunakan desain analitik cross seksional, diketahui ada hubungan antara mobilisasi dini dengan involusi uterus pada ibu nifas dengan nilai 0,003.

Pergerakan yang dilakukan oleh ibu sebagai tahapan mobilisasi sesungguhnya memberikan rangsangan terhadap kerja otot, termasuk otot rahim. Efek yang timbul akibat melakukan pergerakan yaitu ibu merasa lebih sehat. Hal ini disebabkan karena peredaran darah ibu yang lebih lancar. Peredaran darah yang lancar memberikan efek untuk mempercepat fungsi Asi.

Pada proses menyusui salah satu efek yang dapat ditimbulkan adalah rangsangan yang ditimbulkan oleh bayi saat menyusu, selain mempengaruhi *hipofise anterior* mengeluarkan hormon prolaktin, juga merangsang *hipofise posterior* mengeluarkan hormon oksitosin. Efek oksitosin menyebabkan terjadinya kontraksi dan retraksi otot uteri sehingga akan menekan pembuluh darah yang mengakibatkan berkurangnya suplai darah ke uterus. Proses ini membantu untuk mengurangi situs atau tempat implantasi plasenta serta mengurangi perdarahan.

Dampak kontraksi dan retraksi otot pada uterus adalah membantu memperkecil ukuran uterus atau membantu uterus untuk kembali ke bentuk semula. Salah satu manifestasi dari pengecilan ukuran uterus adalah dengan berkurangnya ukuran tinggi fundus uteri (Walsh, 2007).

Penelitian yang dilakukan di Malang, diperoleh ada hubungan menyusui terhadap proses involusio uteri pada ibu post partum hari 1-3 dengan rho

hitung hari-1 post partum 0,758, hari ke-2 post partum 0,758, dan rho hitung pada hari ke-3 post partum 0,863. Jadi, rho hitung hari1-3 > rho tabel 0,648 (Indrayati, 2006).

Uraian sebelumnya dengan jelas memberikan gambaran, melakukan mobilisasi dini dan menyusui dini memberikan pengaruh terhadap penurunan tinggi fundus uteri. Hal ini lebih disebabkan, efek dari kedua kegiatan tersebut saling berkesinambungan. Oleh karena itu di anjurkan kepada ibu post partum untuk melakukan mobilisasi dini pada 6 jam pertama post partum dan menyusui dini pada 1 jam pertama post partum dan dilanjutkan setiap 2 jam dari kedua payudara secara bersamaan agar dapat membantu mempercepat penurunan tinggi fundus uteri yang merupakan salah satu indikator sehat pada masa post partum.

KESIMPULAN

1. Rata-rata penurunan tinggi fundus uteri pada kelompok treatment sebesar 6 cm dan kelompok kontrol sebesar 7 cm.
2. Percepatan penurunan tinggi fundus uteri lebih banyak terjadi pada kelompok treatment yaitu 16 responden (53,3 %) jika dibandingkan dengan kelompok kontrol yaitu 7 responden (23,3 %).
3. Ada pengaruh yang bermakna terhadap percepatan penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum yang melakukan mobilisasi dini dan menyusui dini dengan nilai $p = 0,001$.

SARAN

1. Bagi Petugas Kesehatan khususnya yang memberikan pelayanan asuhan pada ibu post partum agar mempersiapkan ibu sejak awal untuk

melakukan mobilisasi dini dan menyusui dini.

2. Bagi ibu bersalin, khususnya yang telah memasuki masa post partum dini agar bersedia dengan sukarela melaksanakan mobilisasi dini dan menyusui dini yang dimulai pada 1 jam pertama pascasalin.
3. Hasil penelitian ini dapat dijadikan tambahan wawasan bagi mahasiswa maupun praktisi pendidikan lainnya sebagai acuan untuk memberikan dan melaksanakan asuhan masa nifas sesuai *advice based*.
4. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan menggunakan metode dan desain yang berbeda. Sebagai masukan rancangan kohort memungkinkan memperoleh hasil penelitian yang lebih komprehensif sehingga dapat mengamati variabel-variabel lain secara bersamaan dan memperbanyak jumlah sampel penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi, 2005, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik Klinik*, Rineka Cipta, Jakarta, 370 halaman.
- Bannet, Ruth V; Brown, Linda K, 1993, *Myles textbook for Midwives*, 12th edited. British.
- Bobak,dkk, 2004, *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*.EGC.Jakarta.
- Cunningham, F.Gary, 1995, *Obstetri Williams*, EGC, Jakarta.
- Dinas Kesehatan Lampung Utara. 2009. *Profil Kesehatan Lampung Utara*. Lampung
- Ibrahim, Christina, 1996, *Perawatan Kebidanan (Perawatan Nifas) Jilid 3*, Bhratara, Jakarta.
- Indrayati, 2006, *Hubungan Menyusui terhadap Proses Involusi Uteri pada Ibu Post Partum hari 1-3 di Rumah bersalin Gajayana Malang*, Karya Tulis Ilmiah Program D-III Keperawatan Univ. Muhammadiyah Malang.

- Kasjono, Heru Subaris; yasril, 2009, *Teknik Sampling untuk Penelitian Kesehatan*, Graha Ilmu, Yogyakarta.
- Manuaba, Ida Bagus Gde, 1998, *Ilmu Kebidanan dan Penyakit Kandungan dan keluarga untuk Bidan*, EGC, Jakarta.
- Mochtar, Rustam, 1998, *Sinopsis Obstetric : obstetric fisiologi, obstetric patologi*, EGC, Jakarta
- Notoatmodjo, Soekidjo, 2005, *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta, 208 halaman.
- Roesli, Utami, 2004, *Mengenal ASI eksklusif*, Trubus Agriwidya. Jakarta.
- Sugiono. 2006. *Statistika untuk Penelitian*. CV Alfabeta. Bandung.
- Survey Demografi Kesehatan Indonesia, 2007, *Pelayanan Kesehatan Ibu dan Anak*, Jakarta.
- Wahyuni, Sri Siti, 2010, *Hubungan Mobilisasi Dini dengan Involusio Uteri pada Ibu Nifas di BPS Wilayah Puskesmas Jabon Jombang*. Karya Tulis Ilmiah Mahasiswa D-III Kebidanan. Weblog dr. Suparyanto, M.Kes. Diakses pada tanggal 04 Maret pukul 21.24.