

DOI: <http://dx.doi.org/10.33846/2trik7ibu12>**Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pemulihan Kesehatan Ibu Post Partum Pada Kelahiran Normal Di Rumah Sakit Efarina Etaham Berastagi Tahun 2017****Ricard Fredrik Marpaung**

Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Efarina (koresponden)

**Romauli Pakpahan**

Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Efarina

**ABSTRAK**

Mobilitas dini merupakan salah satu perawatan post partum yang dilakukan untuk membantu ibu melakukan pergerakan. Asupan nutrisi yang cukup sangat dibutuhkan dalam pemulihan kesehatan ibu post partum, Pelayanan kesehatan yang mendukung akan mempercepat pemulihan kesehatan ibu post partum. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi pemulihan kesehatan ibu post partum pada kelahiran normal di RS Efarina Etaham Berastagi. Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif, dengan jumlah Sampel sebanyak 30 orang yaitu ibu post partum normal yang dirawat di RS Efarina Etaham Berastagi Tahun 2014, dengan design penelitian adalah total populasi. Penelitian ini menunjukkan bahwa ibu post partum normal di RS Efarina Etaham Berastagi Tahun 2014, yang mobilitas mempengaruhi 18 orang (60%), 12 orang tidak mempengaruhi (40%). Asupan nutrisi ibu post partum 10 orang mempengaruhi (33.34%), 20 orang tidak mempengaruhi (66,67%). Pelayanan kesehatan ibu post partum 11 orang mempengaruhi (36,67%), tidak mempengaruhi 19 orang (63,33%). Berdasarkan dari hasil penelitian diketahui bahwa asupan nutrisi dan pelayanan kesehatan pada ibu post partum normal di RS Efarina Etaham Berastagi masih kurang mempengaruhi. Diharapkan kepada rumah sakit agar dapat lebih meningkatkan pelayanan kesehatan khususnya pelayanan pada ibu post partum.

**Kata kunci:** post partum; pemulihan; mobilitas; nutrisi; pelayanan

**PENDAHULUAN****Latar Belakang**

Post partum atau puerperium adalah masa setelah bayi dan plasenta lahir, berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil. Pascapersalinan berakhir selama kira-kira 6 minggu. Persalinan dan kelahiran merupakan kejadian fisiologi yang normal dalam kehidupan <sup>(1)</sup>

Perawatan atau pemulihan ibu post partum yang dikembangkan pada persalinan normal sebenarnya mengikuti pola tradisional yang dikemas secara modern yaitu mobilisasi dini, rooming in, pemberian ASI. Pola ini melalui penelitian terbukti mempunyai keuntungan pada ibu dan bayinya. Dalam pengawasan setelah melahirkan petugas kesehatan akan memberikan petunjuk perawatan <sup>(2)</sup>.

Ibu yang melahirkan secara normal, tidak ada pantangan diet. Dua jam setelah melahirkan ibu sudah diperbolehkan minum dan makan seperti biasa. Kebutuhan nutrisi pada masa menyusui meningkat 25% yaitu untuk produksi ASI dan memenuhi kebutuhan cairan yang meningkat tiga kali dari biasanya. Penambahan kalori pada ibu menyusui sebanyak 500 kkal tiap hari. Makanan yang dikonsumsi ibu berguna untuk melakukan aktivitas, metabolisme, cadangan dalam tubuh proses produksi ASI <sup>(1)</sup>

Dari hasil penelitian Asrol Byrin (2006) di Rumah Sakit Umum Pirngadi terdapat sekitar 385 persalinan, dan dalam persalinan masih banyak ditemukan masalah dalam perawatan ibu post partum, seperti asupan nutrisi pada khususnya.

Dari survei pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada bulan April Tahun 2014 melalui wawancara dengan petugas instalasi gizi RS Efarina Etaham Berastagi pemberian diet pada ibu post partum tidak ada dibedakan dengan diet pasien yang lain, sementara kebutuhan nutrisi pada ibu post partum meningkat 25% dari biasanya dan kalori sebanyak 500 kkal per hari untuk pemulihan kesehatannya dan untuk produksi ASI, dan mendapat rawatan 1-3 hari di rumah sakit. Hal ini yang mendasari peneliti pemilihan RS Efarina Etaham Berastagi sebagai tempat penelitian

**Tujuan**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi pemulihan kesehatan ibu post partum pada kelahiran normal di Rumah Sakit Efarina Etaham Berastagi.

**METODE**

Jenis penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian deskriptif yang dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan ibu post partum dengan judul Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Pemulihan Kesehatan Ibu Post Partum Pada Kelahiran Normal di RS Efarina Etaham Berastagi.

**HASIL****Data Demografi Responden**

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Frekuensi Faktor Pemulihan Kesehatan Ibu Post Partum Normal Berdasarkan Pendidikan di RS Efarina Etaham Berastagi

No	Pendidikan	Jumlah	Persentase
1	SMP	7	23,3%
2	SMA	18	60,0%
3	D3/perguruan tinggi	5	16,7%
Total		30	100%

Berdasarkan tabel 1 mayoritas pendidikan responden adalah SMA sebanyak 18 orang (60,0%) dan minoritas pendidikan responden adalah perguruan tinggi 5 orang (16,7%).

Tabel 2. Distribusi Karakteristik Frekuensi Faktor pemulihan Kesehatan Ibu Post Patum Normal Berdasarkan Lama Opname di RS Efarina Etaham Berastagi

No	Lama dirawat	Jumlah	Persentase
1	3 Hari	20	66,7%
2	4 hari	10	33,3%
Total		30	100%

Berdasarkan tabel 2 mayoritas responden yang dirawat adalah 3 hari yaitu 20 orang (66,7%) dan minoritas lama opname responden adalah 4 hari 10 orang (33,3%).

Tabel 3. Distribusi Karakteristik Frekuensi Faktor Pemulihan Kesehatan Ibu Post Partum Normal Berdasarkan Pekerjaan

No	Pekerjaan	Jumlah	Persentase
1	PNS	5	16,7%
2	Wiraswasta	14	46,7%
3	Petani	8	26,6%
4	Tidak Tetap	3	10,0%
Total		30	100%

Berdasarkan tabel 3 mayoritas pekerjaan responden adalah wiraswasta yaitu 14 orang (46,7%) dan minoritas pekerjaan responden adalah tidak tetap 3 orang (10,0%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Faktor Pemulihan kesehatan Ibu Post Partum Normal Berdasarkan Jenis Penyakit di RS Efarina Etaham Berastagi

No	Jenis penyakit	Jumlah	Persentase
1	Infeksi	3	10,0%
2	Non infeksi	27	90,0%
Total		30	100%

Berdasarkan tabel 4 mayoritas jenis penyakit responden adalah non infeksi 27 responden (90,0%) dan minoritas jenis penyakit responden adalah 3 orang (10,0%).

Tabel 5. Distribusi Responden Berdasarkan Umur Ibu Post Partum di RS Efarina Etaham Berastagi

No	Umur	Jumlah	Persentase
1	21 – 24	3	10,0%
2	25 – 28	16	53,3%
3	29 – 33	11	36,7%
Total		30	100%

Berdasarkan tabel 5 mayoritas kelompok umur responden adalah 25-28 tahun 16 orang (53,3%) dan minoritas umur responden adalah 3 orang (10 %).

### Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pemulihan Kesehatan Ibu Post Partum Pada Kelahiran Normal

#### Mobilitas

Tabel 6. Distribusi Responden Berdasarkan Mobilitas Pada Ibu Post Partum di RS Efarina Etaham Berastagi

No	Mobilitas	Jumlah	Persentase
1	Mempengaruhi	18	60,0%
2	Tidak Mempengaruhi	12	40,0%
Total		30	100%

Berdasarkan tabel 6 mayoritas mobilitas responden adalah mempengaruhi sebanyak 18 orang (60,0%) dan minoritas mobilitas responden adalah 12 responden (40,0%).

#### Asupan Nutrisi

Tabel 7. Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Nutrisi Pada Ibu Post Partum di RS Efarina Etaham Berastagi

No	Asupan Nutrisi	Jumlah	Persentase (%)
1	Mempengaruhi	10	33.3%
2	Tidak Mempengaruhi	20	66.6 %
Total		30	100 %

Berdasarkan tabel 7 mayoritas asupan nutrisi responden adalah tidak mempengaruhi 20 orang (66,6%) dan minoritas asupan nutrisi responden adalah mempengaruhi 10 responden (33.3%).

#### Pelayanan Kesehatan

Tabel 8. Distribusi Responden Berdasarkan Pelayanan Kesehatan Pada Ibu Post Partum di RS Efarina Etaham Berastagi

No	Pelayanan Kesehatan	Jumlah	Persentase (%)
1	Mempengaruhi	11	36,6 %
2	Tidak Mempengaruhi	19	63.3 %
Total		30	100 %

Berdasarkan tabel 8 mayoritas pelayanan kesehatan responden adalah tidak mempengaruhi 19 responden (63,3%) dan minoritas 11 orang (36,6%).

## PEMBAHASAN

### Karakteristik Responden

Hasil penelitian karakteristik responden berdasarkan umur di peroleh data kelompok umur 21 – 24 tahun sebanyak 3 orang (10%), kelompok umur 25 – 28 tahun 16 orang (53,3%) dan kelompok umur 29 – 33 yaitu 11 orang (36,7%), dari hasil penelitian ini diketahui bahwa kelompok umur yang paling banyak adalah 25 – 28 tahun 16 orang (53,3%) dan kelompok umur yang paling sedikit adalah 21 – 24 tahun 3 orang (10%).

Harianto (2003) mengatakan bahwa semakin muda usia seseorang semakin sedikit pengalaman yang dimiliki seseorang namun sebaliknya semakin tinggi tingkatan umur seseorang pengalaman yang didapat semakin banyak, oleh karena itu sangat penting bila umur dikaitkan dengan pengetahuan seseorang.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di RSUD Efarina Etaham Berastagi Kab.Karo diketahui umur yang paling banyak adalah kelompok umur 25- 28 tahun sebanyak 16 orang (53,3%) dimana pada kelompok umur ini merupakan masa produktif yang baik bagi seorang ibu untuk melahirkan.

Pendidikan responden yang didapat dari hasil penelitian ini diperoleh sebagian besar adalah SMA yaitu 18 orang (60%). Pendidikan dianggap memiliki peranan penting dalam menentukan kualitas manusia melalui pendidikan. Manusia dianggap akan memperoleh pengetahuan dan dengan pengetahuan manusia akan dapat membangun keberadaan hidupnya dengan lebih baik. Implikasinya semakin tinggi tingkat pendidikan hidup manusia akan semakin berkualitas, dimana semakin tinggi pendidikan maka seseorang akan semakin mudah untuk menerima hal-hal yang baru dan mudah menyesuaikan diri dengan hal-hal baru tersebut, tetapi tidak menutup kemungkinan bahwa pendidikan rendah punya pengetahuan dan sikap yang lebih baik <sup>(3)</sup>. Hasil karakteristik berdasarkan lama opname diperoleh data responden yang paling lama di opname yaitu selama 4 hari sebanyak 10 Orang (33,3%) dan responden yang diopname selama 3 hari yaitu sebanyak 20 orang (66,7%). Menurut Mochtar (1998) pada hari keempat atau hari kelima ibu dalam persalinan normal sudah diperbolehkan pulang.

Pekerjaan responden dari hasil penelitian ini sebagian besar adalah wiraswasta sebanyak 14 orang (46,7%). Lama bekerja seseorang diperoleh dari pengalaman sendiri maupun orang lain (WHO, 1984).

Berdasarkan jenis penyakit dari hasil penelitian responden yang terinfeksi ada 3 orang (10%) dan responden yang non infeksi ada 27 orang (90%). Mikroorganisme adalah agen penyebab infeksi. Termasuk didalamnya bakteri, virus, fungi dan parasit. Sebagian besar infeksi dapat dicegah dengan strategi-strategi yang sudah ada dan relatif murah seperti menaati praktik-praktik pencegahan infeksi yang direkomendasikan, khususnya cuci tangan dan pemakaian sarung tangan. Memperhatikan proses dekontaminasi dan pembersihan alat-alat kotor yang telah dibuat dengan baik, yang diikuti dengan sterilisasi atau desinfeksi tingkat tinggi serta meningkatkan keamanan di area - area yang beresiko tinggi <sup>(4)</sup>

### Mobilitas Pada ibu Post Partum Normal

Hasil penelitian yang dilakukan di RSUD Efarina Etaham Berastagi Kab.Karo ditemukan ibu yang post partum normal dapat melakukan mobilitas dengan baik yaitu sebanyak 18 orang (60%), dan ibu yang belum melakukan mobilitas dengan baik ada 12 orang (40%). Tingginya tingkat kesadaran ibu dalam melakukan mobilitas dipengaruhi oleh faktor budaya dan kehidupan sehari – hari. Mobilitas dini atau pergerakan dilakukan segera setelah beristirahat beberapa jam dengan beranjak dari tempat tidur ibu.

Mobilitas dini dapat mengurangi bendungan lokia dalam rahim, meningkatkan peredaran darah sekitar alat kelamin. Rooming In juga terbukti bahwa konsep ini menguntungkan karena perawatan langsung oleh ibunya, dapat memberi ASI setiap saat, bayi tidak terlalu banyak kehilangan panas badan, meningkatkan perkembangan jiwa bayi karena merasa aman dan damai <sup>(5)</sup>. Pergerakan sedini mungkin sangat dianjurkan, kecuali ada kontra indikasi mobilitas akan meningkatkan sirkulasi dan mencegah resiko terjadi perdarahan, meningkatkan fungsi kerja peristaltik dan kandung kemih sehingga mencegah distensi abdominal dan konstipasi. Mobilitas dilakukan secara bertahap sesuai dengan kekuatan ibu, terkadang ibu nifas mals untuk banyak bergerak karena merasa letih dan sakit jika keadaan tersebut tidak segera diatasi ibu akan mengalami trombosis vena.

Mobilitas dini dapat mengurangi komplikasi kandung kemih, konstipasi, dan emboli pulmonal. Disamping itu ibu merasa lebih sehat dan kuat serta dapat segera merawat bayinya. Ibu harus diberi dorongan untuk dapat segera melakukan mobilitas. Pada mobilitas pertama sebaiknya ibu dibantu karena pada saat ini biasanya ibu masi merasa pusing ketika pertama kali bangun setelah melahirkan. <sup>(6)</sup>. Hasil penelitian Ramdu (2011) yang dilakukan di salah satu klinik bersalin menunjukkan gambaran pengetahuan ibu post partum normal

tergolong baik 14 orang (43,75%) cukup baik 18 orang (52,25%) mobilitas dini 15 orang (46,87%) mobilitas lambat (< 2 jam) sebanyak 17 orang (53,125%)

### **Asupan Nutrisi Pada Ibu Post Partum**

Hasil penelitian yang dilakukan pada ibu post partum mengenai asupan nutrisi selama masa nifas ditemukan masih banyak ibu yang kurang baik asupan nutrisinya yaitu 20 orang (66,7%) dan ibu yang baik asupan nutrisinya 10 orang (33,33%).

Ibu yang melahirkan secara normal, tidak ada pantangan diet. Dua jam setelah melahirkan ibu sudah diperbolehkan minum dan makan dan makan seperti biasa. Kebutuhan nutrisi pada masa menyusui meningkat 25% yaitu untuk produksi ASI dan memenuhi kebutuhan cairan yang meningkat tiga kali dari biasanya. Penambahan kalori pada ibu menyusui sebanyak 500 kkal tiap hari. Makanan yang dikonsumsi ibu berguna untuk melakukan aktivitas, metabolisme, cadangan dalam tubuh proses produksi ASI. Menu makanan yang seimbang mengandung unsur-unsur, seperti sumber tenaga, pembangunan, pengatur dan pelindung (Anggraini, 2010).

Ibu nifas membutuhkan nutrisi yang cukup, bergizi seimbang terutama kebutuhan protein dan karbohidrat, mengonsumsi tambahan 500 kalori tiap hari (ibu harus mengonsumsi 3 sampai 4 porsi setiap hari). Minum sedikitnya 3 liter air setiap hari dan mengonsumsi pil zat besi untuk menambah zat gizi sedikitnya selama 40 hari setelah melahirkan dan vit A agar dapat memberi vitamin A kepada bayinya melalui ASI.

Makanan yang dikonsumsi ibu berfungsi untuk melakukan aktivitas, metabolisme, cadangan dalam tubuh, proses produksi ASI yang akan di konsumsi bayi untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Makanan yang dikonsumsi juga harus memenuhi syarat, seperti susunannya harus seimbang, porsi cukup dan teratur tidak terlalu asin, pedas, atau berlemak, tidak mengandung alkohol, nikotin serta bahan pengawet dan pewarna yang berlebihan. Menu makan yang seimbang mengandung unsur – unsur seperti sumber tenaga, pembangun, pengatur dan pelindung (Anggraini, 2010).

### **Pelayanan Kesehatan Pada Ibu Post partum**

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada ibu post partum tentang pelayanan kesehatan ditemukan masih kurang pelayanan kesehatan pada hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian yang mendapat nilai baik hanya 11 orang (36,67%) dan yang mendapat nilai kurang baik ada 19 orang (63,33%). Kemampuan pelayanan kesehatan suatu negara antara lain dinilai dengan tinggi rendahnya angka kematian ibu <sup>(7)</sup>

Angka kematian ibu di Indonesia bersekitar 334/100.000 kelahiran hidup. Kematian umumnya banyak terjadi pada masa rawan yang berhubungan dengan kehamilan dan kelahiran dimana terjadi kegagalan mengenai keseriusan masalah dan tidak tersedianya fasilitas pelayanan kesehatan belum adekuat dan belum mudah diperoleh, berarti kemampuan untuk memberi pelayanan kesehatan masih memerlukan perbaikan yang bersifat menyeluruh dan bermutu sehingga sangat tepat kebijakan Departemen Kesehatan republic Indonesia yang telah menetapkan misi untuk memelihara pelayanan yang bermutu, merata, dan terjangkau dalam mewujudkan Indonesia sehat tahun 2010

Masalah keperawatan yang dirasakan pada saat ini terutama menyangkut pelayanan keperawatan belum memenuhi harapan masyarakat baik di rumah sakit maupun di Puskesmas. Kini para medis dituntut agar semakin profesional dibidangnya, dalam arti mampu memecahkan, menangani masalah pasien dalam bidang perawatan. Perawatan masa nifas yang berkualitas mempunyai kedudukan yang tak kalah pentingnya dalam usaha menurunkan angka kematian <sup>(8)</sup>

Peran dan tanggung jawab anggota pelayanan kesehatan pada ibu nifas adalah memberi dukungan secara berkesinambungan selama masa nifas sesuai dengan kebutuhan ibu untuk mengurangi ketegangan fisik dan psikologi selama masa nifas, sebagai promotor hubungan ibu dengan bayi dan keluarga, memberikan dorongan kepada ibu untuk memberikan ASI pada bayinya serta meningkatkan rasa nyaman. Pelayanan kesehatan juga dapat memberikan informasi konseling untuk ibu dan keluarganya mengenai cara pencegahan perdarahan, mengenai tanda – tanda bahaya menjaga gizi yang baik serta mempraktekan kebersihan yang baik.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Mobilitas yang mempengaruhi pemulihan kesehatan ibu post partum di RS Efarina Etaham Berastagi Tahun 2014 mayoritas responden dengan mobilitas mempengaruhi yaitu 18 orang (60%).

2. Asupan nutrisi yang mempengaruhi pemulihan kesehatan di RS Efarina Etaham Berastagi Tahun 2014 mayoritas responden adalah asupan nutrisi tidak mempengaruhi 20 orang (66,7%).
3. Pelayanan kesehatan yang mempengaruhi pemulihan kesehatan ibu post partum di RS Efarina Etaham Berastagi Tahun 2014 pada ibu post partum mayoritas pelayanan kesehatan kurang mempengaruhi yaitu 11 orang (36,67%).

#### **DAFTAR PUSTAKA**

1. Anggraini, Yetti. Asuhan Kebidanan Masa Nifas. Yogyakarta: Pustaka Rihana 2009.
2. Arisma. Gizi Dalam Daur kehidupan. Jakarta: EGC.. 2009.
3. Bandiah, Siti. Kehamilan Persalinan dan Gangguan Kehamilan. Yogyakarta: Nuha Medika. 2009.
4. Byri, Asrol. Pelayanan Kesehatan Pada Ibu Post partum. [Online] [http. www.akbid.blogspot.com](http://www.akbid.blogspot.com).2014. [diakses tanggal: 30 April 2014]. 2006.
5. Darsana, Wayan. Persepsi Ibu Nifas Terhadap Pelayanan Intranatal. [online] [http.http://darsananursejiwa.blogspot.com](http://darsananursejiwa.blogspot.com).2014. [diakses tanggal 28 April 2014]. 2010.
6. Fatma. Masalah Perdarahan Pada Post partum. [Online] [http.www.akbid.blogspot.com](http://www.akbid.blogspot.com).2014. [diakses tanggal:12 April 2014] . 2008.
7. Hidayat Alimul, Aizz. Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah. Jakarta: Selemba Medika. 2008.
8. Suhermi, Widyasih Hesty. Perawatan Masa Nifas. Yogyakarta: Fira Maya. 2009.
9. Wahyu. Kebutuhan dasar Ibu Nifas:Nutrisi dan cairan [online] [http.www.teritorial.kuliah.blogspot.com](http://www.teritorial.kuliah.blogspot.com) [diakses tanggal: 9 Maret 2014]. 2009.
10. William S, Wikins. Ilmu Gizi Menjadi sangat Mudah. Jakarta: EGC. .2011
11. Widi. Kebutuhan dasar Ibu Nifas: Nutrisi dan Cairan [online] [http.www.lusa.web.id.pdf](http://www.lusa.web.id/pdf). [diakses tanggal: 28 April 2014]. 2010.
12. Zalucu, Fotarisman. Praktis Penelitian Kesehatan. Medan: Perdana Publising. 2011.