

Proses Menyusui Dapat Mempercepat Proses Penurunan Fundus Uteri Pada Ibu Postpartum**N.Surtinah**

Prodi DIII Kebidanan Magetan, Poltekkes Kemenkes Surabaya; nanisurtinah@yahoo.co.id (koresponden)

Uswatun Khasanah

Prodi DIII Kebidanan Bangkalan, Poltekkes Kemenkes Surabaya

Rahayu Sumaningsih

Prodi DIII Kebidanan Magetan, Poltekkes Kemenkes Surabaya

ABSTRACT

Changes in the reproductive organs in the postpartum period as a whole are called involution. One component of the involution is a decrease in the uterine fundus. This study aims to analyze the effect of breastfeeding on fundus uterine decline in post partum mothers at the West Bhakti Persada Maternity Hospital, Magetan. The study design was cross-sectional. The population in this study were all postpartum mothers who breastfeed through baby suction at the Maternity Hospital "Bhakti Persada" Barat, Magetan. The sample size was 30 postpartum mothers, who were selected by consecutive sampling technique. The independent variable in this study was breastfeeding, while the dependent variable was a decrease in the uterine fundus. Data on breastfeeding were collected by means of observation, while data on the reduction in uterine fundus were collected by measuring the uterine fundus. The data that had been collected was then analyzed using the Mc.Nemar test. Hypothesis test results show that p-value = 0.008, so it was concluded that breastfeeding affects the decline in uterine fundus.

Keywords: *breastfeeding; involution uteri, post partum*

ABSTRAK

Perubahan-perubahan alat genital dalam keseluruhannya disebut involusi. Salah satu komponen involusio adalah penurunan fundus uteri. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh menyusui terhadap penurunan fundus uteri pada ibu post partum di Rumah Sakit Bersalin "Bhakti Persada" Barat, Magetan. Rancangan penelitian ini adalah cross-sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu postpartum yang menyusui melalui isapan bayi di rumah sakit Bersalin "Bhakti Persada" Barat, Magetan. Ukuran sampel adalah 30 ibu postpartum, yang dipilih dengan teknik consecutive Sampling. Variabel independen dalam penelitian ini adalah menyusui, sedangkan variabel dependen adalah penurunan fundus uteri. Data tentang menyusui dikumpulkan dengan cara observasi, sedangkan data tentang penurunan fundus uteri dikumpulkan melalui pengukuran pada fundus uteri. Data yang telah terkumpul selanjutnya dianalisis menggunakan Mc.Nemar test. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa p-value = 0,008, sehingga disimpulkan bahwa menyusui berpengaruh terhadap penurunan fundus uteri.

Kata kunci: menyusui; involusio uteri, post partum

PENDAHULUAN**Latar Belakang**

Masa nifas adalah masa segera setelah kelahiran, masa ini juga meliputi minggu-minggu berikutnya pada waktu saluran reproduksi kembali ke keadaan tidak hamil yang normal, umumnya berlangsung 6 minggu atau tidak lama sesudahnya. Selama masa ini saluran reproduksi anatominya kembali ke keadaan normal, yang meliputi perubahan pada corpus uteri, struktur permanen pada cerviks, vagina dan perineum sebagai akibat persalinan dan kelahiran. Proses involusi tersebut dipengaruhi oleh status gizi, parietas, usia, pendidikan, menyusui, dan senam nifas. Hal ini dikarenakan faktor-faktor tersebut dapat mengakibatkan kontraksi uterus lebih baik dan pengeluaran lochea lebih lancar.⁽¹⁾

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. Perubahan fisik meliputi ligament bersifat lembut dan kendur, otot-otot teregang, uterus membesar, postur tubuh berubah sebagai kompensasi terhadap perubahan berat badan pada masa hamil, serta terjadi bendungan pada tungkai bawah. Pada saat persalinan dinding panggul selalu teregang dan mungkin terjadi kerusakan pada jalan lahir, serta setelah persalinan otot-otot dasar panggul menjadi longgar karena diregang begitu lama pada saat hamil maupun bersalin.⁽²⁾

Dalam masa nifas alat-alat genetalia internal maupun eksterna akan berangsur-angsur pulih kembali seperti keadaan sebelum hamil. Pada saat ini rahim ibu akan kembali mengecil secara alamiah yang ditandai dengan fundus uteri tidak teraba dan berat rahim kembali ke keadaan normal yaitu 50 gram. Perubahan-perubahan alat genital dalam keseluruhannya disebut *involusi*. Salah satu komponen involusio adalah penurunan fundus uteri. Di samping involusi, terjadi juga perubahan-perubahan penting yakni laktasi. Dimana isapan bayi pada puting susu ibu dapat merangsang dikeluarkannya oksitosin secara alami oleh kelenjar hipofisis. Oksitosin membantu involusi uterus, meminimalisasikan terjadinya pendarahan pasca persalinan, penundaan haid pasca persalinan, serta mengurangi prevalensi anemia defisiensi besi.⁽³⁾

Di Indonesia terutama di kota-kota besar terlihat adanya tendensi penurunan pemberian ASI yang di khawatirkan akan meluas ke pedesaan. Saat ini praktek meneteki di Indonesia cukup memprihatinkan. Menurut SDKI tahun 2005 dan 2007, lebih dari 95% ibu pernah meneteki bayinya, namun yang meneteki dalam 1 jam pertama cenderung menurun dari 8% pada tahun 1997 menjadi 3,7% pada tahun 2002, sedangkan di Propinsi Jawa Timur pada tahun 2007 tercatat sebanyak 354 kasus kematian maternal, di mana sebanyak 65 ibu yang mengalami kematian saat kehamilan, sebanyak 221 ibu mengalami kematian saat persalinan dan sebanyak 68 ibu yang mengalami kematian saat masa nifas (Subakhi, 2008). Pendarahan merupakan salah satu penyebab utama kematian ibu dalam masa perinatal yakni 50-60% ibu yang mengalami pendarahan pasca persalinan hal itu dikarenakan kelemahan atau tidak ada kontaksi uterus. Catatan rekam medis diruang kebidanan RSUD Jombang menyatakan bahwa pada ibu post partum yang menyusui penurunan tinggi fundus uteri 2,5 – 3cm, sedangkan pada ibu post partum yang tidak menyusui mengalami penurunan fundus uteri 0,5 – 1cm. Hal ini mempunyai dampak yang berbahaya terhadap jiwa ibu karena dapat menimbulkan infeksi sampai dengan perdarahan.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 12 April 2010 di Rumah Sakit Bersalin Bhakti Persada Barat Magetan dari data dokumentasi rumah sakit didapatkan hasil bahwa data dari tiga bulan terakhir pada bulan Januari – Maret jumlah ibu yang mengalami persalinan sebanyak 78 ibu. Dari 78 ibu yang mengalami persalinan, sebanyak 59 ibu (76%) menyusui dan mengalami penurunan fundus uteri 1,5-2cm dalam waktu 7 hari, sedangkan dari 19 ibu (24%) yang tidak memberikan ASI secara langsung, diantaranya 17 (22%) ibu mengalami pendarahan sub involusi dan 2 ibu meninggal akibat pendarahan karena penurunan fundus uteri tidak turun dalam waktu 7 hari

Proses involusi rahim tidak berjalan sebagaimana mestinya, sehingga proses pengecilan rahim terhambat. Penyebab terjadinya sub involusi uteri adalah terjadinya infeksi pada endometrium, terdapat sisa plasenta dan selaputnya, terdapat bekuan darah, atau mioma uteri. Gangguan laktasi juga akan dapat menyebabkan gangguan penurunan fundus uteri. Hal ini dikarenakan kurangnya isapan bayi pada payudara sehingga akan mengurangi terbentuknya oksitosin oleh kelenjar hipofisis. Kurangnya pelepasan oksitosin menyebabkan terjadinya penurunan kontraksi uterus sehingga fundus uteri letaknya tetap tinggi didalam abdomen. Keadaan ini disebut sub penurunan fundus uteri, dimana keadaan ini akan mengakibatkan uterus tidak dapat kembali ke keadaan normal dan mengakibatkan terjadinya perdarahan. Tanda dan gejala sub fundus uteri tidak tampak, sampai kira-kira 4 hingga 6 minggu post partum. Sub fundus uteri ini dapat menyebabkan kanker rahim yang mungkin terjadi dalam masa 40 hari. Hal ini mungkin disebabkan karena ibu tidak mau menyusui, takut untuk mobilisasi atau aktifitas yang kurang.⁽⁴⁾

Dengan adanya penurunan pemberian ASI pada bayi akan memberikan pengaruh yang kurang baik bagi ibu maupun bayi, pengaruh bagi ibu yang tidak menyusui adalah menderita kanker payudara dan pendarahan post partum, di mana pendarahan post partum ini diakibatkan pengecilan atau kontraksi rahim yang kurang baik.⁽³⁾

Untuk mencegah terjadinya perdarahan akibat sub involusi dan untuk meningkatkan rasa nyaman dan aman pada bayi serta untuk meningkatkan hubungan fisik dan psikologi antara ibu dan bayi dapat dilakukan inisiasi dini atau menyusui segera setelah melahirkan. Cara paling efektif dalam mempertahankan proses laktasi adalah isapan bayi yang reguler sehingga reflek prolaktin dan reflek ejeksi ASI dapat terus terjadi dan distensi alveolus dapat dicegah.⁽²⁾

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan diatas maka penulis merasa perlu mengadakan penelitian tentang Pengaruh Menyusui Terhadap Penurunan Fundus Uteri Pada Ibu Post Partum di Rumah Sakit Bersalin Bhakti Persada Barat Magetan.

Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh menyusui terhadap penurunan fundus uteri pada ibu post partum di Rumah Sakit Bersalin Bhakti Persada Barat Magetan

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian analitik yaitu membuat prediksi atau ramalan atau perkiraan terhadap variabel yang sedang diteliti, dengan rancangan *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu postpartum yang menyusui bayinya lewat isapan bayi di rumah sakit Bersalin Bhakti Persada Barat Magetan. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *consecutive Sampling*. Besar sampel berdasarkan perhitungan sebanyak 30 ibu postpartum.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah menyusui, sedangkan variabel dependen adalah penurunan fundus uteri. Data tentang menyusui dikumpulkan dengan cara melakukan observasi terhadap frekuensi menyusui ibu dengan menggunakan lembar observasi, sedangkan data penurunan fundus uteri dikumpulkan dengan cara melakukan pengukuran pada fundus uteri ibu dengan menggunakan pita ukur. Pengukuran dilakukan mulai dari hari 1 sampai dengan hari ke 4 post partum. Analisis data dengan uji statistik Mc Nemar, tingkat kesalahan yang ditetapkan sebesar α 0.05.⁽⁵⁾

HASIL

Tabel 1. Karakteristik responden

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Umur		
a. 20-35 tahun	27	90
b. 36-45 tahun	2	6,7
c. 46-55 tahun	1	3,3
Pendidikan		
a. PT	1	3,3
b. SMA	19	63,3
c. SMP	8	26,7
d. SD	2	6,7
Pekerjaan		
a. PNS	3	10
b. Swasta	22	73,3
c. Tidak bekerja	5	16,7
Paritas		
a. Primi para	22	73,3
b. Multipara	8	26,7

Tabel 2. Distribusi kualitas menyusui

Frekuensi menyusui	Frekuensi	Persentase
Baik (frekuensi 12-15kali sehari)	22	73,3
Kurang (frekuensi 7-11 kali sehari)	8	26,6

Dari tabel 1 dapat disimpulkan bahwa dari 30 orang ibu yang menyusui, sebagian besar (73,3%) menyusui dengan frekuensi 12-15 kali sehari.

Tabel 2. Distribusi penurunan fundus uteri pada ibu post partum yang menyusui

Parameter	Frekuensi	Persentase
Baik	22	73,3
Kurang	8	26,7

Tabel 4. Pengaruh menyusui terhadap penurunan fundus uteri

Frekuensi menyusui	Penurunan fundus uteri				Total	
	Baik ≥ 2 cm		Kurang < 2 cm			
	f	%	f	%	n	%
Baik (frekuensi 12-15kali sehari)	22	73,3	0	0	22	73,3
Kurang (frekuensi 7-11 kali sehari)	0	0	8	26,7	8	26,7
Total	22	73,3	8	26,7	30	100

PEMBAHASAN

Frekuensi Menyusui

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan data bahwa sebagian besar ibu post partum (73,3%) menyusui dengan frekuensi 12-15 kali sehari. Menyusui adalah keseluruhan proses menyusui mulai dari ASI di produksi sampai proses bayi menghisap dan menelan ASI. Semakin sering ibu menyusui, pengosongan payudara akan semakin sering juga yang pada akhirnya akan berdampak pada semakin meningkatnya produksi ASI. Dianjurkan dalam satu hari ibu menyusui bayinya 8-12 kali sehari atau setiap 2-3 jam sekali. Menyusui sebagai salah satu bentuk perilaku dipengaruhi oleh beberapa factor antara lain usia, tingkat pendidikan dan pekerjaan. Sebagian besar ibu post partum (90%) berusia 20-35 tahun. Usia ini merupakan rentang usia reproduksi sehat dimana organ reproduksi mampu berfungsi secara maksimal termasuk payudara telah siap untuk proses menyusui. Selain itu sebanyak 19 (63,3%) ibu post partum berpendidikan SMA. Pada umumnya semakin tinggi pendidikan maka akan semakin baik pula tingkat pengetahuannya. Pengetahuan itu sendiri merupakan suatu kemampuan seseorang untuk mengingat fakta, simbol, prosedur teknik dan teori. Menurut Notoatmojo agar seseorang dapat melakukan suatu prosedur dengan baik harus sudah ada pada tingkat pengetahuan aplikasi. Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada suatu situasi atau kondisi sebenarnya.⁽⁶⁾ Pada ibu post partum yang berpendidikan tinggi akan lebih baik melaksanakan prosedur menyusui dibandingkan dengan yang pendidikannya rendah. Dari hasil penelitian yang dilakukan di Rumah sakit bersalin Bhakti Persada Magetan menunjukkan bahwa sebanyak 22 (73,3%) ibu postpartum bekerja sebagai wiraswasta. Walaupun ibu bekerja sebaiknya terus menyusui bayinya ibu dianjurkan untuk mengikuti cara-cara untuk mencegah penurunan produksi ASI dan penyapihan yang terlalu dini, sebelum ibu berangkat bekerja, bayi harus disusui selanjutnya ASI diperas dan disimpan untuk diberikan bayi selama ibu bekerja, bila mungkin ibu pulang untuk menyusui pada tengah hari, tidak menggunakan susu formula pada saat hari libur, tidak mulai bekerja terlalu cepat setelah melahirkan tunggu 1-2 bulan untuk menyakinkan lancarnya produksi ASI dan masalah pada awal menyusui telah teratasi, hal ini dilakukan untuk menghindari bayi bingung putting.⁽⁷⁾

Penurunan Fundus Uteri

Involusio merupakan proses kembalinya uterus pada kondisi sebelum hamil. Melalui proses ini lapisan luar dari desidua yang mengelilingi plasenta akan nekrotik (layu/mati).⁽⁹⁾ Ada beberapa faktor yang mempengaruhi proses involusio uteri, diantaranya parietas (jumlah anak). Otot-otot yang sering teregang maka elastisitasnya berkurang. dengan demikian untuk mengembalikan kekeadaan semula setelah teregang memerlukan waktu yang lama.⁽⁸⁾ Pada hasil penelitian didapatkan bahwa 73,3% responden merupakan primipara dimana otot-otot uterus masih dalam kondisi elastisitas yang baik. Hal ini akan berdampak pada proses involusio yang baik juga. Selain itu rata-rata usia ibu adalah 27 tahun. Semakin tua usia ibu maka proses involusio adalah semakin lambat. Hal ini dikarenakan adanya proses degeneratif yang mempengaruhi proses involusio dimana pada masa ini terjadi peningkatan jumlah lemak, penurunan perserapan lemak karbohidrat dan protein, serta terjadi penurunan otot perubahan yang terjadi mengakibatkan penurunan fundus uteri, sebaliknya pada usia ibu yang relatif muda dimana individu mencapai satu kondisi vitalitas yang prima sehingga kontraksi otot dan kembalinya alat-alat kandungan juga semakin cepat karena proses regenerasi dari sel-sel alat kandungan yang sangat bagus pada usia-usia tersebut.

Pengaruh Menyusui Terhadap Penurunan Fundus Uteri

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh menyusui terhadap penurunan fundus uteri pada ibu postpartum di Rumah Sakit Bhakti Persada Magetan. Menurut hasil penelitian pada Haryono (2004) Untuk mengetahui adanya pengaruh menyusui terhadap percepatan penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum didapatkan hasil penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum yang menyusui sebagian besar mengalami penurunan tinggi fundus uteri sebesar 1,5-2 cm yaitu sebanyak 14 orang (46,75%), sedangkan pada ibu postpartum yang tidak menyusui penurunan tinggi fundus uteri sebagian besar hanya dengan selisih 0,5-1 cm yaitu sebanyak 21 orang (70%). Hal ini dapat disimpulkan bahwa penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum yang menyusui lebih cepat dari pada ibu post partum yang tidak menyusui. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang dikemukakan Cristina yang menyatakan bahwa isapan bayi adalah merangsang otot polos pada puting susu, rangsangan ini oleh syaraf diteruskan ke otak kemudian otak memerintahkan kelenjar hipofise posterior mengeluarkan oksitosin yang di bawa ke otot polos buah dada sehingga otot polos buah dada berkontraksi dan akhirnya diproduksi ASI selain itu hormon oksitosin yang dikeluarkan kelenjar hipofise

dengan mempengaruhi otot polos uterus yang mengakibatkan otot polos uterus berkontraksi. Dengan demikian involusi uterus lebih cepat dan pengeluaran lochea lebih lancar.⁽¹⁰⁾ Menurut Sediaoetama (1996) Proses involusi uterus dibantu kesediaan ibu untuk memberikan air susu ibu pada waktu bayi menghisap ASI terjadi rangsangan ke hipofisis posterior sehingga dapat dikeluarkan. Oksitosin akan merangsang pula otot rahim sehingga mempercepat terjadinya penurunan fundus uteri.⁽¹¹⁾

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang dilaksanakan di Rumah Sakit Bersalin Bhakti Persada Magetan, dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh menyusui terhadap penurunan fundus uteri pada ibu post partum.

DAFTAR PUSTAKA

1. Cunningham FG. *Obstetri Williams*. Jakarta: EGC; 2005.
2. Prawirohardjo S. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka; 2005.
3. Ambarwati, Wulandari. *Asuhan Kebidanan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta: Mitra cendekia; 2009.
4. Wiknjosastro H. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo; 1999.
5. Arikunto S. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta; 2006.
6. Notoatmodjo S. *Promosi Kesehatan: Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta; 2010.
7. Bahiyatun. *Kebidanan Nifas Normal*. Jakarta: EGC; 2009.
8. Reeder JS. *Maternity Nursing*. New York: Lippincot Philadelphia; 1997.
9. Sulistiowati A. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Nifas*. Yogyakarta: Andi Offset; 2009.
10. Cristina I. *Perawatan Kebidanan*. Jakarta: Bhatara Karya Aksara; 1996.
11. Sediaoetama AD. *Ilmu Gizi Untuk Mahasiswa dan Profesi*. Jakarta: Dian Rakyat; 1996.