

Hubungan Menyusui Dengan Percepatan Penurunan Tinggi Fundus Uteri Pada Ibu Postpartum Di Klinik Pratama Jaya Tahun 2024

Ade Ira Zahriany

Akademi Kebidanan Kharisma Husada Binjai
E-mail: azahriany@gmail.com

Article History:

Received: 05 Agustus 2024

Revised: 23 Agustus 2024

Accepted: 26 Agustus 2024

Keywords:

Manfaat Menyusui, Postpartum, Percepatan penurunan TFU

Abstract: Menyusui membantu dalam proses involusi uteri menurut survey masih sering dijumpai ibu yang menyusui bayinya dalam kategori kurang. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisa hubungan menyusui terhadap penurunan tinggi fundus uteri pada ibu postpartum di Klinik Pratama Jaya Tahun 2024. Berdasarkan survei awal yang dilakukan pada tanggal 29 Januari 2024 ditemukan bahwa dari 20 ibu postpartum yang menyusui pada bulan Januari dijumpai adanya 20 ibu postpartum yang menyusui tidak teratur. Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan kuantitatif dan menggunakan uji Chi-square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas yang menyusui teratur sebanyak 65% dan minoritas yang tidak teratur menyusui sebanyak 35%. Sedangkan, mayoritas percepatan penurunan tinggi fundus uteri turun sebanyak 55% dan minoritas percepatan penurunan tinggi fundus uteri tidak turun sebanyak 45%. Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan menyusui dengan percepatan penurunan tinggi fundus uteri pada ibu postpartum di Klinik Pratama Jaya Tahun 2024 dengan nilai p value 0,037 ($p < 0,05$) artinya ada perbedaan yang bermakna antara penurunan tinggi fundus uteri terhadap sebelum dan sesudah menyusui. Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa dengan frekuensi sering akan mempercepat proses penurunan TFU, oleh sebab itu diharapkan ibu postpartum untuk menyusui bayinya dengan sering agar proses involusi uteri berjalan dengan baik.

PENDAHULUAN

Menyusui merupakan proses pemberian ASI (air susu ibu) pada bayi mulai dari bayi lahir dari payudara ibu. Upaya yang dilakukan untuk membantu ibu untuk mencapai keberhasilan ibu menyusui bayinya disebut dengan manajemen laktasi atau menyusui (Siti Nurjanah et al, 2018).

Proses laktasi atau menyusui adalah proses pembentukan ASI yang dimana melibatkan hormone prolactin dan hormone oksitosin. Hormone prolaktin selama masa kehamilan meningkat tetapi ASI belum keluar, sehingga menghambat hormone estrogen untuk naik. Hormon estrogen

akan menurun saat melahirkan dan tetap rendah dalam beberapa bulan saat masih menyusui (Andini Octaviana Putri et al, 2020).

Ibu postpartum yang menyusui sesering mungkin sangat berpengaruh dalam perubahan hormone estrogen, dan berpengaruh juga dalam percepatan penurunan tinggi fundus uteri, dimana semakin cepat bayi bayi menghisap puting maka semakin cepat penurunan tinggi fundus uteri ibu. Penurunan tinggi fundus uteri pada hari pertama berada di atas simfisis pubis sekitar 12 cm , dapat dilakukan teknik pengukuran TFU dengan menggunakan pita senti dengan cara diukur dari simfisis pubis hingga bagian atas perut (fundus). Penurunan tinggi fundus uteri berlangsung 1 cm setiap harinya (Anjarwati et al, 2013).

Postpartum adalah masa dimulai dari beberapa jam setelah plasenta lahir sampai 6 minggu postpartum. Postpartum adalah masa selama persalinan dan setelah persalinan yang meliputi minggu-minggu waktu masa pemulihan saluran reproduksi kembali ke keadaan pada sebelum hamil. Dimana masa pemulihan ibu postpartum dalam keadaan sebelum hamil membutuhkan waktu 6-12 minggu (Irma Hamdayani Pasaribu et al, 2023).

Menurut hasil penelitian oleh Susiyanti et al tentang Hubungan Mobilisasi Dini Terhadap Penurunan TFU Pada Ibu Nifas di Bidan Praktik Mandiri Susiyanti Tahun 2022 mendapatkan hasil bahwa mayoritas penurunan TFU pada Ibu Nifas pada Hari Pertama Dan Kedua dengan kategori cepat sebelum dilakukan menyusui sebanyak 50%, sedangkan kategori penurunan TFU Hari Pertama dan kedua dengan kategori lambat sebanyak 50%. Sebanyak 87,5% dengan kategori penurunan TFU pada ibu nifas hari pertama dan kedua dengan kategori cepat setelah dilakukan menyusui.

Menurut penelitian yang dilakukan Leni Wijaya 2018 mendapat hasil bahwa ibu postpartum yang menyusui sebanyak 15 ibu postpartum. Pada hari pertama TFU ibu paling tinggi adalah 19 cm sebanyak 1 orang (6,7%), 18 cm sebanyak 4 orang (26,7%), 17 cm sebanyak 6 orang (40%), dan 16 cm sebanyak 3 orang (20%) sedangkan yang paling rendah 15 cm sebanyak 1 orang (6,7%). Sedangkan pada hari kedua TFU ibu postpartum paling tinggi adalah 16 cm sebanyak 2 orang (13,3%), 15 cm sebanyak 3 orang (20%), 14 cm sebanyak 4 orang (26,7%) dan 13 cm sebanyak 4 orang (26,7%).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan di klinik pratama jaya pada tanggal 29 Januari 2024 di tentukan bahwa dari 20 orang ibu postpartum yang melakukan kunjungan nifas pada bulan agustus dijumpai adanya 20 ibu nifas yang mengalami penurunan TFU yang lambat. Namun setelah dilakukan menyusui mengalami perubahan dimana penurunan TFU menjadi lebih cepat.

LANDASAN TEORI

Pengertian Menyusui

Menyusui merupakan hal yang fisiologis, namun ibu tetap harus mempersiapkan diri secara keseluruhan baik secara fisik (body), pikiran (mind) dan persiapan jiwa (soul). Persiapan fisik dapat berupa meningkatkan kualitas asupan nutrisi yang bergizi seimbang sehingga tubuh mempunyai cadangan untuk memproduksi ASI. Selain itu, ibu menyusui juga harus belajar manajemen laktasi yaitu bagaimana posisi dan pelekatan yang benar saat menyusui. Persiapan pikiran (mind) dilakukan dengan membuat ketenangan pikiran ibu sehingga ibu dapat percaya diri dan yakin bahwa ibu dapat menyusui dan memproduksi ASI yang cukup untuk anaknya. Persiapan jiwa (soul) dapat dilakukan dengan mengumpulkan niat yang tulus untuk menyusui bayinya dengan memberikan nutrisi yang terbaik untuk bayi, memiliki keyakinan bahwa menyusui adalah hal yang menyenangkan dan bukan menjadi beban sehingga ibu dapat

memberikan ASI dengan gembira (Siti Nurjanah et al, 2018).

Manfaat Menyusui Bagi Ibu

Mencegah Perdarahan Pasca Persalinan. Menyusui segera setelah ibu melahirkan merupakan metode yang efektif untuk mencegah pendarahan pasca persalinan. Berbagai studi secara konsisten menunjukkan adanya hubungan antara menyusui dengan proses pemulihan ibu pasca melahirkan. Isapan bayi pada puting payudara ibu akan merangsang kelenjar hipofisis bagian posterior untuk menghasilkan hormon oksitosin yang akan menyebabkan kontraksi otot polos di sekitar payudara untuk mengeluarkan ASI dan disekitar rahim untuk mengerut sehingga mencegah terjadinya perdarahan pasca persalinan yang merupakan salah satu penyebab utama kematian ibu.

Mempercepat Involusi Uterus. Involusi uterus atau pengerutan uterus adalah suatu kembalinya uterus ke kondisi sebelum hamil. Menyusui segera setelah ibu melahirkan atau mempraktikkan inisiasi menyusui dini merupakan salah satu faktor yang memengaruhi involusi uterus. Hal ini dipicu oleh hormone oksitosin yang dihasilkan saat menyusui. Oksitosin tidak hanya berperan merangsang kontraksi otot-otot polos payudara, namun juga menyebabkan terjadinya kontraksi dan retraksi otot uterus, sehingga memicu rahim untuk kembali ke posisi semula

Pengertian Tinggi Fundus Uteri

Tinggi fundus uteri pada ibu postpartum merupakan proses kembalinya rahim dalam keadaan sebelum hamil setelah lahir dikenal sebagai involusi rahim. Involusi yaitu uterus yang kembali pada ukuran, dan tonus ke posisi tidak hamil. Ukuran uterus berkurang yang awalnya 15 cm x 11 cm x 7,5 cm jadi 7,5 cm x 5 cm x 2,5 cm di minggu ke-6. Penurunan TFU bertahap yaitu 1 cm/hari. Setiap 24 jam, fundus uteri menyusut sekitar 1-2 cm. fundus uteri yang normal berada di tengah antara umbilicus dan simfisis pubis pada hari keenam setelah melahirkan (Maryati et al, 2023).

Menyusui segera setelah lahir merupakan hubungan yang penting dalam percepatan penurunan TFU pada ibu postpartum. Hal ini lah yang membantu mempercepat proses involusi uterus. Semakin cepat bayi menghisap puting susu maka proses involusi semakin baik. Menyusui pada ibu postpartum sangat penting karena jika pada ibu postpartum tidak ada proses menyusui maka tidak terdapat rangsangan puting susu pada ibu, sehingga reflek pengeluaran hormon oksitosin tidak terjadi dan akan berdampak pada proses penurunan Tinggi Fundus Uteri (TFU) dan perdarahan karena hormon oksitosin tidak hanya mempengaruhi otot polos payudara, tetapi juga otot polos uterus sehingga jika tidak terdapat rangsangan maka tidak berkontraksi dengan baik (Leni Wijaya, 2018).

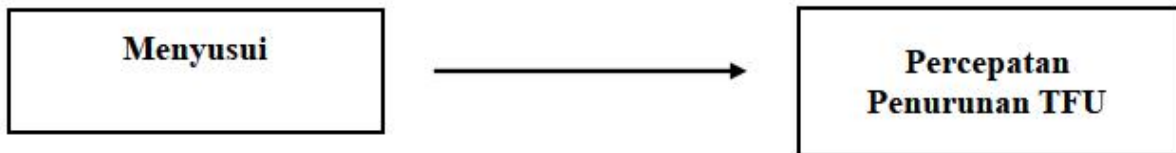
Menyusui merupakan salah satu faktor pendukung yang berperan penting untuk memperbaiki involusi uterus, karena dengan menyusui merangsang hormon oksitosin yang menyebabkan kontraksi sehingga terjadi involusi uterus. Selain itu menyusui juga mempunyai manfaat yang besar baik bagi bayi maupun bagi ibu, namun kita masih menemukan ibu-ibu tidak mau menyusui bayinya hal tersebut di pengaruhi oleh berbagai faktor misalnya bendungan ASI, kelainan pada puting susu maupun penyakit tertentu (Leni Wijaya, 2018).

METODE PENELITIAN

Hubungan Menyusui Dengan Percepatan Penurunan Tinggi Fundus Uteri Pada Ibu Postpartum di Klinik Pratama Jaya Tahun 2024.

Variabel Independent

Variabel Dependent



Gambar 1. Kerangka Penelitian

Desain yang digunakan dalam penelitian ini dengan pendekatan metode kuantitatif dengan analisa data statistik uji *chi-square* untuk menentukan hubungan antara dua variabel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Analisa *univariat* bertujuan untuk menjelaskan dan mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel yang diteliti. Dengan analisa univariat dapat dilihat distribusi Hubungan Menyusui Dengan Percepatan Penurunan Tinggi Fundus Uteri Pada Ibu Postpartum.

Tabel 1. Menganalisis Responden Berdasarkan Variabel Menyusui Di Klinik Pratama Jaya Tahun 2024

No	Menyusui	Jumlah	
		f	%
1.	Teratur	13	65%
2.	Tidak Teratur	7	35%
Total		20	100%

Berdasarkan Tabel 4.1 Dapat diketahui bahwa 20 responden yang menyusui di Klinik Pratama Jaya Tahun 2024. Mayoritas menyusui teratur sebanyak 65% Minoritas menyusui tidak teratur sebanyak 35%.

Tabel 2. Menganalisis Distribusi Berdasarkan Variabel Percepatan Penurunan Tinggi Fundus Uteri Pada Ibu Postpartum Di Klinik Pratama Jaya Tahun 2024

No	Percepatan Penurunan Tinggi Fundus Uteri	Jumlah	
		f	%
1.	Turun	11	55%
2.	Tidak Turun	9	45%
Total		20	100%

Berdasarkan Tabel 4.2 Dapat diketahui bahwa distribusi percepatan penurunan tinggi fundus uteri pada ibu postpartum di Klinik Pratama Jaya Tahun 2024. Mayoritas Turun sebanyak 55%, Minoritas Tidak Turun sebanyak 45%.

Analisa Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel independent dan variabel dependent. Analisis dilakukan dengan menggunakan *chis square*. Sehingga apabila ditentukan hasil analisis statistik $p < 0,05$ maka variabel tersebut dinyatakan berhubungan secara signifikan.

Tabel 3. Hubungan Menyusui Dengan Percepatan Penurunan Tinggi Fundus Uteri Pada Ibu Postpartum Di Klinik Pratama Jaya Tahun 2024

No	Menyusui	Percepatan Penurunan Tinggi Fundus Uteri				Jumlah		df	Sig 2-sided
		Turun		Tidak turun		f	%		
		f	%	f	%				
1.	Teratur	2	3,8%	13	11,3%	15	15%	1	0,037
2.	Tidak Teratur	3	1,3%	2	3,8%	5	5%		
Total		5	5%	15	15%	20	20%		

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa dari 20 responden mayoritas hubungan menyusui, teratur sebanyak 65% dan minoritas menyusui tidak teratur sebanyak 35%.

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa dari 20 responden mayoritas hubungan menyusui, percepatan penurunan tinggi fundus uteri turun 55% dan minoritas hubungan menyusui, percepatan penurunan tinggi fundus uteri tidak turun sebanyak 45%.

Berdasarkan hasil uji *chis-square* Hubungan Menyusui di Klinik Pratama Jaya Tahun 2024 dengan derajat kemaknaan (α) = 0,05 dan $df=1$ diperoleh hasil perhitungan yaitu sig (2-tailed) $0,003 < (\alpha) = 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Kesimpulannya ada Hubungan Menyusui Dengan Percepatan Penurunan Tinggi Fundus Uteri di Klinik Pratama Jaya Tahun 2024.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil uji *chis-square* Hubungan Menyusui Dengan Percepatan Penurunan Tinggi Fundus Uteri Pada Ibu Postpartum Di Klinik Pratama Jaya Tahun 2024, dengan derajat kemaknaan (α) = 0,05 dan $df=1$ diperoleh hasil perhitungan yaitu sig (2-tailed) $0,001 < (\alpha) = 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Kesimpulannya ada Hubungan Menyusui Dengan Percepatan Penurunan Tinggi Fundus Uteri Pada Ibu Postpartum di Klinik Pratama Jaya Tahun 2024.

DAFTAR REFERENSI

- Achmada, N. M., & Erika, A. (2015). *Asuhan Kebidanan Ibu Nifas Selama Proses Involusi Uteri Di Bpm Ny. Yuni Widaryanti Amd.Keb Desa Sumber Mulyo Kecamatan Jigoroto Kabupaten Jombang*. 2.
- Elisabeth, S. W., & Endang, P. (2017). *Asuhan kebidanan : masa nifas & menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Enny, F., & Istri, U. (2018). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas beserta Daftar Tilik*. Yogyakarta: Universitas Aisyiyah Yogyakarta.
- Friska, M. S. (2016). *Asuhan Kebidanan Ibu Nifas*. Yogyakarta: Deepublish.
- Hestin, E. Y., & Risma, A. P. (2021). *Persepsi Ibu Nifas Terhadap Senam Nifas Di Pmb Muthiah Yulihartati. A.Md.Keb Desa Labang Kakecamatan Babulu Tahun 2020*. 9-10.
- Ineke, Murti, A., & Sri, S. (2016). Pengaruh Senam Nifas Terhadap Tinggi Fundus Uteri Dan Jenis Lochea Pada Primipara. *Jurnal Ilmiah Bidan, Vol.1, No.3*, 51.
- KEMENKES. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020*. Jakarta: Kementerian Kesehatan

Republik Indonesia.

Kesehatan, K. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia 2020*. Jakarta: Kementiran Kesehatan RI.

Muh. Fahril, A. (2021). *Intervensi Asuhan Keperawatan Senam Nifas Dalam Menurunkan Nyeri Involusi Uteri Pada Ibu Post Partum Di Ruangan Nifas Pkm Bajeng Kab. Gowa*. Makasar: Repository UIN Alauddin Makassar.

Muthmainnah, Z., Tutik, E., & Mega, S. N. (2018). Pendidikan Kesehatan Dan Pelatihan Senam Nifas. *J-PENGMAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 12-15.

Ninik, W., & Lisa, N. (2017). Faktor –Faktor Yang Mempengaruhi Proses Involusi Uterus Pada Masa Nifas Diwilayah Kerja Puskesmas Mandala Kabupaten Lebak Propinsi Banten Tahun 2016. *Jurnal Medikes, Volume 4, edisi 2*, 172-173.