

## PENGARUH MENYUSUI TERHADAP PENURUNAN TINGGI FUNDUS UTERI

Aryanti Wardiyah<sup>1</sup>, Setiawati<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Dosen Akademi Keperawatan Malahayati Bandar Lampung. Email: aryanti@malahayati.ac.id

<sup>2</sup>Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Bandar Lampung  
Email: setiawati@malahayati.ac.id

### ABSTRAK

**Pendahuluan:** Menyusui merupakan tugas luhur seorang ibu terhadap anaknya karena didalam air susu ibu (ASI) mengandung banyak manfaat bagi bayi dan ibunya. Salah satu manfaatnya adalah penurunan tinggi fundus uteri (TFU) yang secara tidak langsung dapat mencegah terjadinya perdarahan setelah melahirkan. Perdarahan merupakan penyebab kematian terbanyak pada ibu post partum. Hasil survei awal didapatkan data rata-rata pasien per bulan sebanyak 20 pasien, kemudian hasil survei padang ibu post partum di RS Abdul Moeloek yang ada di didapatkan data sebanyak 70% yang tidak menyusui bayinya dengan penurunan tinggi fundus uteri rata-rata 1cm dan sebanyak 3 orang (30%) memberikan ASI kepada bayinya segera setelah bayi lahir dengan penurunan tinggi fundus uteri rata-rata 1,5cm setelah 8 jam post partum. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh menyusui terhadap penurunan TFU.

**Metode:** Jenis penelitian kuantitatif, tempat penelitiannya adalah di RS dr. Abdul Moeloek dengan populasi yang akan diambil adalah seluruh ibu yang melahirkan secara normal di RS, jumlah sampel 30 responden, tehnik pengambilan sampel secara *accidental sampling*, analisa data secara univariat mean dan bivariat menggunakan uji T.

**Hasil:** Pada penelitian menunjukkan rerata TFU responden sebelum menyusui sebesar 0,98 cm (95% CI: 0,8 – 1,2), Rerata TFU responden setelah dilakukan intervensi menyusui sebesar 2,99 cm (95% CI 2,8-3,2), ada pengaruh menyusui terhadap penurunan TFU *p value* = 0,000. Penting untuk memberikan dukungan dari petugas kesehatan kepada ibu post partum dalam bentuk media leaflet, poster, *discharge planning* tentang menyusui.

**Kata kunci:** Menyusui, tinggi fundus uteri, post partum

### PENDAHULUAN

Dalam masa nifas alat-alat genitalia internal maupun eksternal akan berangsur-angsur pulih kembali seperti keadaan sebelum hamil. 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 dan gangguan laktasi merupakan salah satu penyebab penurunan fundus uteri terganggu (Wiknjastro, 2005). Apabila proses involusi ini tidak berjalan dengan baik maka akan timbul suatu keadaan yang disebut sub involusi uteri yang akan menyebabkan terjadinya perdarahan yang mungkin terjadi dalam masa 40 hari, hal ini mungkin disebabkan karena ibu tidak mau menyusui, takut untuk mobilisasi atau aktifitas yang kurang (Wiknjastro, 2005).

Hasil penelitian Riyantika (2011), tentang pengaruh frekuensi pemberian ASI terhadap penurunan tinggi fundus uterus pada ibu post partum di Desa Petirejo Temanggung didapatkan data bahwa ibu post partum yang frekuensi pemberian ASI lebih dari 13 kali perhari sebanyak

10 orang (33,3%) dengan penurunan TFU rata-rata 3,08 cm, frekuensi pemberian ASI 10-12 kali perhari sebanyak 8 orang (26,7%) dengan penurunan TFU rata-rata 4,03 cm, frekuensi pemberian ASI kurang dari 10 kali perhari sebanyak 12 orang (40%) dengan penurunan TFU rata-rata 5,22 cm dan didapatkan adanya pengaruh secara signifikan antara frekuensi pemberian ASI dengan penurunan TFU (*p-value* = 0,000 < 0,05). Perbedaan penelitian ini dengan penelitian Riyantika (2011) adalah pada jumlah sampel penelitian pada ibu post partum hari pertama sampai ketiga dan yang menjadi sampel penelitian adalah ibu primigravida dan multigravida.

Hasil survei awal didapatkan data rata-rata pasien per bulan sebanyak 20 pasien, kemudian hasil survei padang ibu post partum di RS Abdul Moeloek yang ada di didapatkan data sebanyak 70% yang tidak menyusui bayinya dengan penurunan tinggi fundus uteri rata-rata 1cm dan sebanyak 3 orang (30%) memberikan ASI kepada bayinya segera setelah bayi lahir dengan penurunan tinggi fundus uteri rata-rata 1,5cm setelah 8 jam post partum. Sehingga didapatkan ibu yang tidak menyusui bayinya mengalami penurunan

fundus uteri pada ibu post partum lebih lama dibandingkan dengan ibu yang menyusui ASI kepada bayinya. Menyusui memberikan manfaat yang maksimal yaitu masuknya ASI ke dalam sistem pencernaan bayi, maka ASI harus diberikan kepada bayi segera setelah dilahirkan atau paling lambat 30 menit setelah lahir, karena daya isap bayi pada saat itu paling kuat untuk merangsang produksi ASI selanjutnya. ASI yang keluar beberapa hari setelah persalinan disebut kolostrum. Manfaat lain dari menyusui adalah terhadap penurunan tinggi fundus uterus pada ibu post partum. Masa post partum merupakan masa 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. Masa nifas hari pertama adalah masa kritis yang rentan sekali terjadi perdarahan, karena kontraksi uterus yang lemah.

Sehingga perlu pemantauan yang ketat terhadap kondisi fisik ibu post partum serta intervensi keperawatan yang dapat mencegah terjadinya hal yang mengancam jiwa. Salah satunya adalah intervensi dengan cara menyusui terhadap penurunan tinggi fundus uteri. Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian ini adalah: "Apakah ada pengaruh menyusui terhadap penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum di RS Abdul Moeloek Provinsi Lampung tahun 2016?"

#### METODOLOGI PENELITIAN

Jenis kuantitatif yang bertujuan mengetahui pengaruh menyusui terhadap penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum di RS dr H Abdul Moeloek Provinsi Lampung pada bulan Juni 2017.

#### HASIL PENELITIAN

**Tabel 1. Rerata TFU sebelum dan sesudah intervensi pada ibu post partum di ruang Kebidanan RSAM Provinsi Lampung Juni 2017 (N=30)**

Variabel	Mean (cm)	SD (cm)	Minimal-Maksimal
TFU sebelum menyusui	0,98	0,08	0,8 – 1,2
TFU sesudah menyusui	2,99	0,09	2,8 – 3,2

Tabel 1. menunjukkan rerata TFU responden sebelum menyusui sebesar 0,98 cm (95% CI: 0,8 – 1,2), dengan standar deviasi 0,08. Ibu post partum sebelum menyusui bayinya memiliki ukuran TFU dengan rerata 0,98 cm. Estimasi interval kepercayaan 95% diyakini bahwa rerata TFU pada ibu sebelum menyusui diantara 0,8 – 1,2. Rerata TFU responden setelah dilakukan intervensi menyusui sebesar 2,99 cm (95% CI 2,8-3,2) dengan standar deviasi 0,09. TFU responden setelah intervensi termasuk normal. Estimasi interval kepercayaan 95% diyakini bahwa rerata TFU pada ibu setelah menyusui diantara 2,8– 3,2 cm

**Tabel 2. Pengaruh menyusui terhadap penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum di ruang Kebidanan RSAM Provinsi Lampung Juni 2017 (N=30)**

Variabel	Tinggi Fundus Uteri	
	r	p-value
Menyusui	-2,01	0,000

Hasil analisis bivariat pada tabel 5.2 di atas dapat diketahui *p value* = 0,000 < 0,05, artinya ada pengaruh menyusui terhadap penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum di ruang Kebidanan RSAM Provinsi Lampung tahun 2017

#### PEMBAHASAN

##### Penurunan tinggi fundus uteri

Rerata TFU responden setelah dilakukan intervensi menyusui sebesar 2,99 cm (95% CI 2,8-3,2) dengan standar deviasi 0,09. TFU responden setelah intervensi termasuk normal. Estimasi interval kepercayaan 95% diyakini bahwa rerata TFU pada ibu setelah menyusui diantara 2,8– 3,2 cm.

Hasil penelitian ini mendukung pengertian Bobak, (2004) tentang masa nifas yaitu masa pulih kembali dalam waktu empat puluh hari, mulai dari persalinan selesai sampai alat-alat kandungan kembali seperti sebelum hamil. Involusi (penurunan tinggi fundus uteri) adalah perubahan progresif pada uterus yang menyebabkan berkurangnya ukuran uterus, involusi puerperium dibatasi pada uterus dan apa yang terjadi pada organ dan struktur

**Aryanti Wardiyah**<sup>1</sup> Dosen Akademi Keperawatan Malahayati Bandar Lampung. Email: aryanti@malahayati.ac.id

**Setiawati**<sup>2</sup> Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Bandar Lampung. Email: setiawati@malahayati.ac.id

lain hanya dianggap sebagai perubahan puerperium (Varney's, 2004).

Involusi atau pengerutan uterus merupakan suatu proses dimana uterus kembali ke kondisi sebelum hamil dengan berat sekitar 60 gram. Proses ini dimulai segera setelah plasenta lahir akibat kontraksi otot-otot polos uterus (Ambarwati dan Wulandari, 2008).

### **Pengaruh menyusui terhadap penurunan tinggi fundus uteri.**

Ada pengaruh menyusui terhadap penurunan tinggi fundus uteri ( $p= 0,000$ ). Menyusui atau pemberian ASI eksklusif akan meningkatkan efek oksitoksin yang dapat meningkatkan kontraksi uterus. Intensitas kontraksi uterus meningkat secara bermakna segera setelah bayi lahir, memberikan respons yang sangat besar terhadap penurunan volume intrauterin.

Hormon oksitoksin yang dilepas dari kelenjar hipofisis memperkuat dan mengatur kontraksi uterus, mengkompresi pembuluh darah dan membantu proses hemostasis. Kontraksi dan retraksi otot uterin akan mengurangi suplai darah ke uterus. Proses ini akan membantu menurunkan TFU (Barbara, 2004).

### **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka kesimpulan yang diperoleh adalah :

Pada penelitian ini rerata tinggi fundus uteri ibu post partum sebelum dilakukan intervensi sebesar 0,98 cm, sedangkan rerata TFU setelah intervensi menjadi 2,99 cm. Penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum dipengaruhi oleh intervensi menyusui dengan nilai  $p$ -value 0,000 ( $<0,05$ ).

### **SARAN**

#### **Bagi pelayanan keperawatan**

Dukungan dari petugas kesehatan kepada ibu post partum untuk menyusui bayinya dengan ASI merupakan hal yang sangat penting khususnya pada proses penurunan tinggi fundus uteri.

#### **Bagi pengembangan ilmu**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan yang lebih luas tentang faktor-faktor yang mempengaruhi penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum

### **DAFTAR PUSTAKA**

Anggraini, Y. (2010). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Pustaka Rihama: Yogyakarta

Cunningham, F. G. (2005). *Obstetri Williams*, edisi 21. EGC: Jakarta

Ferrer, H. (2006). *Perawatan Maternitas*. EGC: Jakarta

Hastono. (2007). *Analisa Data Kesehatan*. FKUI: Jakarta

Handerson, C. (2005). *Buku Ajar Konsep Kebidanan*. EGC: Jakarta

Kartono. (2006). *Aplikasi Statistika dalam Penelitian*. Pustaka Setia: Bandung

Mayumi. (2005). *Ibu Post Partum hari I sampai VI dengan dan Tanpa Senam Nifas terhadap Involusi Uterus di Pos Praktik Poltekkes Denpasar Tahun 2005*. Skripsi (Tidak dipublikasi)

Notoatmojo (2005). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Edisi Revisi. Rineka Cipta: Jakarta

Nugroho. (2011). *ASI dan Tumor Payudara*. Numed: Jakarta

Riyantika. (2011). *Pengaruh frekuensi pemberian ASI terhadap Penurunan Tinggi Fundus Uterus pada ibu post partum di Desa Potirejo Temanggung*. Skripsi (Tidak dipublikasikan)

Roesli, U. (2008). *Inisiasi Menyusu Dini Plus ASI Eksklusif*. Pustaka Bunda: Jakarta

Sarwono. (2002). *Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono: Jakarta

Suherni, H. W., & Rahmawati, A. (2009). *Perawatan Masa Nifas*. Fitramaya: Yogyakarta

Winkjosastro. (2005). *Ilmu Kebidanan*. Edisi 3. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawiroharjo: Jakarta