

HUBUNGAN MOBILISASI DINI DENGAN INVOLUSI UTERUS PADA IBU POST PARTUM SPONTAN DI WILAYAH KERJA PUSKEMAS KEMBARAN I BANYUMAS

Diah Atmarina Yuliani¹, Khamidah Achyar²

E mail: yuliani_da@yahoo.com

Kebidanan DIII FIKES Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Jl. Letjen Soepardjo Roestam Km. 7 Purwokerto 53181

Telp/Fax (0281) 6844252

Abstrak

Masa nifas merupakan masa kritis baik bagi ibu maupun bayinya 60% kematian ibu terjadi setelah persalinan dan 50% kematian ibu pada masa nifas terjadi dalam 24 jam pertama yang sebagian besar disebabkan karena perdarahan *postpartum*. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi mobilisasi dini pada ibu *post partum* spontan, mengidentifikasi *involutio uteri* pada ibu *post partum* spontan, menganalisis hubungan antara mobilisasi dini dengan *involutio uteri* pada ibu *post partum* spontan. Desain penelitian menggunakan desain *korelasional* dengan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh ibu *post partum* spontan dengan masa nifas sampai hari ke-7 di wilayah kerja Puskesmas Kembaran I. Sampel menggunakan sampel jenuh. Analisa data menggunakan uji statistic *Chi Square*(X^2). Hasil penelitian diperoleh bahwa ibu *post partum* yang melakukan mobilisasi dini sebesar 61,6%, ibu *post partum* yang mengalami *involutio uteri* normal sebesar 61,6% artinya ada hubungan mobilisasi dini dengan *involutio uteri* pada ibu *post partum* spontan di wilayah kerja Puskesmas Kembaran I Banyumas ($p = 0,001$). Berdasarkan hasil penelitian bidan memfasilitasi mobilisasi dini 2-12 jam *post partum* dengan mengajari dan memberikan leaflet tentang mobilisasi dini kepada ibu *post partum* sehingga mobilisasi dini bisa berjalan dengan baik dan benar.

Kata kunci: *Mobilisasi Dini, Involutio Uteri, Post Partum*

1. Pendahuluan

Masa nifas merupakan masa kritis baik bagi ibu maupun bayinya. Diperkirakan 60% kematian ibu terjadi setelah persalinan dan 50% kematian ibu pada masa nifas terjadi dalam 24 jam pertama yang sebagian besar disebabkan karena perdarahan *postpartum*.⁷

Pada masa nifas organ-organ reproduksi kembali kepada keadaan tidak hamil. Pada masa ini terjadi perubahan-perubahan baik secara fisik maupun psikologi. Proses perubahan ini seharusnya berjalan normal namun kadang-kadang tidak diperhatikan oleh ibu *post partum* atau bahkan mereka tidak mengetahuinya, sehingga dapat menimbulkan komplikasi nifas yang tidak terdeteksi dini sehingga dapat mengakibatkan kematian ibu.⁸

Mobilisasi dini sangat diperlukan ibu nifas agar ibu merasa lebih sehat dan kuat, dapat segera untuk merawat bayinya, dapat

mencegah *trombosis* dan *trombo emboli*, melancarkan sirkulasi darah, mencegah terjadinya infeksi masa nifas, kontraksi *uterus* akan baik sehingga *fundus uteri* menjadi keras maka risiko terjadinya perdarahan dapat dihindarkan.²

Hasil study pendahuluan yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Kembaran I Banyumas melalui observasi dan kuesioner, dari 10 orang (100%) ibu *post partum* hari ke-7, didapat 7 ibu *post partum* (70%) melakukan mobilisasi dini dan 3 ibu *post partum* (30%) tidak melakukan mobilisasi dini dikarenakan ibu takut, malas, tidak tahu dan capek setelah melahirkan. Dari 6 ibu *post partum*, yang melakukan mobilisasi dini pada 2 – 6 jam setelah persalinan sebanyak 4 orang, sedangkan 2 orang diantaranya melakukan mobilisasi dini pada 12 jam setelah persalinan. Dari 4 ibu *post partum* yang tidak melakukan mobilisasi dini, 2 orang diantaranya mengalami *involutio*

uterus yang tidak normal yaitu penurunan TFUnya lebih tinggi dari pertengahan pusat-symphisis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara involusi uterus dengan mobilisasi dini pada ibu post partum spontan.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain *korelasional* dengan pendekatan *Cross Sectional*. Dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara involusi uterus dengan mobilisasi dini pada ibu post partum spontan. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh ibu *post partum* spontan dengan masa nifas sampai hari ke-7 di wilayah kerja Puskesmas Kembaran I.

Sampel pada penelitian ini jumlah sampel sebanyak 36 orang dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *sampling jenuh*. Pengumpulan data dalam penelitian ini merupakan data primer dan data sekunder. Data primer dalam penelitian adalah dengan membagikan kuesioner dan observasi kepada responden. Data sekunder penelitian ini adalah data yang diperoleh dari Puskesmas Kembaran I Banyumas.

3. Hasil dan Pembahasan

Pada penelitian ini bahwa hampir separuh responden (ibu *post partum* spontan) berumur 20 sampai 35 tahun sebanyak 33 orang (91,7 %). Ibu *post partum* yang berumur kurang dari 20 tahun sebanyak 2 orang (5,6%) dan yang berumur lebih dari 35 tahun sebanyak 1 orang (2,7%).

Tabel 1. Karakteristik Responden

	Umur	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Kurang dari 20 tahun	2	5.6
2	20 Tahun – 35 Tahun	33	91.7
3	Lebih dari 35 Tahun	1	2.7
	Total	36	100,0

Dari 36 responden terdapat 22 orang (61.1%) melakukan mobilisasi dini, dan

sebanyak 14 responden (38.9%) tidak melakukan mobilisasi dini.

Analisis Univariat

Tabel 2. Distribusi frekuensi mobilisasi dini pada ibu *post partum* spontan di wilayah kerja Puskesmas Kembaran I Banyumas

No.	Mobilisasi Dini	Frekuensi (f)	Presentase(%)
1.	Melakukan Mobilisasi dini	22	61.1
2.	Tidak Melakukan Mobilisasi dini	14	38.9
	Total	36	100 ,0

Sebanyak 12 responden belum melakukan aktivitas berjalan setelah 12 jam *post partum*, sebanyak 7 responden belum melakukan aktivitas duduk setelah 6 jam *post partum*.

Tabel 3. Rekap hasil kuesioner mobilisasi dini pada ibu *post partum* spontan di wilayah kerja Puskesmas Kembaran I Banyumas.

No	Observasi	Ya	%	Tidak	%
1	2 jam Pertama				
	a. Menggerakkan kaki	33	91.7%	3	8.3%
	b. Miring ke kiri atau ke kanan	30	83.3%	6	16.7%
2	6 jam Pertama				
	a. Latihan duduk	30	83.3%	6	16.7%
	b. Duduk	29	80.6%	7	19.4%
3	12 jam pertama				
	a. Berjalan	24	66.7%	12	33.3%

Lebih dari separuh responden mengalami *Involusi uterus* secara normal. Jumlah ibu yang mengalami *involusi uterus* normal sebanyak 22 responden (61.1%), dan 14 responden (38.9%) mengalami *involusi uterus* tidak normal.

Tabel 4. Distribusi frekuensi *involusi uterus* pada ibu *post partum* spontan di wilayah kerja Puskesmas Kembaran I Banyumas.

No	<i>Involusi uterus</i>	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Normal	22	61.1
2	Tidak Normal	14	38.9
Total		36	100,0

Bahwa sebanyak 7 responden (19.4%) pada hari ke 7 penurunan TFU lebih tinggi dari pertengahan sympisis-pusat dan sebanyak 7 responden warna *lochea* pada hari ke-7 masih kemerahan seperti darah segar.

Tabel 5. Rekap hasil observasi *involusi uterus* pada ibu *post partum* spontan di wilayah kerja Puskesmas Kembaran I Banyumas.

No	Pernyataan	Ya	%	Tidak	%
1	TFU pada hari ke-7 pertengahan pusat-sympisis	29	80.6%	7	19.4%
2	Warna <i>lochea</i> pada hari ke-7 merah kecoklatan	29	80.6%	7	19.4%
3	<i>Lochea</i> tidak berbau busuk	36	100%	0	0.0%

Analisis Bivariat

Tabel 6 Hubungan Mobilisasi Dini dengan *Involusi Uterus* pada Ibu *Post Partum* Spontan di wilayah kerja Puskesmas Kembaran I Banyumas.

Mobilisasi dini	<i>Involusi uterus</i>				Total		C
	Normal		Tidak Normal		N	%	
	N	%	N	%			
Melakukan	18	81.8	4	18.2	22	100	0.470 0.001
Tidak Melakukan	4	28.6	10	71.4	14	100	
Jumlah	22		14		36		

Berdasarkan hasil penelitian ibu *post partum* yang melakukan mobilisasi

dini serta mengalami *involusi uterus* normal sebanyak 18 orang (81.8%) dan sebanyak 4 orang (18,2%) ibu *post partum* mengalami *involusi uterus* tidak normal. Sebanyak 4 orang (28.6%) ibu *post partum* yang tidak melakukan mobilisasi dini mengalami *involusi uterus* normal dan 10 orang (71.4%) ibu *post partum* yang tidak melakukan mobilisasi dini mengalami *involusi uterus* tidak normal.

Berdasarkan hasil penelitian mobilisasi dini ibu *post partum* spontan di wilayah kerja Puskesmas Kembaran I Banyumas diketahui sebanyak 22 orang (61.1%) melakukan mobilisasi dini dan 14 orang (38.9%) tidak melakukan mobilisasi dini.

Mobilisasi dini atau disebut juga ambulasi (*early ambulation*) adalah kebijaksanaan agar secepat mungkin bidan membimbing ibu *post partum* bangun dari tempat tidurnya dan membimbing ibu secepat mungkin untuk berjalan.⁹

Mobilisasi dini dilakukan segera setelah beristirahat beberapa jam dengan beranjak dari tempat tidur pada ibu pada persalinan normal. Pada persalinan normal sebaiknya mobilisasi dikerjakan setelah 2 jam (ibu boleh miring ke kiri atau ke kanan).³

Hal-hal yang ada di kaji pada variabel mobilisasi dini adalah mobilisasi dini pada 2 jam pertama yang meliputi menggerakkan kaki dan miring ke kiri atau ke kanan. Kemudian mobilisasi dini pada 6 jam pertama yang meliputi latihan duduk dan duduk serta mobilisasi dini pada 12 jam pertama yaitu berjalan. Berdasarkan hasil kuesioner, diketahui jenis mobilisasi terbanyak yang tidak dilakukan responden adalah berjalan, jumlah responden yang tidak berjalan setelah 12 jam *post partum* sebanyak 12 responden (33.3%).

Faktor-faktor yang mempengaruhi mobilisasi dini diantaranya usia, tingkat pengetahuan dan motivasi. Pada penelitian ini ibu yang berusia antara 20 tahun – 35 tahun sebanyak 33 orang (91,7 %), usia tersebut merupakan usia yang produktif dalam melakukan reproduksi sehingga ibu sudah siap dalam menghadapi segala perubahan yang terjadi baik fisik maupun psikologis yang terjadi saat kehamilan dan setelah persalinan.

Lain halnya dengan ibu yang berusia kurang dari 20 tahun dan lebih dari 35 tahun biasanya kurang siap dalam menghadapi persalinan. Hal ini didukung dengan ditemukannya dalam penelitian ini dari 3 orang (8,4 %) ibu *post partum* yang berusia kurang dari 20 tahun dan lebih dari 35 tahun tidak melakukan mobilisasi dini sebanyak 2 orang.

Penelitian yang dilakukan oleh Susilowati menyatakan bahwa sebagian besar responden melakukan mobilisasi dini yaitu sebanyak 56,7%. Sebagian besar responden ber umur antara 20-35 tahun sebanyak 66,7 % yang termasuk dalam umur reproduksi sehat dan sebanyak 36,7% melakukan mobilisasi dini.¹⁰

Keterlambatan mobilisasi dini ibu pasca melahirkan disebabkan juga oleh faktor kelelahan setelah proses melahirkan, terlebih bila persalinan berlangsung lama, sehingga ibu harus cukup beristirahat untuk mencegah perdarahan *post partum*. Kemudian ibu boleh miring ke kiri dan ke kanan untuk mencegah terjadinya *trombosis* dan *tromboemboli*. Mobilisasi ini tidak mutlak, bervariasi tergantung pada adanya komplikasi persalinan, nifas dan sembuhnya luka.⁴

Berdasarkan hasil observasi terhadap ibu *post partum* spontan di wilayah Puskesmas Kembaran I Banyumas diketahui sebanyak 22 orang (61.1%) mengalami *involusi uterus* normal dan 14 orang (38.9%) mengalami *involusi uterus* tidak normal.

Involusi uterus atau pengerutan uterus merupakan suatu proses dimana uterus kembali ke kondisi sebelum hamil dengan berat sekitar 60 gram. Proses ini dimulai dari segera setelah plasenta lahir akibat kontraksi otot-otot polos uterus.¹

Hal-hal yang diobservasi pada variabel *involusi uterus* adalah TFU pada hari ke-7 adalah pertengahan symphysis-pusat, Warna *lochea* pada hari ke-7 adalah merah kecoklatan dan *lochea* tidak berbau busuk.

Involusi uterus dari luar dapat diamati dengan memeriksa *fundus uteri* segera setelah persalinan, tinggi *fundus uteri* 2 cm dibawah pusat. Pada hari kedua setelah persalinan tinggi *fundus uteri* 1 cm dibawah pusat. Pada hari ke 3-4 tinggi *fundus uteri* 2 cm dibawah pusat. Pada hari 5-7 tinggi *fundus uteri* setengah pusat simfisis. Pada hari ke 10 tinggi *fundus uteri* tidak teraba.¹

Begitu juga dengan *lochea*, proses keluarnya darah nifas terdiri dari atas 4 tahap apabila normal seperti: pada hari 1-4 akan keluar *lochea rubra*, hari 4-7 *lochea sanguinolenta*, hari 7-14 *lochea serosa*, dan 2-6 minggu *lochea alba*.¹¹

Martini dalam penelitiannya, faktor-faktor yang mempengaruhi *involusi uterus* diantaranya adalah mobilisasi dini, status gizi dan menyusui.⁶

Hal ini didukung dengan hasil penelitian bahwa dari 36 orang ibu *post partum*, ditemukan 14 orang (38,9 %) mengalami *involusi uterus* tidak normal yaitu 7 orang (19.4%) penurunan TFU pada hari ke-7 lebih tinggi dari pertengahan symphysis-pusat, 7 orang (19.4%) *lochea* berwarna kemerahan dan tidak ada ibu *post partum* yang *locheanya* berbau busuk.

Berdasarkan analisa bivariat dengan uji statistic *chi-square* didapatkan nilai signifikansi () yang besarnya 0,001 dibandingkan dengan $\alpha = 0,05$ maka ($0,01 < 0,05$) sehingga H_0 ditolak yang artinya ada hubungan antara mobilisasi dini dengan *involusi uterus* pada ibu *post partum* spontan di wilayah kerja Puskesmas Kembaran I Banyumas.. Adapun ukuran keeratan hubungan (C) adalah sebesar 0,470. Dengan ditemukannya koefisien tersebut maka dapat dinyatakan bahwa tingkat hubungan antar variabel adalah sedang.

Penelitian ini sesuai dengan Bahiyatun, Mobilisasi dini dapat dilakukan segera setelah 2 jam *post partum* dan mempunyai keuntungan : mempercepat *involusi* alat kandungan, memperlancar pengeluaran *lochea*, mengurangi infeksi *puerperium*, melancarkan fungsi alat gastrointestinal dan alat perkemihan.²

Mobilisasi dini / aktivitas segera, dilakukan segera setelah beristirahat beberapa jam setelah beranjak dari tempat tidur ibu *post partum*. Mobilisasi dini dapat mempercepat proses *involusi uterus*, meningkatkan peredaran darah sekitar alat kelamin serta mempercepat normalisasi alat kelamin dalam keadaan normal.⁵

4. Kesimpulan

Sebagian besar ibu *post partum* melakukan mobilisasi dini yaitu sebanyak 22 orang (61.1%). Sebagian besar ibu *post partum* mengalami *involusi uterus* secara normal. Jumlah responden yang mengalami

involusi normal sebanyak 22 orang (61.1%). Ada hubungan antara mobilisasi dini dengan *involusi uterus* pada ibu *post partum* di wilayah kerja Puskesmas Kembaran I Banyumas.

5. Daftar Pustaka

- [1] Ambarwati, Eny R dan Diah Wulandari, *Asuhan Kebidanan Nifas*, Jogjakarta: Nuha Medika, 2010. h. 73-77
- [2] Bahiyatun, *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal*, Jakarta: EGC, 2009. h. 77
- [3] Dewi, Vivian N. L dan Sunarsih, *Asuhan Kebidanan Ibu Nifas*, Jakarta: Salemba Medika, 2011. h. 73
- [4] Kasdu, D, *Operasi Caesar Masalah dan Solusinya*, Puspa Swara: Jakarta, 2003.
- [5] Manuaba, *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB*, Jakarta: EGC, 2008.
- [6] Martini. 2011. Hubungan Inisiasi Menyusui Dini Terhadap Penurunan Tinggi Fundus Uteri Ibu Post Partum HariKe-7. Skripsi. Mataram: Stikes Yarsi Mataram
- [7] Rukiyah, Ai Yeyeh, dkk, *Asuhan Kebidanan III (Nifas)*, Jakarta: TIM, 2011. h. 3
- [8] Saleha, S, *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas*, Jakarta: Salemba Medika, 2009. h. 72
- [9] Saifuddin, Abdul B, *Ilmu Kebidanan*, Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, 2008. h. 356
- [10] Susilowati, Dewi. Faktor – faktor Yang Mempengaruhi Ibu Nifas Dalam Pelaksanaan Mobilisasi Dini. *Jurnal Ilmiah Rekam Medis dan Informatika Kesehatan*, 5 (2), pp. 2086 – 2628.
- [11] Wulandari, Setyo R dan Sri Handayani, *Asuhan Kebidanan Ibu Masa Nifas*, Yogyakarta: Gosyen Publishing, 2011.