

**PERBEDAAN MOBILISASI DINI TERHADAP PERCEPATAN PENURUNAN
TINGGI FUNDUS UTERI PADA IBU POST PARTUM HARI PERTAMA DAN KEDUA
(Studi di Ruang Melati RSUD Jombang)**

Intan Rizky Yunitarini * Dwi Prasetyaningati** Leo Yosdimiyati Ramli***

ABSTRAK

Pendahuluan: Ibu post partum sulit untuk melakukan mobilisasi dini karena merasa takut terjadi perdarahan. Ketidaktahuan ibu mengenai mobilisasi dini adalah salah satu penyebab ibu tidak mau melakukan mobilisasi dini. **Tujuan penelitian:** untuk mengetahui perbedaan mobilisasi dini terhadap percepatan penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum hari pertama dan kedua di ruang melati RSUD Jombang. **Design Penelitian:** *experimental* dengan rancangan penelitian *quasy experimental* dengan *pretest posttest with control group design*. Populasi berjumlah 43 ibu post partum dengan sampel sebanyak 32 responden yaitu 16 kelompok intervensi dan 16 kelompok kontrol. Teknik sampling menggunakan *Purposive sampling*. Pengambilan data mobilisasi dini dan percepatan penurunan TFU menggunakan lembar observasi. Teknik analisa data menggunakan uji statistik *Mann-Whitney*. **Hasil penelitian:** menunjukkan hampir seluruhnya responden kelompok intervensi percepatan penurunan tinggi fundus uteri cepat yaitu 14 responden (87,5%) dan sebagian besar responden kelompok kontrol percepatan penurunan tinggi fundus uteri lambat yaitu 10 responden (62,5%). Uji Mann-Whitney didapatkan nilai $p=0,000$. **Kesimpulan:** Ada perbedaan mobilisasi dini terhadap percepatan penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum hari pertama dan kedua di ruang melati RSUD Jombang.

Kata kunci : Mobilisasi Dini, Percepatan Penurunan TFU, Ibu Post Partum

***DIFFERENCES OF EARLY MOBILIZATION TOWARDS THE DECLINE ACCELERATION
OF UTERUS FUNDUS HEIGH TO POST PARTUM MOTHER AT THE 1ST AND 2ND DAY
(Study Case in Melati Room of Jombang Regional Public Hospital)***

ABSTRACT

Preliminary: Post partum mother has difficult to do early mobilization due to the scarring of bleeding. Miss understanding of mother about early mobilization is one of the cause that mother doesn't want to do early mobilization. **The purpose:** of this research is knowing the differences of early mobilization towards the decline acceleration of uterus fundus heigh to post partum mother at tehe 1st and 2nd day in melati room of Jombang Regional Public Hospital. **The design:** of research is experimental with a design of research quasy experimental with pretest posttest with control group design. Population has result 43 of post partum mother with samples consists of 32 respondents as 16 intervension communities and 16 control communities. The sampling technic used purposive sampling. The data of early mobilization was taken and the decline acceleration used observation sheet. The technic of analysis data used statistic test Man-Whitney. **The result:** of this research shows that almost the whole of respondents of intervension communities of the decline acceleration of uterus fundus heigh is fast about 14 respondents (87,5%), and a great half of control communities respondents shows the decline acceleration of uterus fundus heigh is slow about 10 respondents (62,5%). The Man-Whitney test got the mark $p=0,000$. **The result:** is an differences of early mobilization towards the decline acceleration of uterus fundus heigh to post partum mother at the 1st and 2nd day in melati room of Jombang Regional Public Hospital.

Keyword : early mobilization, the decline acceleration of uterus fundus heigh, post partum mother

PENDAHULUAN

Mobilisasi dini merupakan proses yang disarankan untuk ibu post partum karena sangat membantu proses penyembuhan. Ibu post partum sulit untuk melakukan mobilisasi dini karena ibu merasa takut terjadi perdarahan. Ketidaktahuan ibu mengenai mobilisasi dini adalah salah satu penyebab ibu tidak mau melakukan mobilisasi dini untuk itu diperlukan pendidikan kesehatan tentang mobilisasi dini sehingga pelaksanaan mobilisasi dini bisa dilakukan semaksimal mungkin (Suriniah, 2014).

Proses involusi ditandai dengan penurunan tinggi fundus uteri (TFU) yang berlangsung selama 6 minggu. Pada hari pertama TFU berada di atas symphysis pubis atau sekitar 12 cm. Proses ini terus berlangsung dengan penurunan TFU 1 cm setiap harinya. Untuk mengembalikan organ reproduksi kembali seperti keadaan sebelum hamil, terutama penurunan TFU memerlukan perawatan nifas yang efektif dan optimal salah satunya dengan melakukan mobilisasi dini (Bahiyatun, 2014).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 21 maret 2018 di ruang melati RSUD Jombang didapatkan 4 dari 10 ibu post partum normal yang tidak melakukan mobilisasi dini. Hal ini disebabkan karena perasaan takut terjadi perdarahan yang lebih banyak, nyeri, dan takut jahitannya lepas. Ibu post partum normal yang tidak melakukan mobilisasi dini akan memperlambat proses involusi uterus sehingga dalam penurunan tinggi fundus uteri mengalami keterlambatan.

Pada ibu post partum involusi uterus merupakan proses yang sangat penting karena ibu memerlukan perawatan yang khusus, bantuan dan pengawasan demi pulihnya kesehatan seperti sebelum hamil. Indikator dalam proses involusi adalah tinggi fundus uteri apabila fundus uteri berada di atas batas normal maka hal ini menandakan di dalam rahim terjadi sesuatu yaitu perdarahan di dalam rahim, ini sangat berbahaya bila darah keluar dengan deras maka ibu kehilangan

banyak darah sehingga dapat terjadi shock sampai terjadi kematian (Bintariadi, 2012).

Melakukan mobilisasi dini memungkinkan ibu memulihkan kondisinya dan ibu bisa segera merawat anaknya. Selain itu perubahan yang terjadi pada ibu pasca persalinan akan cepat pulih misalnya kontraksi uterus (involusi uterus) dengan penurunan tinggi fundus uteri (TFU), mencegah terjadinya trombosis dan tromboemboli, dengan mobilisasi sirkulasi darah normal/lancar sehingga resiko terjadinya trombosis dan tromboemboli dapat dihindarkan (Fefendi, 2008). Penelitian bertujuan untuk mengetahui “ apakah terdapat perbedaan mobilisasi dini terhadap tinggi fundus uteri pada ibu post partum?

BAHAN DAN METODE PENELITIAN

Jenis penelitian adalah *experimental* dengan rancangan penelitian *quasy experimental* dengan *pretest posttest with control group design*. Populasi berjumlah 43 ibu post partum di ruang melati RSUD Jombang dengan sampel sebanyak 32 responden yaitu 16 kelompok intervensi dan 16 kelompok kontrol. Teknik sampling menggunakan *Purposive sampling*. Pengambilan data mobilisasi dini dan percepatan penurunan TFU menggunakan lembar observasi. Teknik analisa data menggunakan uji statistik *Mann-Whitney*.

HASIL PENELITIAN

Data Umum

Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Di Ruang Melati RSUD Jombang

Umur	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	F	%	f	%
20-25 th	7	43,8	6	37,6
25-30 th	5	31,2	5	31,2
30-35 th	4	25	5	31,2
Jumlah	16	100	16	100

Sumber : Data Primer 2018

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa kelompok intervensi hampir setengahnya

responden berusia 20-25 tahun yaitu 7 responden (43,8%). Menunjukkan hampir setengahnya responden kelompok kontrol berusia 20-25 tahun yaitu 6 responden (37,6%).

Tabel 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Di Ruang Melati RSUD Jombang

Pendidikan	kelompok intervensi		kelompok kontrol	
	f	%	f	%
SMP	5	31,2	0	0
SMA	11	68,8	16	100
Jumlah	16	100	16	100

Sumber : Data Primer 2018

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan sebagian besar dari responden kelompok intervensi berpendidikan SMA yaitu sebanyak 11 responden (68,8%). Menunjukkan seluruhnya dari responden kelompok kontrol berpendidikan SMA yaitu sebanyak 16 responden (100%).

Tabel 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Paritas Di Ruang Melati RSUD Jombang

Paritas	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	f	%	f	%
Primipara	7	43,8	12	75
Multipara	9	56,2	4	25
Jumlah	16	100	16	100

Sumber : Data Primer 2018

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan sebagian besar responden kelompok intervensi primigravida yaitu sebanyak 9 responden (56,2%). Menunjukkan hampir seluruhnya responden kelompok kontrol primipara yaitu sebanyak 12 responden (75,0%).

Tabel 4 Karakteristik Responden Berdasarkan Senam Hamil Di Ruang Melati RSUD Jombang

Senam Hamil	Kelompok Kontrol	
	f	%
Pernah Melakukan	0	0
Tidak Pernah Melakukan	16	100
Jumlah	16	100

Sumber : Data Primer 2018

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan sebagian besar responden kelompok intervensi tidak pernah melakukan senam hamil yaitu 10 responden (62,5%). Menunjukkan seluruhnya responden tidak pernah melakukan senam hamil yaitu 16 responden (100%).

Tabel 5 Karakteristik Responden Berdasarkan IMD (Inisiasi Menyusui Dini) Di Ruang Melati RSUD Jombang

IMD	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	f	%	f	%
Ya	16	100	16	100
Tidak	0	0	0	0
Jumlah	16	100	16	100

Sumber : Data Primer 2018

Berdasarkan Tabel 5 didapatkan bahwa seluruhnya responden kelompok intervensi melakukan IMD (Inisiasi Menyusui Dini) yaitu 16 responden (100%). Menunjukkan bahwa seluruhnya responden kelompok kontrol melakukan IMD (Inisiasi Menyusui Dini) yaitu 16 Responden (100%).

Data Khusus

Tabel 6 Frekuensi Hasil Tindakan Mobilisasi Dini terhadap Percepatan Penurunan TFU Di Ruang Melati RSUD Jombang

TFU	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	F	%	f	%
Cepat	14	87,5	10	62,5
Lambat	2	12,5	6	37,5
Jumlah	16	100	16	100

Sumber : Data Primer 2018

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa hampir seluruhnya responden kelompok intervensi mengalami percepatan penurunan TFU cepat yaitu 14 responden (87,5%). Menunjukkan bahwa sebagian besar responden kelompok kontrol mengalami percepatan penurunan TFU cepat yaitu 10 responden (62,5%).

Tabel 7 Frekuensi Tabulasi Silang Tindakan Mobilisasi Dini Terhadap Percepatan Penurunan TFU kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol Di Ruang Melati RSUD Jombang.

Perbedaan	Kriteria				Jumlah	
	Cepat		Lambat			
	F	%	f	%	f	%
Intervensi	14	87,5	2	12,5	16	100
Kontrol	10	62,5	6	37,5	16	100
Jumlah	24	87,5	8	12,5	32	100

Uji Statistik Mann Whitney = 0,000

Sumber : Data Primer 2018

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan bahwa hampir seluruhnya responden intervensi mengalami percepatan penurunan TFU cepat yaitu 14 responden (87,5%). Didapatkan hasil Uji Statistik *Man-Whitney* antara kelompok intervensi lebih cepat dibandingkan kelompok kontrol didapatkannya nilai kelompok intervensi $p = 0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima berarti ada perbedaan mobilisasi dini terhadap percepatan penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum hari pertama dan kedua di ruang Melati RSUD Jombang.

PEMBAHASAN

Percepatan Penurunan Tinggi Fundus Uteri Pada Ibu Post Partum Pada Kelompok Intervensi

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap ibu post partum sebanyak 16 responden. Didapatkan hampir seluruhnya responden percepatan penurunan tinggi fundus uteri cepat yaitu 14 responden (87,5%). Hal ini menunjukkan bahwa hampir seluruhnya responden percepatan penurunan tinggi fundus uteri cepat.

Proses percepatan penurunan tinggi fundus uteri dipengaruhi oleh paritas, dimana sebagian besar responden primipara yaitu sebanyak 9 responden (56,2%). Jumlah anak akan mempengaruhi keelastisan organ dalam wanita, sehingga dengan jumlah anak yang 2 seorang wanita akan lebih lambat mengalami involusi uterus.

Berdasarkan data dan bukti diatas paritas atau jumlah anak mempengaruhi proses percepatan penurunan tinggi fundus uteri. Pada primipara kekuatan kontraksi uterus lebih tinggi dan uterus teraba lebih keras, pada ibu multipara cenderung lambat pada percepatan penurunan tinggi fundus uteri ibu post partum dibandingkan ibu yang primipara karena pada primipara kekuatan kontraksi uterus lebih tinggi dan uterus teraba lebih keras, sedangkan pada multipara kontraksi dan retraksi uterus berlangsung lebih lama begitu juga ukuran uterus pada ibu primigravida ataupun multipara memiliki perbedaan sehingga memberikan pengaruh terhadap proses involusi.

Paritas ibu mempengaruhi lamanya pengeluaran lokia, semakin tinggi paritas semakin cepat proses pengeluaran lokia. Akan tetapi karena kondisi otot rahim pada ibu bersalin multipara cenderung sudah tidak terlalu kuat maka proses involusi berjalan lebih lambat (Siwi Elisabeth, 2015)

Percepatan Penurunan Tinggi Fundus Uteri Pada Ibu Post Partum Pada Kelompok Kontrol

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap ibu post partum sebanyak 16 responden. Didapatkan sebagian besar responden percepatan penurunan tinggi fundus uteri lambat yaitu 10 responden (62,5%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden percepatan penurunan tinggi fundus uteri lambat.

Bahwa ada kecenderungan apabila pengetahuan seseorang baik terhadap masalah yang dihadapinya maka seseorang itu akan mempunyai sikap positif terhadap masalah yang dihadapinya, dan sebaliknya apabila pengetahuan seseorang itu kurang terhadap masalah yang dihadapinya maka seseorang itu akan mempunyai sikap negatif. Tingginya pengetahuan seseorang akan berpengaruh terhadap respon dan tanggapan suatu obyek atau situasi baru. Tanggapan tersebut akan menimbulkan gambaran dwari seseorang untuk menerima atau menolak hal baru yang diterimanya. Pengetahuan yang dimiliki ibu hamil tentang manfaat mobilisasi dini tentu

saja akan mempengaruhi dalam pelaksanaan mobilisasi dini post partum (Notoadmojo, 2013).

Berdasarkan data dan bukti diatas sebagian besar responden berpendidikan SMA yaitu 11 responden (68,8%). Dengan dasar pendidikan responden yang hanya SMA memungkinkan responden belum memiliki pengetahuan dan pengalaman tentang mobilisasi dini dan baru mendapatkan informasi dan mobilisasi dini dari tenaga kesehatan dan media sosial. Minimnya pengetahuan responden tentang tata cara, gerakan mobilisasi dini serta waktu yang tepat untuk melakukan mobilisasi dini secara optimal. Hal ini disebabkan karena pendidikan dapat mempengaruhi pengetahuan termasuk pengetahuan tentang mobilisasi dini. Pendidikan dapat meningkatkan kematangan intelektual seseorang. Kematangan intelektual ini berpengaruh terhadap wawasan, cara berfikir seseorang, baik dalam tindakan maupun cara pengambilan keputusan dan pembuatan kebijakan. Ibu yang berpendidikan tinggi dalam penerimaan pendidikan kesehatan lebih baik penerapannya dalam perawatan diri. keadaan ini akan meningkatkan pemulihan kesehatan dalam proses involusi.

Perbedaan Mobilisasi Dini Terhadap Percepatan Penurunan Tinggi Fundus Uteri Pada Ibu Post Partum Kelompok Intervensi

Didapatka hasil Uji *Man-Whithney* antara kelompok intervensi lebih cepat dibandingkan kelompok kontrol didapatkannya nilai kelompok intervensi $p = 0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima berarti ada perbedaan mobilisasi dini terhadap percepatan penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum hari pertama dan kedua pada di ruang Melati RSUD Jombang

Komplikasi yang dapat dicegah sedini mungkin dengan melaksanakan mobilisasi dini adalah perdarahan post partum. Saat melaksanakan mobilisasi dini terjadi kontraksi otot-otot perut yang akan membantu proses involusi uterus (Manuaba, 2015).

Berdasarkan data dan bukti-bukti diatas pelaksanaan mobilisasi dini akan mempercepat penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum. Semakin baik pelaksanaan mobilisasi dini maka semakin cepat pula penurunan tinggi fundus uteri dan sebaliknya.

Pelaksanaan mobilisasi dini merupakan kegiatan positif yang perlu ditingkatkan lagi karena salah satu upaya merawat masa nifas adalah dengan melakukan mobilisasi dini yang bertujuan untuk memenuhi kebutuhan otot akan oksigen serta merangsang kontraksi rahim, sehingga kontraksi uterus semakin baik, pengeluaran lochea akan lancar sehingga mempengaruhi proses involusi uterus. Involusi yang tidak berjalan dengan baik dapat menimbulkan komplikasi nifas, yang disebut sub involusi yang akan menyebabkan perdarahan dan kematian ibu.

Perbedaan Mobilisasi Dini Terhadap Percepatan Penurunan Tinggi Fundus Uteri Pada Ibu Post Partum Kelompok Kontrol

Didapatkan hasil Uji *Man-Whithney* antara kelompok intervensi lebih cepat dibandingkan kelompok kontrol didapatkannya nilai kelompok intervensi $p = 0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima berarti ada perbedaan mobilisasi dini terhadap percepatan penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum hari pertama dan kedua pada di ruang Melati RSUD Jombang.

Mobilisasi dini merupakan mobilisasi yang dilakukan pada ibu yang menjalani masa nifas tujuannya untuk mempercepat pemulihan kondisi ibu setelah melahirkan, mencegah komplikasi yang mungkin terjadi selama masa nifas, memperkuat otot perut, otot dasar panggul, dan memperlancar sirkulasi pembuluh darah, membantu memperlancar terjadinya involusi uterus (Tambunan, 2012).

Berdasarkan data dan bukti diatas Gerakan mobilisasi dini yang dilakukan oleh ibu setelah melahirkan untuk merubah posisi ibu berbaring, miring, duduk sampai ibu dapat berdiri sendiri. Mobilisasi dini memberikan beberapa keuntungan seperti pelepasan otot – otot yang lebih baik. Kontraksi dan retraksi dari otot – otot uterus setelah bayi lahir, yang diperlukan untuk menjepit pembuluh darah yang terbuka karena adanya pelepasan plasenta dan berguna mengeluarkan isi uterus yang tidak diperlukan. Terjadinya kontraksi dan retraksi secara terus menerus ini

menyebabkan terganggunya peredaran darah dalam uterus yang mengakibatkan jaringan otot kekurangan zat – zat yang diperlukan, sehingga ukuran jaringan otot – otot tersebut menjadi kecil. Dengan demikian ibu yang melakukan mobilisasi dini sesuai dengan SOP mempunyai penurunan fundus uteri lebih cepat dan kontraksi uterus yang lebih kuat dibandingkan ibu yang melakukan mobilisasi dini tidak sesuai dengan SOP.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

1. Percepatan penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum hari pertama dan kedua di ruang Melati RSUD Jombang kelompok intervensi (sesuai SOP) lebih cepat.
2. Percepatan penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum hari pertama dan kedua di ruang Melati RSUD Jombang kelompok kontrol (tidak sesuai SOP) lebih lambat.
3. Ada perbedaan mobilisasi dini terhadap percepatan penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum hari pertama dan kedua di Ruang Melati RSUD Jombang.

Saran

1. Bagi Responden
Agar dapat belajar lagi dan meningkatkan pengetahuan serta pola pikir mengenai pentingnya mobilisasi dini.
2. Bagi Perawat Maternitas dan Bidan Di Ruang Melati
Dapat menerapkan dan memotivasi ibu post partum dan mengembangkan nilai-nilai

profesional keperawatan sehingga kinerja keperawatan lebih berkualitas.

3. Bagi STIKES ICME

Supaya memperbanyak sumber buku seperti buku mobilisasi dini dan penatalaksanaanya yang terbaru untuk mempermudah mencari bahan untuk penelitian.

KEPUSTAKAAN

- Bahiyatun., 2014., *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal.*, Monica ester., Jakarta : EGC
- Joseph HK & M.Nugroho S., 2010., *Ctatan Kuliah Ginekologi & Obstetri (Obsgyn).*, Cetakan 1., Nuha Medika : Yogyakarta
- Mochtar, Rustam., 2010., *Synopsis obstetric, obstetric operatif obstetri social.*, edisi 2., EGC : Jakarta
- Reeder, Martini dan Koniak-Griffin., 2011., *Keperawatan Maternitas Kesehatan Wanita, bayi dan Keluarga.*, Edisi 18., Volume 2., EGC : Jakarta
- Siwi Elisabeth W & Purwoastuti Endang.,2015., *Asuhan Kebidanan masa nifas dan menyusui.*, Pustaka Baru Press., Yogyakarta
- Sulistiyawati, Ari., 2009., *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas.*, Edisi 1., Andi Offset : Yogyakarta