



Plagiarism Checker X Originality Report

Similarity Found: 25%

Date: Monday, November 29, 2021

Statistics: 802 words Plagiarized / 3224 Total words

Remarks: Medium Plagiarism Detected - Your Document needs Selective Improvement.

EFEKTIFITAS MENYUSUI TERHADAP PERCEPATAN PENURUNAN FUNDUS UTERI PADA IBU POST PARTUM DI PETERONGAN-JOMBANG Pandeiot Nancye, Setyoningsih Retno Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan William Booth Surabaya Jl. Cimanuk 20 Surabaya Telp./Fax. (031) 5633365 email: pandeiot.nancye@yahoo.com ABSTRAK Menyusui merupakan suatu pengetahuan yang telah mempunyai peran yang penting dalam mempertahankan kehidupan manusia.

Ibu yang menetek bayinya akan memperoleh manfaat yaitu penurunan tinggi fundus uteri yang lebih cepat. Sedangkan di masyarakat masih banyak di jumpai ibu-ibu yang tidak menyusui. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh menyusui terhadap percepatan penurunan fundus uteri ibu post partum hari ketiga.

Desain penelitian pre eksperimental, pre post test group design. Sampel penelitian adalah ibu postpartum di BPS Ny. Umi Salamah Peterongan Jombang berjumlah 15 orang. Metode sampling yang digunakan adalah non probability sampling. Data dikumpulkan melalui observasi. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test dengan derajat kemaknaan $p < 0,05$.

Hasil Hasil menunjukkan ada pengaruh antara menyusui dengan penurunan fundus uteri. Dari hasil penelitian ibu post partum yang menyusui akan mempunyai penurunan tinggi uteri lebih cepat. Karena dengan menyusui akan membuat hormone oksitoksin berkerja dan menyebabkan kontraksi pada uterus sehingga uterus dapat kembali pada kondisi semula atau sebelum hamil.

Kata Kunci: Menyusui, Tinggi Fundus Uteri, Post Partum ABSTRACT Breastfeeding is a knowledge that for millions of years has an important role in maintaining human life.

Mothers who breastfeed their babies will benefit from a faster decrease in uterine fundal height. While in society there are still many mothers who do not breastfeed.

The purpose of this study was to determine the effect of breastfeeding on the acceleration of the decrease in uterine fundal height in post partum mothers on the third day. Pre-experimental research design, pre-test and post-test group design. The research sample was postpartum mothers at BPS Ny. Umi Salamah Peterongan Jombang amounted to 15 people. The sampling method used is non-probability sampling. Data were collected through observation.

Data analysis used the Wilcoxon Signed Rank Test with a significance degree of $p < 0.05$. Results The results showed that there was an effect between breastfeeding and a decrease in uterine fundal height. From the results of the study, postpartum mothers who breastfeed will have a faster decrease in uterine height.

Because breastfeeding will make the hormone oxytocin work and cause contractions in the uterus so that the uterus can return to its original condition or before pregnancy
Keywords: Lactation, Fundal Height, Post Partum

Pendahuluan Post partum atau sering dikenal dengan masa nifas adalah masa segera setelah melahirkan atau persalinan masa ini juga meliputi minggu-minggu berikutnya pada waktu keadaan rahim seperti sebelum melahirkan atau kembali ke keadaan normal umumnya keadaan rahim kembali ke keadaan sebelum hamil selama 6 minggu atau tidak lama sesudahnya.

Selama masa ini perubahan pada serviks, vagina, dan perineum akan kembali pada keadaan seperti sebelum hamil. Proses tersebut di pengaruhi oleh status gizi, periental usia, pendidikan, menyusui, dan senam nifas karena dapat mengakibatkan kontraksi uterus lebih baik dan pengeluaran lokea lebih lancar. (Cunningham, 2007).

Proses pemulihan organ reproduksi pada masa nifas merupakan hal yang sangat penting bagi ibu setelah melahirkan dan bidan di karenakan untuk mengetahui proses fisiologis uterus saat kembali seperti pada saat sebelum hamil. Pada hari pertama, TFU di atas simfisis pubis atau sekitar 12 cm. Proses ini terus berlangsung dengan penurunan fundus uteri 1 cm setiap harinya, sehingga pada hari ke 7 TFU berkisar 5 cm dan pada hari ke 10 TFU tidak teraba di simfisis pubis, kecepatan kontraksi involusi uteri di sebabkan oleh beberapa factor antara lain usia ibu, jumlah anak yang di lahirkan, menyusui eksklusif, mobilisasi dini dan menyusui dini. Inisiasi menyusui dini (IMD) merupakan titik awal untuk menyusui serta untuk membantu percepatan kembalinya rahim seperti sebelum melahirkan.

Hal ini dikarenakan hisapan bayi pada payudara di lanjutkan oleh syaraf kelenjar hipofise di otak yang mengeluarkan hormone oksitoksin selain bekerja untuk melancarkan saluran asi pada kelenjar air susu ibu juga merangsang uterus untuk berkontraksi sehingga memepercepat proses involusi uteri (Depkes, 2008). Menyusui merupakan cara yang terbaik untuk memberikan nutrisi dan mengasuh bayi dan dengan menambahkan makanan pelengkap pada trimester kedua tahun pertama, dan memenuhi kebutuhan nutrisi, imunologi, dan psikologi hingga tahun kedua dan tahun-tahun berikutnya (Varney, 2008).

Menyusui adalah proses memberikan air susu ibu (ASI) dari payudara ibu kepada bayi atau anak kecil. Untuk mendapatkan susu dan menelan susu, bayi menggunakan refleks menghisap. Bukti penelitian dan eksperimental disimpulkan bahwa air susu ibu adalah makanan yang bernilai gizi terbaik untuk bayi.

Dalam hal ini inisiasi menyusui dini memberi kesempatan pada bayi untuk mencari dan menghisap puting susu dengan sendirinya dalam satu jam pertama kehidupannya. Beberapa prinsip menyusui awal adalah menyusui eksklusif, di mulai dengan sedini mungkin, segera setelah bayi lahir dan di ikat tali pusatnya, kemudian letakkan bayi

pada kulit ibu sehingga bersentuhan langsung dengan kulit ibu. Biarkan kontak kulit ini berlangsung setidaknya satu jam lebih.

Bahkan sampai bayi dapat menyusui sendiri apabila sebelumnya belum berhasil. Apabila involusi uteri tidak berjalan dengan baik maka akan terjadi perdarahan dan akan menyebabkan proses pengeluaran lochea tidak berjalan dengan baik. Dan penurunan tinggi fundus uteri tidak berjalan dengan baik dan letak uteri tetap tinggi.

Pada saat penurunan fundus uteri tidak terjadi dengan baik akan menyebabkan perdarahan yang dapat mengakibatkan kematian pada ibu. Di masyarakat masih banyak ibu-ibu yang tidak menyusui bayinya padahal dengan menyusui dapat membantu uterus untuk berkontraksi dan menyebabkan aliran darah yang mengalir ke rahim terhenti.

Tiga penyebab kematian ibu yaitu perdarahan pervagina 28%, hipertensi saat hamil atau preeklamsi dan eklamsi 24%, infeksi 11% (Depkes, 2007) diperkirakan bahwa 60% kematian ibu pada kurun waktu masa nifas yang terjadi pada 24 jam pertama yang disebabkan oleh perdarahan post partum. Jumlah kematian ibu di Jawa Timur terus meningkat selama 4 tahun terakhir, berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Jawa Timur angka presentase kematian ibu di Jatim pada tahun 2011 adalah 103,4 per 100.00 kelahiran hidup.

Proses involusi dapat terjadi dengan cepat atau lambat, ada beberapa faktor yang mempengaruhi involusi uterus antara lain: mobilisasi dini, status gizi, usia, parietas, menyusui. Penyebabnya yaitu multi parietas, terjadi rupture saat persalinan, lemahnya elastisitas serviks. Pada saat menyusui bayi akan menghisap payudara dapat merangsang syaraf kelenjar hipofise di otak yang mengeluarkan hormone oksitoksin yang dapat merangsang kontraksi uterus dan kelenjar mammae.

Apabila faktor yang mempengaruhi involusi uteri tidak diintervensi dengan baik akan mempengaruhi penurunan fundus uteri, dapat terjadi subinvolusi. Subinvolusi uterus adalah involusi/proses involusi rahim tidak berjalan sebagaimana mestinya atau dapat dikatakan kegagalan uterus untuk mengikuti pola normal, sehingga proses pengecilan uterus terhambat.

Tanda dan gejala subinvolusi uteri antara lain adalah fundus uteri letaknya tetap tinggi di dalam abdomen/pelvis dari yang seharusnya atau penurunan fundus uteri lambat, konsistensi uterus lembek, pengeluaran lochea seringkali gagal mengalami perubahan, terdapat bekuan darah, lochea berbau menyengat, uterus tidak berkontraksi, pucat, tekanan darah rendah, pusing dan suhu tubuh tinggi, hal ini disebabkan oleh

terjadi infeksi pada miometrium, adanya sisa plasenta dan selaput plasenta di dalam uterus, pengeluaran lochea rubra lebih dari 2 minggu post partum dan keluar lebih banyak dari yang diperkirakan.

Penyebabnya yaitu talipusat yang terputus dari traksi yang berlebih, invesio uteri sebagai akibat dari tarikan. Yang menyebabkan ibu tidak mau menyusui adalah tidak ada dukungan dari suami, ibu bekerja, ASI tidak keluar. Menyusui merupakan membuat bayi untuk belajar cara menghisap, telan dan nafas, pada saat bayi menyusu pada ibunya itu akan dapat merangsang syaraf kelenjar hipofise di otak yang mengeluarkan hormone oksitoksin yang dapat merangsang kelenjar uterus dan kelenjar mammae.

Apabila uterus berkontraksi dengan tidak baik maka akan menyebabkan perdarahan apabila perdarahan terusterjadi akan mengakibatkan syok pada ibu dan dapat menyebabkan kematian pada ibu. Dukungan keluarga terutama suami di harapkan dapat memberi dukungan ibu dalam masa post partum untuk memberikan motivasi agar ibu post partum mau untuk memberikan ASI pada anaknya.

Karena ASI yang di berikan oleh ibu dapat memberikan gizi yang baik bagi anak nya dan agar tidak terjadi subinvolusi sebaiknya di perhatikan status gizi pada ibu saat nifas, ibu tidak menyusui bayinya setelah melahirkan, kurang mobilisasi, factor usia, terdapat bekuan darah yang tidak kuat, tidak ada kontraksi atau infeksi. Sebagai seorang perawat seharusnya memberikan pengetahuan kepada ibu-ibu yang sedang hamil dengan mengadakan penyuluhan kedaerah-daerah yang angka kematian ibu postpartumnya tinggi misalnya melalui ibu-ibu kader PKK yang diberi pengetahuan tentang pentingnya menyusui agar ibu dan bayinya sehat, dengan menyusui juga dapat membuat kontraksi uterus ibu menjadi baik dan tidak menyebabkan perdarahan, apa bila kontraksi uterus ibu tidak baik, hal ini akan menyebabkan perdarahan yang dapat mengakibatkan kematian.

Dengan menyusui bayi menjadi lebih sehat, gizi bayi juga dapat terpenuhi, air susu ibu yang pertama kali keluar juga dapat menjadi imunisasi pertama bagi sang bayi, juga dapat membuat bayi jarang terserang penyakit. Metode Penelitian Berdasarkan tujuan penelitian ini, peneliti akan mengkaji penurunan fundus uteri pada ibu postpartum hari ketiga.

Berdasarkan waktunya, peneliti menggunakan desain one-group pre-post disaign ciri dari penelitian ini adalah tidak ada kelompok pembanding (kontrol). Populasi dalam penelitian ini adalah ibu post partum di Bidan Praktek Swasta (BPS) Ny. Umi Salamah sebanyak 28 orang, dengan sampel sebagian ibu post partum yang menyusui di BPS Ny.

Umi salamah sebanyak 15 orang yang telah memenuhi kriteria inklusi menggunakan Consecutive sampling. Variabel independen dalam penelitian ini adalah menyusui dan variabel dependennya adalah penurunan tinggi fundus uteri. Hasil dan Pembahasan Karakteristik Responden Berdasarkan Umur / Gambar 1. Diagram Pie Karakteristik Responden Berdasarkan Umur di Peterongan Gambar 1.

menunjukkan bahwa dari 15 responden terbanyak berusia 31-35 tahun sebanyak 47% (7 orang). Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan / Gambar 2. Diagram Pie Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan di Peterongan. Gambar 2. menunjukkan bahwa dari 15 responden sebagian besar berpendidikan SMA sebanyak 53% (8 orang). Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan. / Gambar 3.

Diagram Pie Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan di Peterongan Gambar 3. menunjukkan bahwa dari 15 responden terbanyak Tidak Bekerja sebanyak 53% (8 orang). Karakteristik Responden Berdasarkan Kehamilan / Gambar 4. Karakteristik Responden Berdasarkan Status Kehamilan di Peterongan. Gambar 4 menunjukkan bahwa dari 15 responden terbanyak mempunyai riwayat Kehamilan Kedua sebanyak 47% (8 orang).

Karakteristik Responden Berdasarkan Status Gizi / Gambar 5. Diagram Pie Karakteristik Responden Berdasarkan Gizi di Peterongan Gambar 5. menunjukkan dari 15 responden terbanyak mempunyai Status Gizi Over Weight sebanyak 40% (6 orang). Karakteristik Responden Berdasarkan Mobilisasi / Gambar 6. Diagram Pie Karakteristik Responden Berdasarkan Mobilisasi di Peterongan.

Gambar 6 menunjukkan dari 15 responden terbanyak melakukan Mobilisasi Dini Miring kanan dan Miring kiri setelah 2 jam melahirkan sebanyak 47% (7 orang). Data Khusus Penurunan Tinggi Fundus Uteri Sebelum Menyusui Tabel 1. Distribusi frekuensi Penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum sebelum menyusui di Peterongan. Penurunan TFU _Frekuensi _Prosentase __Sepusat _15 _100% __1 cm di atas pusat _ - _ - __2 cm di atas pusat _ - _ - __3 sm di atas pusat _ - _ - __TOTAL _15 _100% __ Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui penurunantinggi fundus uteri pada ibu post partum sebelum menyusui adalah setinggi pusat sebanyak 15 orang (100%).

Penurunan Fundus Uteri Pada Ibu Post Partum Setelah Menyusui Table 2. Distribusi Frekuensi Penurunan Tinggi Fundus Uteri Pada Ibu Post Partum Setelah Menyusui Di Peterongan. Penurunan TFU _Frekuensi _prosentase __Cepat _10 _67% __Lambat _5 _33% __TOTAL _15 _100% __ Berdasarkan tabel 2 dapat di ketahui bahwa sebagian besar penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum yang sesudah menyusui adalah 3 cm di bawah pusat sebanyak 10 orang (67%).

Pengaruh Menyusui terhadap Penurunan Tinggi fundus Uteri

Tabel 3. Tabel Tabulasi silang penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum sebelum dan sesudah menyusui di Peterongan. Kategori Penurunan TFU _Pre_(%) _Kategori Penurunan TFU _Post_(%) _PV _____Sepusat _15 _100 _3 cm di bawah pusat _10 _67 _0,019 _1 cm di atas pusat _ _ _2 cm di bawah pusat _5 _33 _ _TOTAL _15 _100 _ _15 _100 _ _ Pembahasan Penurunan Tinggi Fundus Uteri Sebelum Menyusui Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 15 responden, penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum setelah plasenta lahir dan diukur penurunan tinggi fundus uterinya penurunannya yaitu setinggi pusat sebanyak 15 orang (100%).

Hal ini sesuai dengan teori yang disampaikan oleh Bobak (2004), bahwa penurunan tinggi fundus uteri terjadi setelah plasenta lahir tinggi fundus uteri terletak setinggi pusat. Hal ini sesuai dengan teori yang di atas bahwa setelah ibu melahirkan plasenta dan ibu belum menyusui bayinya penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum adalah setinggi pusat. Penelitian ini didapatkan responden yang melahirkan paling banyak adalah usia 30-35 tahun.

Hal ini tidak sesuai dengan teori, karena proses involusi uterus sangat dipengaruhi oleh usia ibu saat melahirkan. Usia 20-30 tahun merupakan usia yang ideal untuk terjadinya proses involusi yang baik. Hal ini lebih disebabkan karena faktor elastisitas otot uterus meningkat pada ibu yang telah berusia 35 tahun elastisitas ototnya berkurang.

Hal ini didukung oleh usia kurang dari 20 tahun elastisitasnya belum maksimal karena organ reproduksi yang belum matang, sedangkan ibu yang berusia di atas 35 tahun sering terjadi komplikasi saat pre dan post kelahiran dikarenakan elastisitas otot rahimnya sudah menurun, menyebabkan kontraksi uterus tidak maksimal. Pada ibu yang berusia lebih tua proses involusi banyak dipengaruhi oleh proses penuaan, dimana proses penuaan terjadi peningkatan jumlah lemak.

Penurunan elastisitas otot dan penurunan penyerapan lemak, protein, serta karbohidrat. Dalam penelitian ini, pada gambar diagram pie 5.2 tingkat pendidikan responden sebagian besar berpendidikan SMA sebanyak 53% (8 orang). Pendidikan dapat meningkatkan kematangan intelektual seseorang dan berpengaruh terhadap wawasan, cara berfikir seseorang, baik dalam tindakan maupun cara mengambil keputusan dan pembuatan kebijakan. Ibu yang berpendidikan tinggi dalam menerima pendidikan kesehatan lebih baik penerapannya dalam perawatan diri.

Keadaan ini akan meningkatkan kesadaran akan pemulihan kesehatan dan proses involusi. Berdasarkan tingkat pendidikan didapatkan bahwa responden yang melahirkan lebih banyak pada tingkat pendidikannya adalah SMA. Pendidikan sangat erat hubungannya dengan tingkat pengetahuan, sehingga apabila ibu memiliki cukup

tingkat pendidikan dalam hal ini SMA dapat membantu ibu dalam menerima pendidikan kesehatan dan dapat menerapkan dalam pemulihan kesehatan dan proses involusi uteri.

Pada saat dilakukan penelitian responden yang melakukan mobilisasi dini dengan cara miring kanan dan miring kiri setelah 2 jam melahirkan sebanyak 7 orang. Paritas adalah jumlah anak yang dilahirkan ibu. Proses pemulihan terus pasca persalinan atau involusi sedikit berbeda antara primi para dengan multipara. Pada primipara ditunjukkan dengan kekuatan kontraksi dan relaksasi uterus berlangsung lebih lama sehingga lebih diintensifkan untuk menyusui (Martini, 2012) Paritas mempengaruhi proses involusi uterus.

Paritas pada ibu yang mempunyai anak lebih dari satu cenderung menurun kecepatan dibandingkan ibu yang primigravida, dikarenakan otot uterus ibu multigravida lebih lemah tonus ototnya di bandingkan dengan primi gravid begitu juga ukuran uterus pada ibu primi maupun ibu multi gravida memiliki perbedaan sehingga ini juga memberikan pengaruh pada proses involusi. (Martini, 2012). Karena dengan mobilisasi juga dapat mempercepat penurunan fundus uteri karena dapat merangsang kontraksi pada rahim.

Sehingga peneliti menyimpulkan bahwa jika paritas pada ibu yang mempunyai anak lebih dari satu cenderung menurun kecepatan dibandingkan ibu yang primigravida, dikarenakan otot uterus ibu multigravida lebih lemah tonus ototnya di bandingkan dengan primi gravida begitu juga ukuran uterus pada ibu primi maupun ibu multi gravida memiliki perbedaan sehingga ini juga memberikan pengaruh pada proses involusi.

Pada saat penelitian responden dengan status gizi lebih dari normal atau over weigh sebanyak 6 orang. Status gizi kurang pada ibu post partum dapat menyebabkan pertahanan pada dasar ligamentum latum berkurang, sedangkan pada ibu post partum dengan status gizi yang baik akan mampu menghindari serangan kuman sehingga tidak terjadi infeksi dalam masa nifas dan mempercepat proses involusi uterus.

Hal ini sesuai dengan teori di atas bahwa ibu setelah melahirkan harus mendapatkan gizi yang baik sehingga tidak terjadi infeksi pada masa nifas dan pada saat proses involusi. Penurunan tinggi fundus Uteri Sesudah Menyusui Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 15 responden, penurunan tinggi fundusnya setelah menyusui selama 3 hari di dapatkan 10 orang (67%) penurunan tinggi fundusnya 3cm di bawah pusat, sedangkan 5 orang (33%) penurunan tinggi fundusnya 2cm di bawah pusat.

Pada saat menyusui akan terjadi kontak kulit kekulit antara ibu dan bayi. Ketika kontak

fisik antara ibu dan bayi tetap dipertahankan setelah bayi lahir, konsentrasi perifer oksitocin dalam sirkulasi maternal terlihat menjadi tinggi dalam satu jam pertama dibandingkan sesaat sebelum lahir. Hal inilah yang membantu mempercepat proses involusi uterus.

Menyusui merupakan salah satu factor pendukung yang berperan penting untuk memperbaiki involusi uterus, karena dengan menyusui merangsang hormone oksitoksin yang menyebabkan kontraksi sehingga terjadi involusi uterus. Selain itu menyusui juga mempunyai manfaat yang besar baik bagi bayi maupun ibu, namun masih banyak ditemui banyak ibu-ibu yang tidak menyusui bayinya hal tersebut dipengaruhi oleh berbagai factor misalnya factor internal ibu seperti terjadi bendungan ASI, kelainan pada puting susu maupun adanya penyakit tertentu.

Selain faktor yang diatas sebagian ibu tidak mau menyusui terutama pada ibu primigravida karena beranggapan bahwa dengan menyusui akan merubah buadada dan akan susah menurunkan berat badan. Salah satu keuntungan menyusui bagi ibu adalah uterus berkontraksi sehingga pengembalian uterus Kembali pada keadaan fisiologis lebih cepat, namun menyusui itu sendiri juga dipengaruhi oleh oleh beberapa factor.

Salah satu faktor yang mempengaruhi adalah pekerjaan, ibu-ibu yang bekerja tidak dapat memberikan ASI secara eksklusif sehingga akan mempengaruhi sekresi hormon dan produksi ASI, sehingga pemberian laktasi di lakukan kurang maksimal. Intensitas kontraksi uterus akan meningkat secara bermakna segera setelah bayi lahir, diduga terjadi sebagai respon terhadap penurunan volume intrauterine yang sangat besar. Oksitoksin adalah zat yang dapat merangsang myometrium uterus untuk dapat berkontraksi.

Kontraksi uterus merupakan sesuatu respon yang kompleks terjadi karena adanya pertemuan aktin dan myosin di sebabkan karena adanya myocin light chine kinase (MLCK) dan dependen myocin ATP ase, sedangkan oksitoksin merupakan suatu hormone yang memperbanyak masuknya ion kalsium kedalam intra sel. Sehingga dengan adanya oksitoksin akan memperkuat kontraksi uterus.

Pada saat uterus tidak berkontraksi dengan baik dapat di karekan oleh beberapa factor diantaranya status gizi pada ibu, ibu tidak menyusui banyinya dan ibu juga kurang mobilisasi, dari factor-faktor di atas maka ibu yang penurunan tinggi fundusnya kurang dapat dikarekan oleh faktor-faktor diatas. Pengaruh Menyusui Terhadap Penurunan Tinggi Fundus Uteri Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa menyusui cukup efektif terhadap percepatan penurunan fundus uteri di BPS Ny.Umi Salamah Peterongan, dimana dalam penurunan tinggi fundus uteri terdapat beberapa factor

diantaranya adalah menyusui.

Pada saat responden setelah melahirkan plasenta maka responden akan di lakukan pengukuran **penurunan tinggi fundus uteri dan** di dapat kan hasil semua responden setelah melahirkan plasenta **penurunan tinggi fundus uterinya** adalah setinggi pusat dan setelah pasien melakukan menyusui bayinya selama tigahari pengukuran tinggi fundus juga dilakukan dan **penurunan tinggi fundus uteri pada ibu** yang sudah menyusui bayi nya pada hari ke tiga adalah rata rata berada pada 3cm di bawah pusat pada saat ibu menyusui bayinya amaka akan mempengaruhi **percepatan penurunan tinggi fundus uterinya** di karenakan ibu yang menyusui akan membuat hormone prolaktin yang ada di otak untuk merangsang kontraksi pada rahim yang dapat membuat rahim berkontraksi dan membuat rahim menjadi bertambah kecil dan sampai kembali pada ukuran semula.

Simpulan Dan Saran **Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa** menyusui efektif mempercepat penurunan fundus uteri ibu post partum (nilai $p < 0,05$). Sehingga disarankan pemberian penyuluhan agar pasien lebih paham tentang factor apa saja yang dapat mempengaruhi penutunan **tinggi fundus uteri dan** apa saja bahayanya tidak terjadi kontraksi pada uterus. Sehingga pasien, dan akhirnya pasien ntermotivasi untuk terus menyusui anaknya. Bahiyatun. 2009. **Buku Ajar Kebidanan Nifas** Normal.

Jakarta: EGC Bobak, Lowdermilk, Jensen. 2005. Buku Ajar Keperawatan Maternitas .
Jakarta: EGC DinasKesehatan. 2011. **Angka Kematian Ibu Di** JawaTimur. Surabaya:
www.Kompas.com Helen, Farrer. 2007. PerawatanMaternitas. Jakarta: EGC Nurheni,
Yuliarti., 2010. Keajaiban ASI. Yogyakarta: ANDI Sheerwood, Anindar. 2008.
FisiologiManusia Dari selke sel. Jakarta: EGC Suherni,Widyasih,Rahmawati. 2009.
PerawatanMasaNifas.

Yogyakarta: Fitramaya

INTERNET SOURCES:

<1% - <http://repo.stikesperintis.ac.id/815/1/20%20RAHMATUL%20PUTRI.pdf>

<1% -

<http://download.garuda.ristekdikti.go.id/article.php?article=1281883&val=17115&title=PENGARUH%20PERAWATAN%20NIFAS%20OLEH%20TENAGA%20KESEHATAN%20DAN%20MAMA%20BIANG%20TERHADAP%20STATUS%20KESEHATAN%20IBU%20DI%20RSUD%20CHASAN%20BOESOIRIE%20KOTA%20TERNATE%20MALUKU%20UTARA>

1% -

<https://skripsi-qt.blogspot.com/2009/03/pengaruh-menyusui-terhadap-percepatan.html>

<1% - <http://repository.poltekkes-manado.ac.id/32/>
2% -
https://caridokumen.com/download/pengaruh-menyusui-terhadap-penurunan-tinggi-fundus-uteri-pada-ibu-post-partum-primigravida-di-rsud-dr-r-sosodoro-djatikoesoemo-bojonegoro-_5a448af3b7d7bc790a9c1e5a_pdf
<1% - <https://www.coursehero.com/file/116589666/MNB-Chapter-17-LBpptx/>
<1% -
https://www.researchgate.net/publication/339710772_Pengaruh_Senam_Nifas_terhadap_Penurunan_Tinggi_Fundus_Uteri_pada_Ibu_Post_Partum_di_RSUP_DR_M_Djamil_Padang
<1% -
https://www.researchgate.net/publication/334168293_Peningkatan_Pengetahuan_dan_Sikap_Ibu_Tentang_Imunisasi_dengan_Pendekatan_Promosi_Kesehatan_Tentang_Imuniasi_Dasar
<1% -
https://ncss-wpengine.netdna-ssl.com/wp-content/themes/ncss/pdf/Procedures/PASS/Wilcoxon_Signed-Rank_Tests.pdf
<1% - <https://belitungraya.org/BRP/index.php/bnj/article/download/76/pdf>
<1% - <https://www.cram.com/flashcards/labor-and-delivery-222771>
<1% - <http://eprints.umpo.ac.id/6184/3/BAB%202.pdf>
<1% - <https://sinta.unud.ac.id/uploads/wisuda/1002106019-3-BAB%20II.pdf>
<1% - <http://jim.unsyiah.ac.id/FKep/article/download/4533/2989>
<1% -
https://diniakbid.blogspot.com/2011/03/aspek-sosial-budaya-dalam-masa-nifas_07.html
1% -
<https://andiajaraharha.blogspot.com/2014/11/askeb-iii-nifas-perubahan-fisiologi-dan.html>
<1% - <https://www.scribd.com/document/364122317/BAB-II>
<1% - <https://jurnal-kesehatan.id/index.php/JDAB/article/download/29/29/>
<1% -
<http://digilib.unimus.ac.id/files/disk1/121/jtptunimus-gdl-nitadenymu-6003-2-babii.pdf>
1% -
<https://www.kompasiana.com/zainabhikmawati210/54f943bca3331176178b4935/keunggulan-asi>
<1% - http://www.yearbook2017.psg.fr/2Ovd60r_teoripemberian-asi.pdf
<1% - <https://ejurnaladhkdr.com/index.php/jik/article/download/120/101/>
<1% - <https://eavhany08.blogspot.com/2009/11/>
<1% -
<https://asuhankebidanand3.blogspot.com/2013/08/penatalaksanaan-bayi-baru-lahir.html>

<1% -
<https://diyahhalsyah.blogspot.com/2015/05/makalah-inisiasi-menyusui-dini-imd.html>
<1% - <https://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JKEP/article/view/569/518>
<1% -
<https://ktikebidanancom.wordpress.com/2010/10/09/proses-laktasi-dan-menyusui/>
<1% -
https://www.academia.edu/35418136/DETEKSI_DINI_KOMPLIKASI_PADA_NIFAS_DAN_PENANGANANNYA
<1% - <http://lp3m.thamrin.ac.id/upload/jurnal/JURNAL-1519366012.pdf>
<1% - https://ratnayusfhii.blogspot.com/2012/12/makalah-infeksi-masa-nifas_17.html
2% - <https://kartikaaprianti.blogspot.com/2013/05/>
<1% -
<https://id.scribd.com/doc/182035146/Makalah-Sub-Involution-Of-Uterus-Hafizh-Al-Am-anah-docx>
1% - <http://www.temanc.com/produk/intracin-10s>
<1% - <http://jurnalbidankestrad.com/index.php/jkk/article/download/89/82>
<1% -
<https://mutiarakesehatann.blogspot.com/2011/07/asuhan-kebidanan-pada-ibu-nifas-dg.html>
1% -
<https://ayupratiwisari234.blogspot.com/2013/04/asuhan-kebidanan-pada-ibunifas-dengan.html>
1% -
<https://cantiksehat04.blogspot.com/2014/07/makalah-sistem-perkemihan-masa-nifas.html>
<1% - <https://nofitasari310.wordpress.com/>
<1% -
<https://asuhankebidanan29.blogspot.com/2017/09/tujuan-asuhan-pada-masa-nifas.html>
<1% - <https://warstek.com/sistem-endokrin/>
<1% - <https://psychologymania.wordpress.com/2011/07/12/penyuluhan-kesehatan/>
<1% -
https://www.academia.edu/5298160/49751358_Buku_Panduan_Pembinaan_dan_Penilaian_PHBS_PKK
<1% - <https://id.quora.com/Mengapa-air-susu-ibu-ASI-penting-diberikan-kepada-bayi>
<1% -
https://www.academia.edu/58275062/The_Influence_Of_Postpartum_Gymnastic_On_Acceleration_Of_Uterial_Involution_And_Decreasing_Of_Pain_In_Post_Partum_Patients_In_The_Midwifery_Room_Lubuk_Sikaping_Hospital
<1% -

<https://id.scribd.com/doc/26194817/Abstrak-Hasil-Penelitian-Universitas-Negeri-Malang>
<1% - <https://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JKM/article/view/1157>
<1% - <https://ktikebidanancom.wordpress.com/2010/08/page/13/>
<1% - <https://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JKEP/article/view/520>
<1% - <http://digilib.unisayogya.ac.id/3387/1/JURNAL%20pirma.pdf>
<1% - <https://akbid-dharmahusada-kediri.e-journal.id/JKDH/article/download/106/78>
1% - <http://e-journal.lppmdianhusada.ac.id/index.php/jkk/article/download/115/108/>
<1% - <https://www.scribd.com/doc/220638545/Jurnal-PDF-Vol-1-Stikes1>
<1% - http://repository.uki.ac.id/222/1/Cover_Daftar%20Isi_Abstrak.pdf
<1% -
<https://helvy-bbpbk.blogspot.com/2014/10/gambaran-eklampsia-dan-preeklampsia.html>
<1% - <http://digilib.unisayogya.ac.id/3379/1/jurnal.pdf>
<1% - <http://journal.unipdu.ac.id/index.php/seminas/article/download/164/111>
<1% -
<https://www.slideshare.net/septianraha/118581569-pengaruhsenamnistasterhadapkecepatanpenurunaninggifundusuteripadaibupostpartum>
<1% -
<https://kebidanansafitriugraheni.blogspot.com/2014/11/3-perubahan-anatomi-dan-adaptasi.html>
1% -
<http://download.garuda.ristekdikti.go.id/article.php?article=279612&val=6684&title=PENYARIF%20MENYUSUI%20TERHADAP%20PENURUNAN%20TINGGI%20FUNDUS%20UTERI%20PADA%20IBU%20POST%20PARTUM%20PRIMIGRAVIDA%20DI%20RSUD%20DR%20R%20SOSODORO%20DJATIKOESOEMO%20BOJONEGORO>
<1% - <https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/jrk/article/download/1690/505>
<1% - <https://www.scribd.com/document/255241101/Pijat-Oksitosin-Dg-Involusi-Uteri>
<1% - <https://dancewithmommyoci.wordpress.com/tag/kehamilan/>
<1% -
<https://putrimayangsarimidwife.blogspot.com/2016/05/asuhan-kebidanan-pada-ibu-post-sectio.html>
<1% - <https://obsesi.or.id/index.php/obsesi/article/download/584/pdf>
1% - <https://penguin77.blogspot.com/2017/02/bab-i-involusi-uteri.html>
<1% - <https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/jrk/article/download/353/290>
<1% - http://etheses.uin-malang.ac.id/2319/9/08510126_Bab_4.pdf
<1% -
<http://download.garuda.ristekdikti.go.id/article.php?article=1705850&val=18524&title=GAMBARAN%20TINGKAT%20PENGETAHUAN%20IBU%20HAMIL%20TENTANG%20EMESIS%20GRAVIDARUM%20BERDASARKAN%20USIA%20DAN%20TINGKAT%20PENDIDIKAN%20DI%20BPS%20BIDAN%20DELIMA%20TEGALHARJO%20GLENMORE%20BANYUWA>

NGI%20TAHUN%202013

<1% -

<https://yeniayuw.blogspot.com/2015/03/kumpulan-soal-soal-sosio-antropologi.html>

<1% -

<http://download.garuda.ristekdikti.go.id/article.php?article=1484164&val=11891&title=MOBILISASI%20DINI%20TERHADAP%20PEMULIHAN%20PERISTALTIK%20USUS%20DAN%20SKALA%20NYERI%20PASIEN%20POST%20PEMBEDAHAN>

<1% -

<https://adoc.pub/faktor-faktor-yang-berhubungan-dengan-kejadian-post-partum-b.html>

<1% -

<https://123dok.com/document/q2kxpnjq-faktor-faktor-mempengaruhi-involusi-uterus-partum-pertiwi-makassar.html>

<1% - http://juliwi.com/published/E0301/Juliwi0301_53-76.pdf

<1% - <https://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JKM/article/download/2137/1113>

<1% - <http://digilib.unisayogya.ac.id/3197/1/JURNAL%20LEXy.pdf>

<1% - <https://adhiembinongko.blogspot.com/2012/>

<1% - <http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/download/432/361>

<1% - <https://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JKEP/article/download/1018/737>

<1% -

<https://wahyuakbar301.blogspot.com/2015/05/makalah-adaptasi-fisiologis-pada-masa.html#!>

<1% -

<https://123dok.com/document/zg92xm6q-hubungan-inisiasi-menyusu-involusi-muhammadiyah-bantul-naskah-publikasi.html>

<1% -

<https://123dok.com/document/yrox9ejy-pengaruh-oksitosin-involusio-puskesmas-diponegoro-university-institutional-repository.html>

<1% - http://eprints.undip.ac.id/43153/3/3._BAB_II.pdf

<1% - https://issuu.com/bimkes/docs/bimabi_vol_3_no1

<1% - <https://www.gurupendidikan.co.id/sistem-otot-dan-saraf/>

<1% - <https://asrimulyani90.blogspot.com/2013/04/>

<1% - <https://dancewithmommyoci.wordpress.com/>

<1% - <https://inatiganna.blogspot.com/2017/>