

# ANALISIS PROSES INVOLUSI UTERUS PADA IBU POST PARTUM HARI KE TIGA DI PRAKTIK BIDAN MANDIRI LYSTIANI GRESIK

Eny Astuti<sup>1</sup>, Herisa Dinarsi<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>STIKes William Booth Surabaya. Jl.Cimanuk No.20 Surabaya 60241

Email : [enyastutiserang@gmail.com](mailto:enyastutiserang@gmail.com)

## ABSTRAK

Involusi uterus adalah kembalinya uterus pada keadaan seperti sebelum hamil. normal turunnya TFU kira-kira 1-2 cm tiap 24 jam, namun pada kenyataannya masih di temukan TFU pada ibu nifas pada hari ke 3 masih 1-2 jari di bawah pusat dan hal ini di sebut sub involusi. hal juga yang menyebabkan seorang bidan tidak menganjurkan ibu nifas untuk pulang karena menurut WHO, setiap menit seorang wanita meninggal karena komplikasi yang terkait dengan kehamilan dan persalinan. Salah satu komplikasi yang terjadi pada ibu nifas yaitu subinvolusi uterus atau uterus tidak dapat berkontraksi dengan baik yang kemudian bisa menimbulkan perdarahan, syok sampai pada kematian. Oleh karena itu peneliti ingin melihat gambaran proses involusi uterus ibu post partum hari ke 3. Desain penelitian yang di gunakan adalah deskriptif dengan tujuan menggambarkan proses involusi uterus pada ibu post partum hari ke tiga. Populasinya adalah seluruh ibu post partum sebanyak 20 dan sampel yang di ambil sebanyak 19 ibu dengan menggunakan *consecutive sampling*. Penelitian ini menggunakan variabel tunggal dengan alat ukurnya adalah lembar observasi saat masa nifas. data hasil penelitian ini di masukan menggunakan tabel distribusi frekuensi. Hasil penelitian ini menunjukkan dari 19 responden yang mengalami involusi uterus normal sebanyak 8 ibu (42%). Hal ini menunjukkan bahwa masih ada ibu yang mengalami involusi uterus yang lambat maupun yang cepat. Oleh karena itu, sebaiknya setiap tenaga kesehatan melaksanakan IMD dan mobilisasi dini bagi setiap ibu nifas untuk mencegah terjadinya komplikasi.

**Kata kunci** : Post Partum, Involusi Uterus .

## ABSTRAC

*Uterine involution is the return of the uterus in a state like before pregnancy. normal decline in TFU approximately 1-2 cm every 24 hours, but in reality they were found TFU on postpartum mothers on day 3 was still 1-2 fingers below the center and this is called sub involution. it is also the cause of a midwife not advocate postpartum mothers to go home because according to the WHO, every minute a woman dies from complications related to pregnancy and childbirth. One of the complications that occur in postpartum mothers are subinvolution uterus or uterus can not contract properly which then can lead to bleeding, shock, even death. Therefore, researchers wanted to see the picture of the process of uterine involution post partum mothers on day 3. The design used is descriptive with the aim of describing the process of involution of the uterus in women on the third day post partum. The population is all post-partum mothers and as many as 20 samples taken were 19 mothers with using consecutive sampling. This study uses a single variable by means of measurement is the time observation sheet during childbirth. The research data is input using a frequency distribution table. Results of this study show from 19 respondents who experienced abnormal uterine involution as many as eight mothers (42%). This shows that there are still women who undergo uterine involution is slow or fast. Therefore, we recommend that all health workers performed IMD and early mobilization for each postpartum mothers to prevent complications.*

**Key word** : Puerperium, Uterine Involution

## 1. Pendahuluan

Masa nifas (puerperium) berasal dari bahasa latin yaitu dari kata “puer” yang artinya bayi dan “parous” yang berarti melahirkan, masa nifas dimulai setelah plasenta lahir dan berakhir ketika alat-alat kandungannya kembali seperti keadaan sebelum hamil, biasanya berlangsung selama 6 minggu atau 42 hari, namun secara keseluruhan akan pulih dalam waktu 3 bulan. Pada ibu Nifas atau post partum involusi uterus merupakan proses yang sangat penting karena ibu memerlukan perawatan yang khusus, bantuan dan pengawasan demi pulihnya kesehatan seperti sebelum hamil. Salah satu indikator dalam proses involusi adalah tinggi fundus uteri. Apabila fundus uteri berada diatas batas normal maka hal ini menandakan di dalam rahim terjadi sesuatu. Selama masa nifas, alat-alat luar dan dalam berangsur-angsur kembali seperti keadaan sebelum hamil. Perubahan keseluruhan alat genitalia ini disebut involusi. Rahim merupakan organ tubuh yang spesifik dan unik karena dapat mengecil serta membesar dengan menambah atau mengurangi jumlah selnya. Secara alamiah selama kehamilan, rahim makin lama makin membesar. Setelah persalinan rahim akan mengecil kembali perlahan-lahan ke bentuk semula (Saleha, 2009), Yang di sebut dengan involusi uterus. Involusi uterus adalah kembalinya uterus pada keadaan sebelum hamil baik dalam bentuk maupun posisi. Involusi ini dapat mengecilkan rahim setelah persalinan agar kembali ke bentuk asal dengan berat sekitar 60 gram. Proses ini dimulai setelah plasenta lahir akibat kontraksi otot-otot polos uterus. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi proses involusi diantaranya menyusui, mobilisasi dini, status gizi, usia dan paritas. Proses involusi ini terjadi pada semua ibu nifas. Setiap kehamilan rahim mengalami pembesaran, terjadi peregangan otot-otot rahim selama 9 bulan kehamilan. Semakin sering ibu hamil dan melahirkan, semakin dekat jarak kehamilan dan kelahiran, elastisitas uterus semakin terganggu, akibatnya uterus tidak berkontraksi secara sempurna dan

mengakibatkan lamanya proses pemulihan organ reproduksi (involusi) pasca salin. Dari beberapa hasil penelitian mengungkapkan bahwa semakin sering ibu melahirkan semakin cepat proses involusi. Akan tetapi karena kondisi otot rahim pada ibu bersalin yang semakin sering cenderung sudah tidak terlalu kuat maka proses involusi berjalan lebih lambat. Pada saat penulis menjalankan praktik di BPS, penulis menemukan beberapa ibu post partum yang mengalami keterlambatan dalam proses involusi uterus hal ini terbukti saat penulis melakukan observasi sudah berada 3 jari di bawah pusat, proses involusi uterus yang tidak berjalan Tinggi fundus uteri pada ibu post partum penulis menemukan penurunan TFU pada sebagian dari ibu post partum tidak berjalan dengan normal misalnya observasi TFU pada hari ke 3 masih 1 atau 2 jari di bawah pusat, padahal yang seharusnya TFU turun kira-kira 1-2 cm tiap 24 jam, jadi yang seharusnya hari ke tiga TFU dengan normal membuat bidan khawatir akan kondisi ibu post partum sehingga bidan menganjurkan ibu untuk tetap bertahan di BPS agar jika terjadi komplikasi bidan dapat menangani segera.

Menurut WHO (world health organization), diseluruh dunia setiap menit seorang wanita meninggal karena komplikasi yang terkait dengan kehamilan dan persalinan salah satu komplikasi yang terjadi yaitu pada ibu post partum yang mengalami subinvolusi uterus atau uterus tidak dapat berkontraksi dengan baik yang kemudian bisa menimbulkan perdarahan, syok sampai pada kematian. 1.400 wanita meninggal setiap hari atau lebih dari 500.000 setiap tahun (Riswandi, 2005). Angka kematian ibu (AKI) Indonesia masih tinggi di negara ASEAN. Pada tahun 2003 Angka kematian ibu di Indonesia yaitu 307 per 100.000 kelahiran hidup, tahun 2004 yaitu 240 per 100.000 kelahiran hidup, tahun 2005 yaitu 262 per 100.000 kelahiran hidup, tahun 2006 yaitu 255 per 100.000 kelahiran hidup, dan pada tahun 2007 yaitu 248 per 100.000 kelahiran hidup. Target Millenium Development Goals (MDG) angka kematian ibu di

Indonesia tahun 2015 harus mencapai 125 per 100.000 kelahiran hidup (Barata, 2008, ). Di PMB Lystiani dalam 1 tahun terakhir tercatat ada 232 persalinan dan ada 30 ibu yang mengalami sub involusi.

Involusi adalah keadaan uterus mengecil oleh kontraksi rahim dimana berat rahim dari 1000 gram saat setelah bersalin, menjadi 40-60 gr 6 minggu kemudian. Bila pengecilan ini kurang baik atau terganggu disebut sub-involusi. Faktor-faktor penyebab terjadinya Sub-involusi antara lain adalah infeksi (endometritis), sisa uri, mioma uteri, bekuan-bekuan darah, dan sebagainya. Di katakan terjadi sub-involusi bila pada saat palpasi uterus teraba masih besar, fundus masih tinggi, lochea banyak, dapat berbau dan terjadi perdarahan. Perdarahan bisa bersifat sekunder (Late puerpural haemorrhage) yaitu perdarahan yang terjadi setelah lebih dari 24 jam postpartum, dan biasanya terjadi pada minggu kedua nifas. Faktor-faktor penyebab adalah antara lain seperti sub-involusi, sisa plasenta, mioma uteri, kelainan uterus, inversio uteri. Apabila terjadi hal demikian ini sangat berbahaya bagi ibu nifas karena semakin banyak darah yang keluar dengan deras maka ibu kehilangan semakin banyak darah sehingga dapat terjadi shock sampai sampai pada kematian (Bintariadi, 2014).

Melihat permasalahan tersebut, solusi yang bisa membantu dalam mencegah terjadinya sub-involusi uterus adalah peningkatan IMD pasca salin karena ibu yang melakukan inisiasi menyusui dini akan mempercepat involusi uterus karena pengaruh hormon oksitosin yang dapat meningkatkan kontraksi uterus, menganjurkan ibu untuk melakukan mobilisasi secara teratur, menganjurkan ibu untuk mengkonsumsi makanan yang bergizi, memberikan penyuluhan tentang hal-hal yang bisa di lakukan ibu pasca salin untuk mencegah terjadinya sub-involusi uterus di antaranya penyuluhan tentang fungsi IMD karena IMD selain bisa merangsang kontraksi juga bermanfaat untuk bayi dimana bayi mendapatkan colostrum yang kaya akan anti bodi, penting untuk pertumbuhan usus dan ketahanan bayi terhadap infeksi.

## 2. Metode

Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Deskriptif yaitu menggambarkan proses involusi uterus pada ibu post partum hari ke tiga. Populasi dalam penelitian ini yaitu ibu Post partum yang melahirkan dengan persalinan normal di Praktek Mandiri Bidan Lystiani Gresik sebanyak N= 20, dan kemudian ditentukan sampel sebanyak 19 orang. dengan menggunakan Consecutive *sampling* yaitu menetapkan subyek yang memenuhi kriteria penelitian dimasukkan dalam penelitian sampai kurun waktu tertentu sehingga jumlah klien yang diperlukan terpenuhi. Sebelum melakukan penelitian, peneliti memberikan *inform consent* kepada ibu post partum dengan kriteria sampel bersedia untuk diteliti, tingkat kesadaran baik dan sesuai dengan kriteria sampel untuk penelitian. Instrumen pengambilan data dengan menggunakan Observasi. Untuk mengetahui perubahan involusi Uterus hada hari ke 3 post Partum.

## 3. Hasil Penelitian

Hasil pengumpulan data tentang Proses Involusi Uterus pada ibu Post Partum hari ke 3 di Praktik Mandiri Bidan Lystiani Gresik.

### 3.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Responden

Tabel 3.1 Distribusi responden berdasarkan Usia Responden

No	Usia	f	%
1	17-25 th	6	31%
2	26 – 35 th	11	58 %
3	36 – 40 th	2	11%
4	>40 th	0	0%
Total		19	100 %

*Sumber Data : Kuesioner Penelitian*

Berdasarkan tabel 3.1 dapat diketahui bahwa terbanyak adalah responden dengan Usia 26-35 th sebanyak 11 Orang (58 %).

### 3.2 Karakteristik Responden berdasarkan Paritas

Tabel 3.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Paritas

No	Anak ke..	f	%
1	1	6	31 %
2	2-3	11	58 %
3	>3	2	11 %
Total		19	100 %

Sumber Data : Kuesioner Penelitian

Berdasarkan Tabel 3.2 di atas menunjukkan sebagian besar responden melahirkan anak 2-3 yaitu 11 Orang =58 %

### 3.3 Karakteristik Responden berdasarkan Pendidikan

Tabel 3.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan.

No	Pendidikan	f	%
1	SD	7	37 %
2	SMP	9	47 %
3	SMA	3	16 %
4	D3	0	0 %
5	S1	0	0 %
Total		19	100 %

Sumber Data : Kuesioner Penelitian

Berdasarkan tabel 3.3 dapat diketahui bahwa hampir setengah responden dengan pendidikan terakhir SMP jumlah responden 9 (47%).

### 3.4 Karakteristik Responden berdasarkan Pekerjaan.

Tabel 3.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

No	Pekerjaan	f	%
1	IRT	13	68 %
2	Wirausaha	2	11 %
3	Peg.Swasta	4	21 %
4	Peg Negeri	0	0(0%)
Total		19	100 %

Sumber Data : Kuesioner Penelitian

Berdasarkan tabel 3.4 dapat diketahui bahwa Sebagian besar responden bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga yaitu 13 Orang (68 %).

### 3.5 Data Khusus tentang Proses Involusi Uterus pada ibu Post Partum hari ke 3

Tabel 3.5 Proses Involusi Uterus pada ibu Post Partum hari ke 3

No	Kontrol Keh.	f-1	f-2
1	Lambat	6	32 %
2	Normal	8	42 %
3	Cepat	5	26 %
Total		19	100 %

Sumber Data : Kuesioner Penelitian

Berdasarkan tabel 3.5 dapat diketahui bahwa hampir setengah responden mengalami Proses Involusi Normal yaitu 8 responden (42 %).

## 4. Pembahasan

Pada pembahasan ini akan diuraikan hasil penelitian mengenai gambaran proses involusi uterus di PMB Lystiani Gresik, Berdasarkan tabel 3.5 dapat diketahui bahwa gambaran proses involusi pada ibu nifas hari ketiga sebagian besar adalah involusi yang normal yaitu 8 responden (42%). Menurut Ari Sulistyawati, (2009) Involusi uterus adalah kembalinya uterus ke keadaan sebelum hamil baik dalam bentuk maupun posisi. Selain uterus, vagina, ligament uterus dan otot dasar panggul juga kembali ke keadaan sebelum hamil. Setelah bayi dilahirkan, uterus yang selama persalinan mengalami kontraksi dan retraksi akan menjadi keras sehingga dapat menutup pembuluh darah besar yang bermuara pada bekas implantasi plasenta. Pada hari pertama ibu nifas TFU kira-kira 1-2 cm tiap hari, pada hari ke tiga masa nifas penurunan TFU 3 jari di bawah pusat. Secara berangsur-angsur TFU menjadi kecil (involusi) hingga akhirnya kembali seperti sebelum hamil. Faktor-faktor yang mempengaruhi involusi adalah Mobilisasi dini, Status gizi, Menyusui, Usia, Paritas. Melihat antara teori dan fakta ada kesamaan, hal ini menunjukkan bahwa involusi uterus apabila dilakukan sesuai dengan aturan tidak akan terjadi komplikasi, salah satu cara untuk menghindari terjadi subinvolusi adalah dengan melakukan mobilisasi dini sesuai dengan aturan, pengetahuan tentang kondisi ini perlu disampaikan pada semua ibu post partum supaya tidak ada komplikasi penyerta yang menyebabkan terjadinya kematian ibu post partum.

Tabel 3.1 menunjukkan bahwa ibu nifas di PMB Lystiani Gresik Sebagian Besar berusia 26-35 tahun, yaitu sebanyak 11 responden (58%) dan mengalami proses involusi yang normal sebanyak 4 orang (21%), lambat 3 orang (16%) dan yang mengalami involusi yang cepat sebanyak 4 orang (21%). Menurut Long yang di kutip oleh Nursalam (2010), makin tua umur seseorang, makin konstruktif dalam menghadapi masalah yang di hadapi. Usia 26- 35 tahun merupakan usia reproduksi, usia ibu sangat berpengaruh terhadap proses reproduksi. Dalam kurun waktu reproduksi sehat di ketahui bahwa usia yang aman untuk pemulihan organ genetalia adalah 26-35 tahun, di mana organ reproduksi sudah sempurna dalam menjalani fungsinya (BKKBN, 2017). Menurut pendapat peneliti dari hasil penelitian data yang di dapat yaitu responden dalam usia reproduktif (26-35 tahun) di mana pada usia ini sistem reproduksinya masih baik sehingga proses involusi dapat berjalan dengan normal, jadi fakta dengan teori yang ada saling berkesinambungan dan sesuai dengan teori yang ada.

Tabel 3.3 menunjukkan bahwa hampir setengah responden berpendidikan SMP, yaitu sebanyak 9 responden (26%) dan yang mengalami involusi yang normal sebanyak 5 responden (26%), lambat 2 orang (11%) dan yang cepat 2 orang (11%). Menurut Kuncoroningrat yang di kutip oleh Nursalam (2010) menyebutkan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin mudah menerima informasi, sehingga semakin banyak pula pengetahuan yang di miliki, sebaliknya pendidikan yang kurang akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap setiap perubahan dalam dirinya. Menurut pendapat peneliti dari hasil penelitian tidak selamanya pendidikan tinggi mempunyai pengetahuan yang lebih, dengan adanya perubahan zaman, kemajuan teknologi sehingga setiap orang lebih leluasa untuk mencari tahu segala perubahan, termasuk informasi tentang perubahan yang akan terjadi setelah melahirkan, baik itu perubahan secara fisik, mental maupun perubahan alat-alat reproduksi.

Tabel 3.4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pekerjaan sebagai IRT/tidak bekerja yaitu sebanyak 13 responden (68%) dan yang mengalami proses involusi normal sebanyak 6 responden (31%), lambat 5 responden (26%) dan yang cepat 2 orang (11%) . Menurut Luluk (2015), faktor pekerjaan ibu adalah faktor yang berhubungan dengan aktivitas ibu. Menurut pendapat peneliti dari hasil penelitian ibu yang tidak bekerja/IRT lebih banyak bergerak sehingga mobilisasinya lebih aktif, IRT mempunyai waktu yang lebih banyak untuk memikirkan tentang perubahan yang akan terjadi setelah melahirkan sehingga proses involusi uterus dapat berjalan dengan normal.

Tabel 3.2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang melahirkan ke 2-3 kali yaitu sebanyak 11 orang (58%) dan yang mengalami involusi uterus yang normal 4 orang (21%), lambat 3 orang (16%) dan yang cepat sebanyak 4 orang (21%). Menurut Hanifa (2018) Proses involusi uterus pada ibu yang melahirkan 2-3 kali cenderung menurun kecepatannya dibandingkan ibu yang melahirkan 1 kali karena pada ibu pertama kali melahirkan kekuatan kontraksi uterus lebih tinggi dan uterus teraba lebih keras. Menurut pendapat peneliti dari hasil penelitian di temukan banyak ibu yang melahirkan 2-3 kali yang mengalami involusi yang normal yaitu sebanyak 4 orang (21%), hal ini berarti tidak selamanya ibu yang melahirkan 2-3 kali mengalami involusi yang lambat, karena ibu yang sudah sering melahirkan otot-otot uterusnya sudah semakin elastis jadi bisa mempengaruhi proses involusi ibu, proses perubahan involusi yang normal juga dikarenakan banyak ibu pasca salin mengikuti kegiatan melakukan mobilisasi, selalu memperhatikan hal-hal yang sudah di anjurkan oleh bidan untuk memperbaiki perubahan yang akan terjadi setelah melahirkan.

## 5. Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa : Proses involusi uterus pada ibu post

partum hari ke tiga di PMB Lystiani Gresik, kebanyakan berjalan dengan normal yaitu 8 responden (42%).

## 6 Saran

### 6.1 Bagi STIKES William Booth

Dengan adanya penelitian ini, maka diharapkan institusi pendidikan mampu memberikan penyuluhan tentang tentang Proses Involusi, sehingga mahasiswa dapat mengenal serta memahami hal-hal yang dapat menghambat terjadinya Proses Involusi serta dapat mengaplikasikannya saat praktik di lapangan.

### 6.2 Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan Praktek Mandiri Bidan Lystiani Gresik tetap mengantisipasi adanya subinvolusi yang dapat menyebabkan terjadinya perdarahan pada Post Partum.

### 6.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk meneruskan penelitian tentang Proses Involusi dan hal-hal lain yang dapat menghambatnya.

## DAFTAR PUSTAKA

Ambarwati, 2018. *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta: Mitra Cendikia.

<http://www.lusa.web.id/perubahan-fisiologis-masa-nifas-pada-sistem-reproduksi-part-1/di> akses tanggal 4-9-2021. jam 10.00 Wib

Arikunto.2012. *Pengelolaan Data Sampel*. Jakarta : EGC

Budiatun. 2018. *Asuhan Kebidanan Nifas Normal*. Jakarta : EGC

Fraser Diance. 2011. *Praktek Klinik Kebidanan*. Jakarta : EGC

Hanifa. 2018. *Konsep Teori Involusi*. <https://pengaruh-paritas-pada-involusi-uterus-postpartum/46294141>

Kuncoroningrat.2010. *Perubahan Pendidikan*. Yogyakarta : EGC

Lia Dewi, vivian Nnny.2011. *Asuhan masa nifas*. Jakarta : Salemba Medika.

Nursalam, dan Pariani, S. (2010) *Pendekatan Praktis Metodologi Riset Keperawatan*, CV, Info Medika.

Nursalam. (2010). *Konsep dan penerapan metodologi penelitian Keperawatan*. Jakarta : Rineka Cipta

Saleha, Siti. 2009. *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas*. Jakarta : Salemba Medika.

Setiada. 2017. *Kosep Dasar dan Riset Keperawata* . Yogyakarta : Graha Ilmu

Sulistiyawati, Ari. 2019. *Ibu Post Partum*. Jakarta : EGC

Wheeler, Linda.2014. *Buku Saku: Asuhan Prenatal dan pascapartum*. Jakarta : EGC

Zietraelmart. 2018. *Perubahan involusi Masa Nifas*. [zietraelmart.multiply.com/journal/item/22](http://zietraelmart.multiply.com/journal/item/22) diunduh pada tanggal 4/9/2021. Jam 09.45 wib.