

# JURNAL EDUHEALTH

Volume 4 Nomor 2, September 2014

Pola Asuh Orang Tua Dengan Status Gizi Balita Usia 1-2 Tahun

Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Penurunan Tinggi Fundus Uteri Pada Ibu Nifas Di Paviliun Melati RSUD Jombang

Pengaruh Pemberian Madu Terhadap Penurunan Frekuensi Diare Anak Balita Di Desa Ngumpul, Jogoroto, Jombang

Peran Orang Tua Dalam Mengatasi School Phobia Pada Anak Usia Pra Sekolah DI TK Muslimat 7 Peterongan Jombang

Hubungan Dengan Kemampuan Afektif Fungsi Keluarga Diri Identitas Pembentukan Remaja Di Asrama Muzamzamah – Chosyi'ah

Hubungan Tingkat Pengetahuan Wanita Usia 19 – 22 Tahun Tentang Cara Perawatan Payudara Dengan Rutinitas Sadari Di Asrama As'adiyah

Hubungan Gangguan Masa Menopause Dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Menopause Di Desa Dawuhan Kecamatan Purwoasri Kabupaten Kediri

Perbedaan Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Kader Posyandu Tentang Pelaksanaan Relaktasi Pasca Penyuluhan Antara Menggunakan Metode Diskusi Kelompok Dan Ceramah Interaktif

Hubungan Interaksi Sosial Dengan Hasil Prestasi Belajar Mahasiswa Semester IV Program Studi Diploma III Kebidanan Unipdu Jombang

Kadar Hemoglobin Dengan Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri

Diterbitkan oleh :  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Pesantren Tinggi Darul Ulum Jombang

Jurnal EduHealth	Vol. 4	No. 2	Hal. 59-117	Jombang September 2014	ISSN 2087-3271
---------------------	--------	-------	----------------	---------------------------	-------------------

## DAFTAR ISI

No	Judul	Halaman
1.	Pola Asuh Orang Tua Dengan Status Gizi Balita Usia 1-2 Tahun <b>Ninik Azizah</b>	59 - 62
2.	Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Penurunan Tinggi Fundus Uteri Pada Ibu Nifas Di Paviliun Melati RSUD Jombang <b>Sabrina Dwi Prihartini</b>	63 – 67
3.	Pengaruh Pemberian Madu Terhadap Penurunan Frekuensi Diare Anak Balita Di Desa Ngumpul, Jogoroto, Jombang <b>Dian Puspitayani dan Listriana Fatimah</b>	68 – 71
4.	Peran Orang Tua Dalam Mengatasi School Phobia Pada Anak Usia Pra Sekolah DI TK Muslimat 7 Peterongan Jombang <b>Abdul Ghofar dan Sabrina Dwi Prihartini</b>	72 – 77
5.	Hubungan Dengan Kemampuan Afektif Fungsi Keluarga Diri Identitas Pembentukan Remaja Di Asrama Muzamzamah – Chosyi'ah <b>Nasrudin</b>	78 – 85
6.	Hubungan Tingkat Pengetahuan Wanita Usia 19 – 22 Tahun Tentang Cara Perawatan Payudara Dengan Rutinitas Sadari Di Asrama As'adiyah <b>Sri Banun Titi Istiqomah dan Yushi Yusniah</b>	86 – 89
7.	Hubungan Gangguan Masa Menopause Dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Menopause Di Desa Dawuhan Kecamatan Purwoasri Kabupaten Kediri <b>Ita Eko Suparni dan Yulia Trisnawati</b>	90 – 98
8.	Perbedaan Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Kader Posyandu Tentang Pelaksanaan Relaktasi Pasca Penyuluhan Antara Menggunakan Metode Diskusi Kelompok Dan Ceramah Interaktif <b>Wahyu Wijayanti</b>	99 – 103
9.	Hubungan Interaksi Sosial Dengan Hasil Prestasi Belajar Mahasiswa Semester IV Program Studi Diploma III Kebidanan Unipdu Jombang <b>Vivin Eka Rahmawati</b>	104 – 111
10.	Kadar Hemoglobin Dengan Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri <b>Feny Vitiasaridessy</b>	112 – 117

## PENGARUH MOBILISASI DINI TERHADAP PENURUNAN TINGGI FUNDUS UTERI PADA IBU NIFAS DI PAVILIUN MELATI RSUD JOMBANG

**Sabrina Dwi Prihartini, SKM, M.Kes.**

*Prodi D III Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Pesantren Tinggi Darul Ulum Jombang  
sabinadwiprihartini@gmail.com*

### ABSTRAK

Pengaruh mobilisasi dini pada ibu nifas akan berdampak fisiologis misalnya mempercepat proses penyembuhan organ-organ dalam. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh mobilisasi dini terhadap penurunan TFU pada ibu nifas di Paviliun Melati RSUD Jombang. Metode penelitian yang digunakan adalah desain *pre-eksperimental design* dengan rancangan *one group pre-test post-test*, populasinya adalah ibu nifas yang melahirkan secara pervaginam 2 jam setelah melahirkan, sampel sebanyak 20 orang yang memenuhi kriteria penelitian. Variabel *independent* dalam penelitian ini adalah mobilisasi dini, variabel *dependent*nya adalah penurunan TFU. Pengumpulan data menggunakan tabulasi dan observasi yang sebelum diukur memakai jari-jari tangan. Data dianalisis dengan uji Wilcoxon dengan tingkat kemaknaan  $\alpha \leq 0,05$  dengan SPSS. Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan TFU pada ibu nifas sebelum dan sesudah mobilisasi dini dengan nilai signifikan *P-Value* = 0,000, yang lebih kecil dari nilai  $\alpha \leq 0,05$ , sehingga disimpulkan adanya pengaruh mobilisasi dini terhadap penurunan TFU pada ibu nifas. Kesimpulan dari penelitian kami adalah mobilisasi dini dapat mempengaruhi penurunan TFU pada ibu nifas di Paviliun Melati RSUD Jombang.

Kata kunci : ***mobilisasi dini, penurunan TFU***

### ABSTRAC

*Effect of early mobilization will have an impact on physiological puerperal women such as speeding up the healing process of the internal organs. This study aims to determine whether there is an influence of early mobilization of the decline in puerperal women TFU Melati Pavilion Hospital in Jombang. The research method used is the design of pre-experimental design with the design of one group pre-test post-test, the population is puerperal women who give birth vaginally 2 hours after birth, a sample of 20 people who met the study criteria. Independent variable in this study is the early mobilization, dependentnya variable is the reduction of TFU. Data collection and tabulation using observations before measured using fingers. Data were analyzed with the Wilcoxon test with significance level  $\alpha \leq 0.05$  with SPSS. The results showed no difference TFU on puerperal women before and after early mobilization with a significant value of *P-Value* = 0.000, which is smaller than the value of  $\alpha \leq 0.05$ , so concluded the effect of early mobilization of the TFU decline in puerperal women. The conclusion from our study is the early mobilization can affect TFU decline in puerperal women in Melati Pavilion Hospital Jombang.*

**Keywords:** *early mobilization, decrease TFU*

## PENDAHULUAN

Masa nifas mulai setelah partus selesai, dan berakhir setelah kira-kira 6 minggu. Akan tetapi seluruh alat genitalia baru pulih kembali seperti sebelum ada kehamilan dalam waktu 3 bulan. Perubahan alat-alat genitalia ini dalam keseluruhannya disebut involusi. Dengan mobilisasi dini, ibu dapat sesegera mungkin melakukan buang air besar dan buang air kecil setelah melahirkan. Buang air besar secara spontan bisa tertunda selama dua sampai tiga hari setelah ibu melahirkan, keadaan ini bisa disebabkan karena tonus otot usus menurun selama proses persalinan. Fungsi ginjal akan kembali normal dalam waktu satu bulan setelah melahirkan. Hal tersebut merupakan perubahan fisiologis, tetapi perlu dilakukan mobilisasi dini. Pada hari ke-10 uterus tidak teraba lagi.

Data di Paviliun Melati RSUD Jombang, dari 10 ibu post partum 60% ibu sudah melakukan mobilisasi dini dan 40% ibu tidak melakukan mobilisasi dini. Ibu tidak melakukan mobilisasi dini dikarenakan ibu takut, malas dan merasa capek setelah melahirkan. Padahal mobilisasi dini dapat membantu menurunkan Tinggi Fundus Uteri secara bertahap. Dengan bergerak, hal ini akan mencegah kekakuan otot dan sendi sehingga juga mengurangi nyeri, menjamin kelancaran peredaran darah, memperbaiki pengaturan metabolisme tubuh, mengembalikan kerja fisiologis organ-organ vital yang pada akhirnya justru akan mempercepat penyembuhan luka.

Ibu nifas post partum mengalami involusi uteri, dimana otot-otot uterus berkontraksi sehingga pembuluh-pembuluh darah yang terbuka akibat perlekatan placenta akan terjepit, sehingga perdarahan post partum dapat dicegah, involusi uteri dipengaruhi oleh tiga hal yaitu *autolysis*, aktifitas otot dan iskemik. Mobilisasi dini sangat penting dilakukan pada ibu nifas untuk mempercepat penurunan Tinggi Fundus Uteri.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui akan pengaruh mobilisasi dini

terhadap penurunan Tinggi Fundus Uteri pada ibu nifas di Paviliun Melati RSUD Jombang.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain *pre-eksperimental design* dengan rancangan *One Group Pretest-Posttest design*. Kelompok subyek diadakan *pretest* sebelum diberi *treatment* kemudian diukur dengan *posttest* setelah di *treatment*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas 0-1 hari di Paviliun Melati RSUD Jombang. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas di Paviliun Melati RSUD Jombang, yang memenuhi kriteria sampel yaitu 20 ibu nifas. Dalam penelitian ini menggunakan *consecutive sampling* Dan menggunakan uji Wilcoxon Match Pairs. Setelah data terkumpul kemudian dilakukan uji statistik Wilcoxon Match Repairs test dengan menggunakan tingkat kemaknaan  $\alpha < 0,05$  menggunakan bantuan SPSS. Bila  $\alpha < 0,05$  berarti hipotesa penelitian diterima yaitu ada pengaruh mobilisasi dini terhadap penurunan Tinggi Fundus Uteri pada ibu nifas.

## HASIL PENELITIAN

### Karakteristik Responden Berdasarkan TFU Sebelum Mobilisasi Dini

**Tabel 1.**

Distribusi Frekuensi TFU Sebelum Mobilisasi Dini di Paviliun Melati RSUD Jombang Juni 2009.

No	TFU Sebelum Mobilisasi Dini	Frekuensi	Prosentase (%)
1.	Setinggi pusat	13	65 %
2.	1 jari di bawah pusat	5	25 %
3.	2 jari di bawah pusat	2	10 %
4.	3 jari di bawah pusat	-	0 %
5.	Pertengahan pusat sim	-	0 %
6.	Tidak teraba di atas simfisis	-	0 %
Total		20	100 %

Sebagian besar responden mempunyai Tinggi Fundus Uteri setinggi pusat yaitu sebanyak 13 responden (65 %). Dalam hal ini menunjukkan TFU pada ibu nifas masih batas normal.

### Karakteristik Responden Berdasarkan TFU Setelah Mobilisasi Dini

**Tabel 2.**

Distribusi Frekuensi TFU Setelah Mobilisasi Dini di Paviliun Melati RSUD Jombang Juni 2009.

No	TFU Setelah Mobilisasi Dini	Frekuensi	Prosentase (%)
1.	Setinggi pusat	2	10 %
2.	1 jari di bawah pusat	3	15 %
3.	2 jari di bawah pusat	5	25 %
4.	3 jari di bawah pusat	8	40 %
5.	Pertengahan pusat sim	2	10 %
6.	Tidak teraba di atas simfisis	-	-
Total		20	100 %

Mayoritas ibu nifas mengalami penurunan TFU 2 jari di bawah pusat dan 3 jari di bawah pusat yaitu sebanyak 13 responden (65 %). Hal ini menunjukkan terjadi penurunan TFU setelah dilakukan mobilisasi dini.

### Karakteristik Responden Berdasarkan Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Penurunan TFU Pada Ibu Nifas

**Tabel 3.**

Distribusi Frekuensi Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Penurunan TFU Setelah Melakukan Mobilisasi Dini Di Paviliun Melati RSUD Jombang Juni 2009

No.	Pengaruh Pada TFU Sesudah Mobilisasi Dini	Frekuensi	Prosentase (%)
1.	Menurun	18	90 %
2.	Tetap	2	10 %
Total		20	100 %

Lihat tabel 3 sebagian besar ibu nifas mengalami penurunan TFU yaitu responden sebanyak 18 responden (90 %) sedangkan TFU yang tetap hanya 2 responden (10%). Hal ini menunjukkan bahwa mobilisasi dini mempengaruhi penurunan TFU meskipun masih ada 2 responden yang TFUnya masih belum turun. Hasil uji Wilcoxon dengan tingkat kemaknaan  $\alpha \leq 0,05$ . Pada ini dengan membandingkan nilai pre test dan post test didapatkan tingkat signifikansi nilai *P-Value* = 0,000 yang lebih kecil dari  $\alpha \leq 0,05$  berarti *H<sub>0</sub>* ditolak. Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh mobilisasi dini terhadap penurunan TFU pada ibu nifas di Paviliun Melati RSUD Jombang.

## PEMBAHASAN

### TFU Pada Ibu Nifas Sebelum Melakukan Mobilisasi Dini

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap ibu nifas sebanyak 20 orang. Ibu nifas yang TFUnya terdiri dari TFU setinggi pusat ada 13 ibu nifas (65 %), TFU 1 jari di bawah pusat ada 5 ibu nifas (25 %), TFU 2 jari di bawah pusat ada 2 ibu nifas (10 %).

Hasil observasi dan tabulasi didapatkan didapatkan sebagian ibu nifas dengan TFU setinggi pusat. Setelah melahirkan 2 jam post partum ibu nifas belum mengalami penurunan TFU. Hal ini dikatakan normal tetapi ibu nifas perlu pengawasan yang ketat untuk mewaspadai adanya perdarahan post partum. Pada akhir tahap ketiga persalinan, uterus berada di tengah, kira-kira 2 jari di bawah umbilikus dengan bagian fundus

bersandar pada promontorium sakralis. Pada saat ini besar uterus kira-kira sama dengan besar uterus sewaktu usia kehamilan 16 minggu beratnya kira-kira 1000 gr. Dalam waktu 12 jam, TFU mencapai kurang lebih 1 jari di atas umbilikus. Dalam beberapa hari kemudian, perubahan involusi berlangsung dengan cepat. Fundus turun kira-kira 1 sampai 2 jari setiap 24 jam.

### **TFU Pada Ibu Nifas Setelah Melakukan Mobilisasi Dini**

Dari hasil penelitian, pada tabel 4.4 dengan memberikan dan melatih klien melakukan mobilisasi dini untuk menurunkan TFU. Hasil observasi peneliti didapatkan sebagian besar ibu nifas mengalami penurunan TFU setelah melakukan mobilisasi dini. Hal ini karena mobilisasi dapat memperlancar darah ke dalam uterus sehingga kontraksi uterus akan baik dan fundus uteri akan menjadi keras.

Mobilisasi dini merupakan aktivitas segera yang dilakukan secepat mungkin setelah beristirahat beberapa jam dengan beranjak dari tempat tidur ibu pada persalinan normal. Karena mobilisasi dini penting ketika terjadinya penurunan TFU dan mempercepat proses penyembuhan pada ibu nifas sehingga mobilisasi dini sangat tepat untuk dijadikan terapi yang menjadikan tindakan nonfarmakologios yang harus diintervensikan pada ibu nifas.

### **Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Penurunan TFU Pada Ibu Nifas**

Dari data yang didapatkan peneliti, dapat disimpulkan bahwa pengaruh mobilisasi dini terhadap penurunan TFU pada ibu nifas adalah sangat besar yaitu 18 ibu nifas (90 %) diantaranya mengalami penurunan TFU meskipun masih ada 2 ibu nifas (10 %) yang tetap TFU. Hasil observasi peneliti menunjukkan setelah melakukan mobilisasi dini ibu nifas mengalami penurunan TFU. Ini menunjukkan mobilisasi dapat

mempengaruhi penurunan TFU pada ibu nifas setelah 2 jam post partum.

Pada klien dengan masa nifas, yang mengalami penurunan TFU ketika setelah melahirkan yang mana penurunan TFU dapat berlangsung 2 jam post partum dan kembalinya uterus ke keadaan semula sampai 10 hari. Mobilisasi dini dapat langsung dilakukan setelah melahirkan asalkan rasa nyeri dapat ditahan dan keseimbangan tubuh tidak lagi menjadi gangguan, dengan bergerak masa pemulihan untuk mencapai level kondisi seperti sebelum melahirkan dapat dipersingkat. Hal ini akan mencegah kekakuan otot dan sendi sehingga juga mengurangi nyeri, menjamin kelancaran peredaran darah, memperbaiki pengaturan metabolisme tubuh, mengembalikan kerja fisiologis organ-organ vital yang pada akhirnya justru akan mempercepat penurunan TFU.

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian dari data di atas dapat dirumuskan kesimpulan sebagai berikut : Sebelum dilakukan mobilisasi dini ibu nifas belum mengalami penurunan TFU. Setelah dilakukan mobilisasi dini ibu nifas mengalami penurunan TFU secara bertahap dan mengembalikan organ-organ dalam ke bentuk semula seperti sebelum hamil. Mobilisasi dini akan melancarkan pengeluaran darah dan sisa plasenta sehingga dapat mempercepat penurunan TFU. Oleh karena itu mobilisasi dini berpengaruh pada penurunan TFU.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Arif Mansjoer, dkk.2000. *Kapita Selekta*. Jakarta: Media Aesculapius
- Bobak, dkk.2004. *Keperawatan Maternitas*. Jakarta:EGC.
- Depkes.2000. *Pedoman Pelayanan Kebidanan Dasar*. Jakarta
- Ida Bagus Gede Manuaba. 1999. *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta: Arcan.

- JNPK-KR.2007. *Asuhan Persalinan Normal*. Jakarta
- Notoatmodjo, S. 2003. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Renika Cipta.
- Notoatmodjo, S. 2005. *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Renika Cipta.
- Nursalam. 2003. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta
- Nursalam. 2008. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta
- Pilliteri, Adelle. 2002. *Perawatan Kesehatan Ibu & Anak*. Jakarta : EGC.
- Poppy, Kumala. 2003. *Kamus Saku Kedokteran Dorland*. Jakarta : EGC.
- R.Scott, James. 2002. *Obstetri & Ginekologi*. Jakarta: Widya Medika
- Sarwono Prawirohardjo. 2002. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : Yayasan Dina Pustaka Sarwono Prawiroharjo.
- Sarwono Prawiroharjo. 2006. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawiroharjo.

