

**PENGARUH MASASE UTERUS TERHADAP PENURUNAN TINGGI FUNDUS
UTERI PADA IBU POSTPARTUM DOMISILI DEMAK
DI RSUD SUNAN KALIJAGA DEMAK**

Yuni Restianti ^{*)}, Wagiyu ^{)}, Ulfa Nurullita ^{***)}**

^{*)} *Mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang*

^{**)} *Dosen Program Studi Keperawatan Poltekkes KeMenkes Semarang*

^{***)} *Dosen Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah
Semarang*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh masase uterus terhadap penurunan tinggi fundus uteri pada ibu postpartum di RSUD Sunan Kalijaga Demak. Desain penelitian dalam penelitian ini adalah *quasi eksperiment* dengan *post test nonequivalent control group* dengan jumlah sampel 64 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling dengan kriteria ibu postpartum, persalinan pervaginam, pasien dalam keadaan sadar dan dapat diajak komunikasi, domisili demak, dan bersedia menjadi responden dengan sukarela. Instrumen penelitian yang digunakan berupa lembar observasi data mengenai hasil pengukuran tinggi fundus uteri dalam satuan centimeter. Pengumpulan data dilakukan selama 6 minggu, yaitu Maret hingga April 2015. Berdasarkan hasil analisis data uji *Mann-Whitney* diperoleh selisih tinggi fundus uteri hari ke-1 dan ke-9 diketahui bahwa $p < 0,000$ yaitu terdapat perbedaan penurunan tinggi fundus uteri yang signifikan pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Hasil penelitian ini dapat meningkatkan peran perawat dalam pemberian informasi kepada ibu postpartum mengenai manfaat masase uterus.

Kata kunci: masase uterus, penurunan tinggi fundus uteri

ABSTRACT

This research is intended to find out the influence of uterus massage toward the uterus fundus height decrease of postpartum mothers at SunanKalijaga District General Hospital of Demak. The design of this research is Quasi Experiment with post-test nonequivalent control group with 64 respondents. The sampling technique used in this research is total sampling technique with the criteria of postpartum mothers, vaginal childbirth, conscious and able to talk patients, Demak residents, and are willing to be respondents voluntarily. The instrument used in this research is data observation sheets about the result of uterus fundus height measurement in centimeter unit. The data collection was done in 6 weeks, March to April 2015. Based on the Mann-Whitney analytical test, it can be seen that there is a height deviation of uterus fundus of the first day and the 9th day with $p < 0,000$. It can be concluded that there is a significant uterus fundus height decrease at the intervention group and control group. The result of this study is expected to improve the role of the nurses in giving information to postpartum mothers about the benefit of uterus massage.

Key Words : uterus massage, uterus fundus height decrease

PENDAHULUAN

Masa nifas (*puerperium*) adalah masa setelah kelahiran sampai enam minggu setelah plasenta keluar dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali ke keadaan sebelum hamil (Sulistiyawati, 2009, hlm.1). Pada masa ini terjadi perubahan-perubahan fisiologis meliputi perubahan fisik, involusi uterus serta pengeluaran lokia, laktasi, dan perubahan sistem tubuh (Maryunani, 2009, hlm. 1).

Involusi uterus adalah proses kembalinya uterus ke dalam keadaan sebelum hamil setelah melahirkan dengan berat sekitar 50-60 gram dan dimulai segera setelah plasenta keluar akibat kontraksi otot-otot polos uterus (Dewi & Sunarsih, 2011, hlm. 55). Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi proses involusi uterus di antaranya status gizi, paritas, menyusui, mobilisasi dini, usia, dan masase uterus.

Pada kala IV hal-hal yang perlu diperhatikan adalah kontraksi uterus sampai uterus kembali ke bentuk normal. Kontraksi uterus mutlak diperlukan untuk mencegah terjadinya perdarahan. Bila dalam waktu 15 menit uterus tidak berkontraksi dengan baik, maka akan terjadi atonia uteri. Oleh karena itu, diperlukan tindakan rangsangan taktil (masase) fundus uteri (Asrinah, 2010, hlm. 118-119).

Sesudah kelahiran, rahim akan memulai proses involusi atau kembali ke keadaan sebelum hamil. Masase uterus menyebabkan rahim berkontraksi sehingga menutup pembuluh darah yang terbuka pada daerah plasenta (mencegah perdarahan hebat dan mempercepat pelepasan rahim ekstra). Dengan berkontraksinya rahim akan menjaga uterus tetap kencang sehingga dapat mempercepat uterus kembali ke keadaan sebelum hamil (Simkin, 2007, hlm. 215)

Fenomena proses involusi terutama tentang penurunan tinggi fundus uteri pada ibu pasca persalinan dialami secara berbeda-beda, meskipun secara teoritik tinggi fundus uteri tidak akan teraba lagi pada hari yang ke-10. Namun, kenyataan di klinik masih banyak postpartum pada hari ke-10 tinggi fundus uterinya masih dapat diraba di atas tulang simpysis pubis (Reeder, 1997).

Berdasarkan uraian fenomena tentang penurunan tinggi fundus uteri di atas yang disertai dengan data-data dan fakta klinik serta hasil penelitian terkait maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terhadap fenomena tersebut dengan judul “Pengaruh Masase Uterus Terhadap Penurunan Tinggi Fundus Uteri Pada Ibu Postpartum Domisili Demak di RSUD Sunan Kalijaga Demak”.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh masase uterus terhadap penurunan tinggi fundus uteri yang berdomisili Demak dan di RSUD Sunan Kalijaga Demak.

METODOLOGI PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi eksperiment* dengan *post test nonequivalent control group*. Pada desain *post test nonequivalent control group*, desain yang hanya mengukur pasca perlakuan dan melibatkan kelompok kontrol yang tidak setara. Penelitian dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Pemberian terapi masase uterus dilakukan sehari tiga kali selama 5-10 menit, masase memutar searah jarum jam. Pengukuran tinggi fundus uteri sesudah dilakukan masase uterus.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua wanita melahirkan di ruang kebidanan RSUD Sunan Kalijaga Demak yang memenuhi kriteria inklusi. Jumlah populasi dalam penelitian ini sebanyak 64 responden yang dibagi menjadi 32 responden kelompok perlakuan dan 32 responden kelompok kontrol. Metode sampling yang peneliti gunakan adalah teknik total sampling (Sugiyono, 2009). Kriteria inklusi responden dalam penelitian ini adalah: ibu postpartum, persalinan pervaginam, pasien dalam keadaan sadar dan dapat diajak komunikasi, pasien berdomisili di Demak, pasien bersedia menjadi responden dengan sukarela.

Penelitian ini dilakukan di ruang perinatologi RSUD Sunan Kalijaga Demak pada tanggal 9 Maret – 18 April 2015. Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi mengenai data dan karakteristik responden dan tinggi fundus uteri

harian. Instrument yang digunakan adalah metline dan seperangkat alat tulis.

Analisa univariat adalah data yang diperoleh dari hasil pengumpulan dapat disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi (Notoadmodjo, 2005, hlm. 188). Untuk data yang berjenis numerik dilakukan analisa dengan menggunakan mean, median, modus, standart deviasi, minimum, maksimum, dengan data dengan jenis kategorik dianalisis dengan distribusi frekuensi (Arikunto, 2002, hlm. 38). Uji statistik yang digunakan Untuk melihat perbedaan pada kelompok perlakuan masase uterus dengan kelompok kontrol menggunakan uji *t-test independent* karena terdiri dari dua kelompok yang berbeda. Jika data tidak terdistribusi normal maka menggunakan uji *Mann whitney*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Umum Tempat Penelitian

Tempat yang digunakan sebagai tempat penelitian adalah RSUD Sunan Kalijaga - Demak yang terletak di Jalan Sultan Fatah 669/50. RSUD Sunan Kalijaga Demak merupakan Rumah Sakit Kelas C milik Pemerintah Kabupaten Demak.

1. Analisis Univariat

Tabel 1
Deskripsi Karakteristik Berdasarkan Usia Ibu *Postpartum* di Ruang Melati RSUD Sunan Kalijaga Demak pada tanggal 9 Maret-18 April 2015
(n=64)

Variabel	Mean	Median	Min	Maks	SD
Usia responden	27,86	27,00	18	43	6,609

Berdasarkan tabel 5.1 dapat dijelaskan bahwa rata-rata usia responden adalah 27,86 tahun, dengan standart deviasi 6,609. Usia termuda 18 tahun dan usia tertua 43 tahun.

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Paritas Pada Ibu *Postpartum* di Ruang Melati RSUD Sunan Kalijaga Demak pada tanggal 9 Maret-18 April 2015
(n=64)

Paritas	F	%
Primigravida	38	59,4
Multigravida	26	40,6
Jumlah	64	100,0

Berdasarkan tabel 2 di atas diketahui bahwa responden didominasi oleh kelompok primigravida atau kehamilan/kelahiran pertama kali sebanyak 38 responden dengan persentase 59,4 %.

Tabel 3
Karakteristik responden berdasarkan penurunan tinggi fundus uteri ibu *postpartum* hari ke-1, ke-5, dan ke-9 kelompok perlakuan di Ruang Melati RSUD Sunan Kalijaga Demak pada tanggal 9 Maret-18 April 2015
(n=64)

Penurunan TFU hari ke-	Mean	Median	Min	Max	SD
TFU hari ke-1	18,41	18,00	17	20	0,712
TFU hari ke-5	13,28	13,00	12	12	1,224
TFU hari ke-9	8,25	8,00	8	10	0,568

Berdasarkan tabel 3 dapat dijelaskan bahwa rata-rata penurunan TFU hari ke-9 adalah 8,25 cm, dengan standart deviasi 0,568. Penurunan TFU hari-9 minimum adalah 8 cm dan maksimum 10 cm.

Tabel 4
Karakteristik responden berdasarkan penurunan tinggi fundus uteri ibu postpartum hari ke-1, ke-5, dan ke-9 kelompok kontrol di Ruang Melati RSUD Sunan Kalijaga Demak pada tanggal 9 Maret-18 April 2015 (n=64)

Penurunan TFU hari ke-	Mean	Median	Min	Maks	SD
TFU hari ke-1	18,56	18,00	18	20	0,716
TFU hari ke-5	15,38	15,00	15	17	0,609
TFU hari ke-9	9,50	9,00	9	11	0,622

Berdasarkan tabel 4 dapat dijelaskan bahwa rata-rata penurunan TFU hari ke-9 adalah 9,50 cm, dengan standart deviasi 0,622. Penurunan TFU hari ke-9 minimum adalah 9 cm dan maksimum 11 cm.

2. Analisa Bivariat

Tabel 5
Pengaruh Masase Uterus Terhadap Selisih Penurunan TFU Hari ke-1 dan Hari ke-9 berdasarkan uji normalitas data

TFU	Statistik	df	Sig.
Selisih TFU masase hari ke-1 dan ke-9	0,380	32	0,000
kontrol	0,287	32	0,000

Berdasarkan tabel 5 hasil uji normalitas data dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* didapatkan semua kelompok data memiliki nilai $p \leq 0,05$, maka dikatakan data berdistribusi tidak normal.

Tabel 6
Distribusi responden berdasarkan uji *Mann-Whitney*

TFU Hari ke-	Mean rank	Sig.
Selisih TFU hari ke-1 dan ke-9	44,16	0,000
kontrol	20,84	

Hasil analisis uji *Mann-Whitney* diperoleh data selisih TFU hari ke-1 dan ke-9 dengan signifikan 0,000. Berdasarkan uji *Mann-*

Whitney Test dengan hasil p 0,000 yaitu terdapat perbedaan penurunan TFU yang signifikan antara kelompok masase dan kelompok kontrol, maka H_0 ditolak maka dapat disimpulkan ada pengaruh masase fundus uteri terhadap penurunan tinggi fundus uteri pada ibu postpartum.

Interprestasi dan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian tentang gambaran karakteristik responden pada ibu postpartum bahwa rata-rata usia ibu 27-28 tahun. Usia ideal bagi wanita untuk hamil dan melahirkan pada usia 21-35 tahun, karena pada usia tersebut wanita telah memiliki kematangan reproduksi, emosional, dan sosial. dan memiliki berat yang rendah akan mudah terpapar perubahan suhu lingkungan karena mudah kehilangan panas.

Hasil penelitian berdasarkan karakteristik paritas responden, didominasi oleh primigravida sebanyak 38 responden (59,4 %). Pada multigravida proses involusi uterus cenderung menurun kecepatannya dibandingkan dengan primigravida, hal ini disebabkan oleh fisiologi otot-otot rahim multigravida yang berkurang elastisitasnya sehingga terjadi hambatan dalam involusi uterus.

Hasil penelitian didapatkan untuk kelompok perlakuan menunjukkan setelah pemberian masase uterus rata-rata penurunan TFU hari ke-1 adalah 18,41 cm. Masase uterus yang merupakan gerakan telapak tangan pada abdomen yang dilakukan sejak hari pertama melahirkan setiap hari sampai hari ke-10 untuk membantu mempercepat terjadinya proses involusi uterus

Pada kelompok kontrol rata-rata penurunan TFU hari ke-1 adalah 18,56 cm, sedangkan rata-rata penurunan TFU hari ke-9 adalah 9,50 cm. Hal ini disebabkan oleh proses involusi uterus yang terjadi secara alami karena fundus akan turun 1 cm setiap hari. Meskipun tidak diberikan perlakuan pada kelompok kontrol, fundus akan mengalami penurunan.

Hasil analisis bivariat dengan menggunakan uji *Mann-Whitney test* didapatkan hasil selisih penurunan tinggi fundus uteri hari ke-1 dan hari ke-9 pada kelompok perlakuan dan

kelompok kontrol memiliki p 0.000 sehingga dari hasil data tersebut terdapat perbedaan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol maka dapat disimpulkan bahwa ibu postpartum yang dilakukan masase uterus akan mengalami percepatan penurunan tinggi fundus uteri dibanding ibu postpartum yang tidak dilakukan masase uterus.

Involusi uterus adalah perubahan pada uterus yang menyebabkan berkurangnya ukuran uterus (Varney, 2004). Proses involusi dimulai segera setelah plasenta keluar akibat kontraksi otot-otot polos uterus (Bobak, Lowdermilk, & Jensen, 2004, hlm. 493). Involusi uterus ditandai dengan penurunan tinggi fundus uterus 1 cm setiap harinya (Reeder, Martin, & Koniak, 2011, hlm. 6).

Proses involusi uterus disebabkan oleh sebagian kontraksi uterus dan mengecilnya ukuran masing-masing sel-sel miometrium dan sebagian oleh proses autolysis, yaitu sebagian material protein dinding uterus dipecah menjadi komponen yang lebih sederhana yang kemudian diabsorpsi (Reeder, Martin, & Koniak, 2011, hlm. 6).

Untuk membantu mempercepat proses involusi uterus salah satunya dapat dilakukan dengan masase uterus. Manfaat masase uterus adalah merangsang uterus berkontraksi baik dan kuat. Kontraksi uterus yang tidak kuat dan terus-menerus dapat menyebabkan terjadinya atonia uteri, untuk membantu uterus berkontraksi, bisa dilakukan dengan masase agar uterus tidak lembek dan mampu berkontraksi secara kuat. Dengan terus berkontraksi, rahim menutup pembuluh darah yang terbuka pada daerah plasenta. Penutupan ini mencegah perdarahan yang hebat dan mempercepat pelepasan lapisan rahim ekstra yang terbentuk selama kehamilan (Simkin, 2007, hlm. 213).

SIMPULAN

1. Penurunan tinggi fundus uteri pada kelompok perlakuan setelah dilakukan masase uterus yaitu hari ke-1 memiliki rata-rata 18,41 cm, hari ke-5 rata-rata 13,28 cm, dan hari ke-9 rata-rata 8,25 cm. Masase uterus dilakukan sejak hari pertama melahirkan setiap hari sampai hari ke-10 untuk membantu mempercepat terjadinya proses involusi uterus.

2. Penurunan tinggi fundus uteri pada kelompok kontrol yaitu hari ke-1 memiliki rata-rata 18,56 cm, hari ke-5 rata-rata 15,38 cm, dan hari ke-9 rata-rata 9,50 cm. Hal ini disebabkan oleh proses involusi uterus yang terjadi secara alami karena fundus akan turun 1 cm setiap hari. Meskipun tidak diberikan perlakuan pada kelompok kontrol, fundus akan mengalami penurunan.
3. Terdapat perbedaan yang signifikan penurunan TFU pada kelompok kontrol dan kelompok yang diberi masase uterus selisih antara hari ke-1 dan hari ke-9 dengan p value 0.000 (<0.05).

SARAN

Berdasarkan penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh masase uterus terhadap penurunan tinggi fundus uteri pada ibu postpartum domisili Demak di RSUD Sunan Kalijaga Demak, peneliti ingin menyampaikan saran sebagai berikut :

1. Bagi pelayanan keperawatan
Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam mengambil kebijakan program kesehatan ibu tentang sebagai standart pelayanan pada pasien postpartum dan meningkatkan profesionalisme asuhan keperawatan dalam penatalaksanaan penurunan tinggi fundus uteri.
2. Bagi pendidikan keperawatan
Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk memperbaiki bahan ajar khususnya sub pokok bahan ajar ibu postpartum
3. Bagi peneliti selanjutnya
Penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian terkait dengan fenomena tersebut proses involusi

DAFTAR PUSTAKA

- Bobak, Lowdermilk, & Jensen. (2012). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta: EGC
- Maryunani, Anik. (2009). *Asuhan pada Ibu dalam Masa Nifas*. Jakarta: TIM
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2005). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Reeder, Martin, Kroniak-Griffin. (2011). *Keperawatan Maternitas: Kesehatan*

- Wanita, Bayi, & Keluarga, Ed. 18, Vol.1.* Jakarta: EGC
- Simkin, Penny. (2007). *Panduan Lengkap Kehamilan Melahirkan dan Bayi.* Jakarta: Arcan
- Sugiyono. (2013). *Statistik Untuk Penelitian.* Bandung : Alfabeta
- Sulistyawati, Ari. (2009). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas.* Yogyakarta: ANDI
- Varney, H., et al. (2004). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan. Volume 2.* Edisi 4. Jakarta: Penerbit Buku kedokteran, EGC
- Vivian, Dewi, Nanny Lia dan Tri Sunarsih. (2011). *Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas.* Jakarta: Salemba Medika