

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi

Penelitian ini dilakukan di Klinik Nurida Husada Jalan Cilubang Nagrak RT 04 RW 04, Situ Gede, Bogor Barat, Kota Bogor. Terdapat 4 kelas kamar yang setiap kelas ada 1-2 kamar, setiap kamar di isi oleh 1 pasien. Klinik Nurida Husada memiliki 1 ruang periksa, 1 ruang dokter untuk melayani pengobatan umum, 1 ruang bidan untuk melayani kebidanan, 1 ruang bersalin yang berisi 3 tempat tidur untuk membantu persalinan, 1 ruang bidan jaga yaitu ruang untuk istirahat bidan, ada mushola dan juga apotek sebagai penunjang klinik. Klinik Nurida Husada terdapat 7 bidan, 2 dokter dan 2 perawat.

B. Gambaran Umum Responden

Pasien yang dijadikan responden adalah Ibu E berusia 30 tahun yang beralamat di Bogor, dengan Pendidikan terakhir SMA, multigravida kelahiran anak ke 2, tidak pernah melakukan senam nifas sebelumnya, melakukan inisiasi menyusui dini dan tidak memiliki riwayat kesehatan hipertensi anemia, jantung, demam selama atau setelah melahirkan.

Ibu L berusia 32 tahun yang beralamat di Bogor, dengan pendidikan terakhir SMA, multigravida kelahiran anak ke 3, tidak pernah

melakukan senam nifas sebelumnya, melakukan inisiasi menyusui dini dan tidak memiliki riwayat kesehatan hipertensi anemia, jantung, demam selama atau setelah melahirkan.

Ibu D berusia 30 tahun yang beralamat di Bogor, dengan pendidikan terakhir SMP, multigravida kelahiran anak ke 2, tidak pernah melakukan senam nifas sebelumnya, melakukan inisiasi menyusui dini dan tidak memiliki riwayat kesehatan hipertensi anemia, jantung, demam selama atau setelah melahirkan.

C. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan tanggal 3 April sampai 8 April 2022. Saat dilakukan pengkajian dan dilakukannya observasi, dapat disimpulkan bahwa ketiga responden ini sebelumnya tidak pernah melakukan senam nifas. Masalah ini timbul dari kurangnya pengetahuan responden tentang cara senam nifas pada ibu postpartum.

Setelah melakukan wawancara dan observasi Ibu E, Ibu L dan Ibu D peneliti melakukan senam nifas selama 4 hari setiap harinya dengan durasi 15 menit.

Tabel 4.1 Karakteristik responden berdasarkan usia, suku, pendidikan, pekerjaan, paritas, IMD, senam nifas di Klinik Nurida Husada Kota Bogor pada tanggal 3-8 April 2022.
(n=3)

No	Karakteristik	Responden		
		Ibu E	Ibu L	Ibu D
1	Usia	30 tahun	32 tahun	30 tahun
2	Suku	Sunda	Sunda	Sunda
3	Pendidikan	SMA	SMA	SMP
4	Pekerjaan	IRT	IRT	IRT
5	Paritas	Multipara	Multipara	Multipara
6	IMD	Ya	Ya	Ya
7	Senam Nifas	Tidak	Tidak	Tidak

Sumber: Data Primer

Berdasarkan Tabel 4.1 menunjukan bahwa Ibu E dan Ibu D berusia 30 tahun dan Ibu L berusia 32 tahun. Ibu E, Ibu L dan Ibu D bersuku sunda. Ibu E dan Ibu L berpendidikan SMA dan Ibu D berpendidikan SMP. Ibu E, Ibu L dan Ibu D merupakan Ibu Rumah Tangga. Paritas Ibu E, Ibu L dan Ibu D adalah multipara. Ibu E, Ibu L dan Ibu D sudah melakukan Inisiasi Menyusu Dini. Ibu E, Ibu L dan Ibu D belum pernah melakukan senam nifas.

Tabel 4.2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan tinggi fundus uteri hari pertama postpartum di Klinik Nurida Husada Kota Bogor pada tanggal 3-8 April 2022.
(n=3)

No	Responden	TFU
1	Ibu E	Setinggi pusat
2	Ibu L	Setinggi pusat
3	Ibu D	1 cm dibawah pusat

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 4.2 diatas menunjukkan bahwa penurunan tinggi fundus uteri postpartum hari pertama sebelum dilakukan senam nifas pada Ibu E dan Ibu L TFU setinggi pusat yang artinya penurunan uterus tidak normal dan pada Ibu D TFU 1 cm dibawah pusat yang artinya penurunan uterus normal.

*Tabel 4.3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan tinggi fundus uteri hari keempat postpartum setelah dilakukan senam nifas di Klinik Nurida Husada Kota Bogor pada tanggal 3-8 April 2022.
(n=3)*

No	Responden	TFU
1	Ibu E	3 cm dibawah pusat
2	Ibu L	4 cm dibawah pusat
3	Ibu D	7 cm dibawah pusat

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 4.3 di atas menunjukkan bahwa penurunan tinggi fundus uteri pada hari keempat postpartum setelah melakukan senam nifas pada Ibu E 3 cm dibawah pusat yang artinya penurunan uterus tidak normal, sedangkan pada Ibu L TFU 4 cm dibawah pusat dan pada Ibu D TFU 7 cm dibawah pusat yang artinya penurunan uterus normal.

*Tabel 4.4 Distribusi frekuensi responden berdasarkan tinggi fundus uteri sebelum dan sesudah melakukan senam nifas di Klinik Nurida Husada Kota Bogor pada tanggal 3-8 April 2022.
(n=3)*

No	Responden	Sebelum	Sesudah
1	Ibu E	Setinggi pusat	3 cm dibawah pusat
2	Ibu L	Setinggi pusat	4 cm dibawah pusat
3	Ibu D	1 cm di bawah pusat	7 cm dibawah pusat

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 4.4 diatas menunjukkan pengukuran tinggi fundus uteri menggunakan lembar observasi dan alat ukur pita meteran dalam sentimeter, didapatkan hasil pada hari pertama pada Ibu E dan Ibu L TFU setinggi pusat yang artinya penurunan uterus tidak normal dan pada Ibu D TFU 1 cm dibawah pusat yang artinya penurunan uterus normal. Pada hari kedua terdapat penurunan tinggi fundus uteri setinggi 1 cm dibawah pusat pada Ibu E dan Ibu. L, sedangkan pada Ibu D terdapat penurunan tinggi fundus uteri setinggi 3 cm dibawah pusat. Pada hari ketiga terjadi penurunan tinggi fundus uteri pada Ibu E dan Ibu L TFU 2 cm dibawah pusat yang artinya penurunan uterus tidak normal dan pada Ibu D TFU 5 cm dibawah pusat yang artinya penurunan uterus normal. Pada hari keempat terdapat perubahan TFU pada ketiga responden dengan hasil pada Ibu E TFU 3 cm dibawah pusat yang artinya penurunan tinggi fundus tidak normal dan pada Ibu L TFU 4 cm dibawah pusat dan Ibu D 7 cm dibawah pusat yang artinya penurunan tinggi fundus normal.

D. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian tentang penerapan senam nifas dalam mempercepat involusi uterus pada Ibu E sebelum dilakukan senam nifas pada hari pertama postpartum didapatkan tinggi fundus uteri setinggi pusat (tidak normal) setelah dilakukan intervensi senam nifas didapatkan tinggi fundus uteri pada hari keempat postpartum 3 cm dibawah pusat (tidak normal), pada Ibu L sebelum dilakukan senam nifas pada hari pertama postpartum tinggi fundus uteri setinggi pusat (tidak normal) setelah

dilakukan intervensi senam nifas didapatkan hasil tinggi fundus uteri 4 cm dibawah pusat (normal), pada Ibu D sebelum dilakukan senam nifas pada hari pertama postpartum tinggi fundus uteri 1 cm di bawah pusat (normal) setelah dilakukan intervensi senam nifas didapatkan hasil tinggi fundus uteri 7 cm dibawah pusat (normal). Maka pada bab ini peneliti akan melakukan pembahasan lebih lanjut. Dimana pembahasan ini bertujuan untuk menginterpretasikan data dan hasil penelitian kemudian dibandingkan dengan konsep teori dari penelitian sebelumnya terkait dengan judul penelitian.

1. Tinggi Fundus Uteri Hari Pertama Postpartum

Pengkajian didapatkan Ibu E berusia 30 tahun dengan paritas ke-2, sudah melakukan inisiasi menyusui dini dan ASI hanya ada sedikit, mendapatkan jahitan perineum 5 jahitan, Ibu mengeluh nyeri dibagian perineum dan mengatakan belum melakukann mobilisasi dini setelah melahirkan karena takut. Ibu L berusia 32 tahun dengan paritas ke-3, sudah melakukan inisiasi menyusui dini ASI sudah keluar, tidak mendapatkan jahitan perineum, Ibu mengeluh lemas dan sakit badan setelah melahirkan, ibu belum melakukan mobilisasi dini. Ibu D berusia 30 tahun dengan paritas ke-2, sudah melakukan inisiasi menyusui dini dan ASI lancar, mendapatkan jahitan perineum 7 jahitan, Ibu mengeluh nyeri dibagian jahitan perineum, Ibu sudah melakukan mobilisasi dini. Ketiga responden sebelumnya tidak pernah melakukan senam nifas. Dari pengkajian diatas dilakukan pengukuran tinggi fundus uteri

menggunakan pita meteran dalam sentimeter, dari pengukuran tersebut didapatkan tinggi fundus uteri Ibu E dan Ibu L pada hari pertama nifas setinggi pusat. Pada pengkajian Ibu D didapatkan tinggi fundus uteri pada hari pertama nifas 1 cm dibawah pusat. Proses involusi uterus sangat dipengaruhi oleh usia ibu saat melahirkan.

Menurut hasil penelitian Anggi dan Yudita tahun 2020 pada usia usia 20-35 tahun merupakan kelompok reproduksi yang paling ideal dari aspek kesehatan, bila ditinjau dari tugas dan perkembangan manusia pada usia lebih dari 35 tahun elastisitas otot uterus berkurang, sering terjadi komplikasi saat sebelum dan setelah kelahiran di karenakan elastisitas otot rahimnya sudah menurun, menyebabkan kontraksi uterus tidak maksimal. Ada pengaruh senam nifas dengan penurunan tinggi fundus uteri pada ibu postpartum. Hal ini di mungkinkan ibu portpartum ini melaksanakan senam nifas dengan teratur dan sesuai dengan teknik yang telah diajarkan.

Menurut Achmada dan Erika (2015) sebagian besar ibu nifas tidak langsung bergerak setelah melahirkan karena khawatir gerakan yang dilakukannya justru akan menimbulkan rasa sakit dan pendarahan. Faktanya, ibu nifas yang tidak berolahraga setelah melahirkan memiliki efek samping seperti pendarahan, infeksi, banyak ibu nifas yang takut untuk berolahraga, sehingga menghabiskan sebagian waktunya untuk tidur terus menerus dan ada beberapa faktor yang mempengaruhinya. kontraksi uterus, termasuk postpartum. Latihan mobilitas dini setelah

melahirkan, menyusui dini, nutrisi, psikologis, usia dan faktor reproduksi.

Berdasarkan hasil penelitian dan teori di atas menurut peneliti penurunan tinggi fundus uteri di Klinik Nurida Husada Kota Bogor sebelum dilakukan senam nifas akan sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu, umur, mobilisasi dan inisiasi menyusui dini.

2. Tinggi Fundus Uteri Hari Keempat Setelah Dilakukan Senam Nifas

Pada Ibu E hari pertama postpartum sebelum melakukan senam nifas tinggi fundus uteri setinggi pusat setelah dilakukan senam nifas pada hari keempat tinggi fundus uteri berada di 3 cm dibawah pusat. Ibu L hari pertama postpartum sebelum melakukan senam nifas tinggi fundus uteri setinggi pusat setelah melakukan senam nifas pada hari keempat tinggi fundus uteri berada di 4 cm dibawah pusat. Ibu D hari pertama postpartum sebelum melakukan senam nifas tinggi fundus uteri 1 cm dibawah pusat setelah dilakukan senam nifas pada hari keempat tinggi fundus uteri berada di 7 cm dibawah pusat. Hal ini membuktikan teori bahwa pelaksanaan senam nifas pada ibu postpartum dapat membantu mempercepat proses involusi uteri yang salah satunya dapat dinilai melalui pengukuran terhadap tinggi fundus uteri ibu postpartum.

Menurut hasil penelitian Enny tahun 2018 pada hari pertama tinggi fundus uteri 1 jari dibawah pusat, pada hari ketiga tinggi fundus uter berada 2-3 jari dibawah pusat, hari keenam berada pada

pertengahan simfisis-pusat, hari ke tujuh berada 2 atau 3 jari diatas simfisis, hari kesembilan berada di 1 jari diatas simfisis dan pada hari kesepuluh sudah tidak teraba lagi.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Ineke pada tahun 2016 yang mengatakan adanya pengaruh senam nifas terhadap involusi uterus pada ibu postpartum.

Pada penelitian ini terdapat beberapa ibu postpartum yang penurunan tinggi fundus uteri berjalan normal karena mau mengikuti anjuran dan melakukan Langkah-langkah senam nifas dengan benar sesuai yang diajarkan. Pada penelitian ini terdapat ibu yang mengikuti senam nifas namun penurunan tinggi fundus uteri tidak sesuai sebabkan karena ibu postpartum tersebut terdapat jahitan di perineum sehingga ibu tersebut takut untuk bergerak.

Berdasarkan hasil penelitian dan teori di atas menurut peneliti terjadinya penurunan tinggi fundus uteri pada ibu postpartum hari keempat setelah dilakukan senam nifas di Klinik Nurida Husada Kota Bogor disebabkan karena melaksanakan senam nifas bisa merangsang otot berkontraksi. Keberhasilan dari senam nifas ini juga didukung oleh kondisi ibu yang baik, kesadaran dan dorongan yang tinggi dari pasien untuk melakukan latihan ini dan juga peran serta tenaga kesehatan dalam memberikan penyuluhan pendidikan kesehatan khususnya tentang senam nifas.

Berdasarkan dari hasil penelitian ini maka untuk lebih memperlancar proses involusi dianjurkan ibu postpartum untuk secepatnya melakukan senam nifas dengan terstruktur, sistematis dan berkesinambungan yaitu melakukan senam nifas secara teratur pada pagi dan sore hari sehari dilakukan dua kali, jumlah gerakan yang harus dilakukan serta gerakan senam yang benar sesuai dengan petunjuk dan gambar.

3. Tinggi Fundus Sebelum dan Setelah Melakukan Senam Nifas

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 3 responden yang melakukan senam nifas terdapat 2 orang mengalami penurunan tinggi fundus uteri yang sesuai dan 1 orang mengalami penurunan tinggi fundus uteri tidak sesuai pada hari keempat postpartum.

Hal ini sejalan dengan teori Ansriyani, Nurlaila, & Pranajayapa pada tahun 2013 yang menyatakan bahwa setelah proses persalinan berakhir terjadi proses involusi uterus yang dapat dilihat dari penurunan tinggi fundus uteri yang terjadi berangsur- angsur, uterus ibu yang baru melahirkan masih membesar, jika diraba diluar tinggi fundus uteri kira kira 1 jari dibawah pusat. Pada hari ketiga, kira- kira 3 jari dibawah pusat. Hari kelima, pada pertengahan antara simfisis dan pusat. Hari kesembilan, kira kira 1 jari diatas simpisis. Dan setelah hari kesepuluh, biasanya uterus tidak teraba dari luar.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Theresia Mindarsih dan Aning Pattypeilohy pada tahun 2020 didapatkan pada ibu postpartum yang melaksanakan senam nifas mengalami penurunan tinggi fundus uteri yang sesuai. Keadaan ini dapat digambarkan semakin dengan bertambah hari postpartum semakin turun TFU. Hal tersebut karena setelah melahirkan, rahim akan kembali ke keadaan sebelum hamil disebut dengan involusi. Proses involusi uterus dimulai sejak persenta lahir saat kontraksi otot polos pada rahim.

Berdasarkan teori dan hasil penelitian diatas, menurut peneliti penurunan tinggi fundus uteri pada ibu postpartum di Klinik Nurida Husada Kota Bogor cukup baik, karena pada umumnya penurunan tinggi fundus uteri pada hari ke-3 adalah ≥ 3 jari bawah pusat. Pada ibu yang penurunan tinggi fundus uteri setelah melakukan senam nifas tidak sesuai diakibatkan karena kurangnya motivasi ibu atau keluarga untuk melakukan senam nifas yang sudah diajarkan dirumah secara mandiri dan penurunan tinggi fundus uteri dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti paritas, usia dan senam nifas. Dengan melakukan senam nifas penurunan tinggi fundus uteri akan berjalan lebih cepat karena dapat merangsang otot-otot polos berkontraksi lebih baik.

E. Keterbatasan Penelitian

Pada penelitian ini terdapat banyak keterbatasan peneliti, karena secara teori involusi uteri tidak hanya dipengaruhi oleh senam nifas namun juga dapat dipengaruhi faktor lain seperti gizi, inisiasi menyusui dini, usia paritas dan mobilisasi dini, yang mana tidak diteliti maupun dianalisa.