



## Hubungan Status Gizi Dan Menyusui Dengan *Involusio Uteri* Pada Ibu Post Partum

Vinny Alvionita <sup>1</sup>, Tika Pasae <sup>2,1</sup>, Herawaty <sup>1</sup>, Sumarni Syam <sup>1</sup>, Ummul Khair <sup>1</sup>, Inez Vravty Lestari <sup>1</sup>

<sup>1</sup> Dosen Tetap Prodi D-III Kebidanan, Akademi Kebidanan Menara Primadani, Watansoppeng, Indonesia.

<sup>2</sup> UPTD Puskesmas Lamasi, Dinas Kesehatan Luwu, Palopo, Indonesia.

### INFORMASI

Korespondensi:  
[Vinnyalwi1992@gmail.com](mailto:Vinnyalwi1992@gmail.com)



**Keywords:**  
Uterine Involution in postpartum, Nutritional status, Breastfeeding

### ABSTRACT

**Objective:** To identify the correlation of Nutritional And Breastfeeding Status With Uteri Involution in Postpartum Women. **Methods:** This article This research employed analytical survey with cross sectional study design. The population was all normal postpartum women in Sawerigading General Hospital of Palopo City in 2017 numbering 50 people. Samples were taken using accidental sampling. Data consisted of primary data (collected through observation sheet) and secondary data (article search and data from Sawerigading General Hospital of Palopo City). The data were processed using Statistical Product And Service Solutions (SPSS) and analyzed using with chi-square test and presented in the frequency distribution table.

**Results:** There was a correlation between nutritional status and uterine involution in postpartum ( $p\text{-value} = ,001 < \alpha \text{ value} = ,05$ ) and there was a correlation between breastfeeding status and uterine involution in postpartum ( $p\text{-value} = ,001 < \alpha \text{ value} = ,05$ ).

**Conclusion:** There are correlations of Nutrition and Breastfeeding Status with uterine involution in postpartum women

## PENDAHULUAN

Masa nifas disebut juga masa post partum atau puerperium adalah masa atau waktu sejak bayi dilahirkan dan plasenta keluar waktu sejak bayi sampai enam minggu berikutnya, disertai dengan pulihnya kembali organ-organ yang berkaitan dengan kandungan, yang mengalami perubahan seperti perlakuan dan lain sebagainya berkaitan saat melahirkan (Widyasih, 2013). Masa nifas (puerperium) dimulai setelah plasenta lahir dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil (Ambarwati, 2010). Involusio uteri merupakan pengecilan yang normal dari suatu organ setelah organ tersebut memenuhi fungsinya, misalnya pengecilan uterus setelah melahirkan. Involusio uteri adalah mengecilnya kembali rahim setelah persalinan kembali ke bentuk asal. Proses involusio dapat terjadi secara cepat dan lambat, adapun faktor yang mempengaruhi involusio uterus antara lain mobilisasi dini, status gizi, menyusui, usia dan paritas.

Status gizi yang baik pada ibu post partum akan mampu menghindari serangan kuman sehingga tidak terjadi infeksi dalam masa nifas dan mempercepat proses involusio uterus. Menyusui juga berpengaruh terhadap proses involusio uteri karena pada proses menyusui ada reflex let down dari isapan bayi merangsang hipofise posterior mengeluarkan hormon oxytosin yang oleh darah hormon ini diangkat menuju uterus dan membantu uterus berkontraksi sehingga proses involusio uterus terjadi (Walyani, 2015). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sendra Eny dan Indriani Dewi di RSIA Aura Syifa Kabupaten Kediri dalam jurnalnya mengatakan bahwa ada hubungan antara menyusui dengan involusio uterus dengan  $p$  value = ,001 ( $\alpha < ,05$ ) (Indriani dan Eny, 2017)

Menurut Wulan dan Patonah di RSUD Dr. R. Sosodorojo Djatikoesoemo Bojenegoro mengatakan bahwa ada pengaruh menyusui terhadap penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum (Wulan dan Patonah, 2015)

Indarwati Tiyas dkk dalam jurnal yang berjudul hubungan antara menyusui sejak dini dengan penurunan tinggi fundus uteri pada ibu postpartum di RSUD. Tugurejo Semarang mengatakan bahwa ada hubungan antara menyusui dengan penurunan tinggi fundus uteri (proses involusio uteri) dengan  $p$  value = ,033 ( $\alpha < ,05$ ) (Indarwati, dkk., 2012).

Novita Mandagi dkk di Wilayah Puskesmas Tinoor

mengatakan bahwa ada hubungan signifikan antara menyusui dan proses involusio uteri dengan  $p$  value = ,001 ( $\alpha < ,05$ ). (Nurjannah dkk, 2017).

Tahun 2014 jumlah kematian ibu yang dilaporkan menurut profil kesehatan kabupaten/Kota sejumlah 138 orang per 100.000 kelahiran hidup, terdiri dari kematian ibu hamil 15 orang, kematian ibu bersalin 54 orang, kematian ibu nifas 69 orang (Dinkes Pemprov Sul Sel, 2015).

Menurut data jumlah ibu post partum pada tahun 2014 sebanyak 2.674 pada tahun 2015 sebanyak 2.764 dan pada tahun 2016 sebanyak 2.767 (Profil Dines Kesehatan Kota Palopo, 2016).

Berdasarkan data diperoleh jumlah ibu post partum pada tahun 2014 sebanyak 1.365 ibu dengan angka kematian karena perdarahan sebanyak 1 orang, pada tahun 2015 sebanyak 1.429 ibu postpartum dengan angka kematian ibu karena perdarahan sebanyak 3 orang, dan pada tahun 2016 sebanyak 1.657 ibu post partum dengan angka kematian ibu karena perdarahan sebanyak 2 orang (Profil Rumah Sakit Umum Sawerigading Kota Palopo, 2016).

Dari hasil wawancara dengan salah satu petugas kesehatan diperoleh informasi bahwa status gizi yang baik selama kehamilan akan berdampak pada masa nifas. Dimana status gizi yang baik pada masa nifas akan mempengaruhi proses involusio. Sebaliknya apabila status gizi kurang baik pada masa nifas akan berdampak buruk sehingga proses involusio tidak terjadi atau dikenal dengan istilah subinvolusio yaitu kegagalan uterus berkontraksi sebagai mana mestinya. Subinvolusio yang tidak teratasi dengan baik akan berdampak pada perdarahan yang dapat menyebabkan kematian pada ibu pasca persalinan.

Berdasarkan data tersebut diatas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul Hubungan Status gizi dan Menyusui Terhadap Involusio Uteri Pada Ibu Post Partum di Rumah Sakit Umum Daerah Sawerigading Kota Palopo Tahun 2017, agar dapat meningkatkan pelayanan kesehatan.

## METODE

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain *cross sectional*.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu post partum normal di Rumah Sakit Umum Daerah Sawerigading Kota Palopo pada periode April sampai

Juli tahun 2017.

Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian dari jumlah populasi, siapa saja yang ditemui yaitu ibu post partum normal di RSUD Sawerigading Kota Palopo pada bulan April sampai Juli tahun 2017 yaitu 50 responden dengan teknik *accidental sampling*.

Teknik pengumpulan data ada dua yaitu data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh melalui lembar observasi.

Metode analisis data dilakukan dengan analisis kuantitatif, yang terdiri dari analisis univariat dan analisis bivariat dengan menggunakan uji chisquare dengan bantuan SPSS.

**HASIL**

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 50 responden, terdapat 33 responden (66 %) yang memiliki status gizi normal dan 17 responden (34%) yang tidak memiliki status gizi normal.

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 50 responden, terdapat 38 responden (76%) yang menyusui dan 12 responden (24%) yang tidak menyusui.

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 50 responden, terdapat 36 responden (72%) yang mengalami proses involusio uteri secara normal dan 14 responden (28%) yang tidak mengalami proses involusio uteri secara normal.

Tabel 4 berdasarkan hasil analisis statistik dengan menggunakan uji *chi-square*, maka diperoleh *p Value* (,001) <  $\alpha$  (,05) yang berarti  $H_0$  ditolak.

Tabel 5 berdasarkan dari hasil analisis statistik dengan menggunakan uji *chi-square* diperoleh *p Value* (,001) <  $\alpha$  (,05) yang berarti  $H_0$  ditolak.

Tabel 1

*Distribusi Frekuensi Status Gizi Dengan Involusio Uteri*

Status Gizi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Normal	33	66
Tidak Normal	17	34
Total	50	100

Tabel 2

*Distribusi Frekuensi Menyusui dengan Involusio Uteri*

Menyusui	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Ya	38	76
Tidak	12	24
Total	50	100

Tabel 3.

*Distribusi Frekuensi Responden dengan Involusio Uteri*

Involusio Uteri	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Normal	36	72
Tidak Normal	14	28
Total	50	100

**PEMBAHASAN**

Hubungan status gizi dengan involusio uteri di dapatkan hasil uji statistic uji *chi-square* diperoleh *p value* (,001)< $\alpha$  (,05), yang berarti  $H_0$  ditolak sehingga ada hubungan status gizi dengan involusio uteri. Dari 50 responden diketahui bahwa jumlah ibu nifas yang memiliki status gizi normal dan mengalami proses involusio uteri secara normal sebanyak 32 ibu nifas (64%), hal ini dikarenakan pada saat peneliti melakukan observasi, responden menjelaskan bahwa dirinya rutin mengkonsumsi suplemen yang diberikan dari petugas kesehatan, minum susu ibu hamil, makan makanan yang bergizi selama hamil dan melakukan masase uterus seperti yang dianjurkan. Yang memiliki status gizi normal dan tidak mengalami proses involusio uteri secara normal sebanyak 1 ibu nifas (2%) ini disebabkan pada saat peneliti melakukan pemantauan terhadap tinggi fundus uteri dengan meraba bagian perut ibu, kondisi uterus teraba lembek (ibu tidak melakukan masase uterus sendiri).

Sedangkan ibu yang status gizinya tidak normal dan mengalami proses involusio uteri secara normal sebanyak 4 ibu nifas (8%) hal ini terjadi karena selama melakukan observasi pada responden, peneliti mengamati dan menerima penjelasan dari responden bahwa dirinya senantiasa mengikuti anjuran yang diberikan dari petugas kesehatan untuk melakukan masase uterus sendiri dan buang air kecil jika merasa kandung kemih penuh serta mengkonsumsi makanan yang bergizi dan suplemen yang diberikan Ibu yang status gizinya tidak normal dan tidak mengalami proses

involusio uteri secara normal sebanyak 13 ibu nifas (26%) karena selama melakukan penelitian, peneliti mendapat penjelasan dari beberapa responden yang mengatakan bahwa selama hamil ibu mengalami mual dan muntah yang hebat (hipermesis gravidarum), tidak rutin mengkonsumsi suplemen yang diberikan dari petugas kesehatan (takut anak besar), tidak menyukai susu ibu hamil dan kondisi ekonomi yang kurang serta dipicu oleh mitos yang diyakini ibu beserta keluarga (ibu dilarang minum susu dikhawatirkan bayi lahir besar, tidak diperbolehkan makan udang karena bayinya akan mengalami kebodohan, tidak boleh mengkonsumsi cumi dan lain sebagainya), dan pada saat peneliti menyentuh perut ibu, teraba uterus lembek.

Riwayat status gizi yang diteliti pada ibu nifas di RSUD Sawerigading Kota Palopo dengan cara melakukan pengukuran lila kepada responden. Ibu nifas dikatakan memiliki status gizi yang baik apabila hasil pengukuran lilanya diatas 23,5 cm.

Berdasarkan hasil penelitian tentang status gizi dengan menggunakan lembar observasi yang dilakukan kepada responden yaitu, dengan melakukan pengukuran lila. Dan dari hasil pengukuran lila diperoleh hasil secara umum yaitu lila > 23,5cm, dan ada juga yang mengalami pengukuran lila dengan hasil < 23,5.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Heryani yang mengatakan bahwa status gizi yang baik sangat berpengaruh terhadap proses involusio uteri selama masa nifas (Heryani, 2021). Ibu nifas membutuhkan nutrisi yang cukup, bergizi seimbang, terutama protein dan karbohidrat untuk membantu mempercepat proses penyembuhan pada masa nifas (Heryani, 2012).

Kebutuhan gizi berguna untuk kesembuhan karena sehabis melahirkan dan untuk memproduksi ASI yang cukup untuk menyehatkan bayi. Status gizi yang baik akan sangat mendukung bagi kesehatan ibu nifas maupun pertumbuhan dan perkembangan bayi baru lahir

Status gizi yang baik pada ibu post partum akan mampu menghindari serangan kuman sehingga tidak terjadi infeksi dalam masa nifas dan mempercepat proses involusio uterus.<sup>3</sup> Asih dan Risneni dalam teorinya mengatakan bahwa makanan yang dikonsumsi ibu nifas haruslah makanan yang sehat, makanan yang sehat adalah makanan dengan menu seimbang yaitu mengandung sumber tenaga, pembangun, pengatur dan pelindung (Asih dan Asih, 2016).

Dari hasil penelitian yang dilakukan, peneliti mengamati bahwa ibu nifas di RSUD Sawerigading Kota Palopo sebagian besar memiliki status gizi yang normal (Lila > 23,5cm), dikarenakan beberapa hal, seperti sela hamil ibu menghabiskan setiap suplemen Fe dan vitamin yang diberikan, rajin mengkonsumsi sayur-sayuran, buah-buahan, ikan, tempe dan sesekali daging, memenuhi kebutuhan kalsium harian dari susu ibu hamil, makan makanan yang sehat dan bernilai gizi tinggi serta mengikuti anjuran petugas kesehatan untuk melakukan masase fundus uteri pasca peralihan.

hubungan menyusui dengan involusio uteri di dapatkan hasil uji *Chi-Square* diperoleh  $p\text{ value} = ,001 < \text{nilai } \alpha = ,05$  hal tersebut yaitu  $H_0$  ditolak berarti ada hubungan menyusui dengan involusio uteri. Dari 50 responden diketahui bahwa jumlah ibu nifas yang menyusui dan mengalami proses involusio uteri secara normal sebanyak 35 ibu nifas (70%) selama melakukan observasi peneliti menyentuh perut ibu, uterus teraba bundar dan keras.

Penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sendra Eny dan Indriani Dewi di RSIA Aura Syifa Kabupaten Kediri dalam jurnalnya mengatakan bahwa ada hubungan antara menyusui dengan involusio uterus dengan  $p\text{ value} = ,001 (\alpha < ,05)$  (Indriani dan Eny, 2017).

Menurut Wulan dan Patonah di RSUD Dr. R. Sosodorojo Djatikoesoemo Bojenegoro mengatakan bahwa ada pengaruh menyusui terhadap penurunan tinggi fundus uteri pada ibu post partum (Wulan dan Patonah, 2015)

Indarwati Tiyas dkk dalam jurnal yang berjudul hubungan antara menyusui sejak dini dengan penurunan tinggi fundus uteri pada ibu postpartum di RSUD. Tugurejo Semarang mengatakan bahwa ada hubungan antara menyusui dengan penurunan tinggi fundus uterus (proses otot polos uterus) akan membantu proses menciutnya uterus ke ukuran normal dan proses pengeluaran (Manuaba, dkk., 2010)

Bobak, Lowdermilk, Jensen dalam teorinya menjelaskan bahwa proses menyusui harus diberikan segera setelah lahir pada 30 menit pertama, dimana hormon prolaktin yang mendasari dalam pembuatan ASI akan mengalami penurunan setelah satu jam persalinan yang dikarenakan pelepasan plasenta (Manuaba, dkk., 2010).

Apabila dalam 30 menit pertama bayi tidak mengisap puting susu ibu akan mengakibatkan hormon prolaktin



turun dan sulit merangsang produksi ASI. Selain itu dengan tidak adanya hisapan pada putting susu ibu juga akan mengakibatkan hormon involusio uteri) dengan  $p$  value = ,033 ( $\alpha < ,05$ ) (Indarwati, dkk., 2012)

Mandagi, N., dkk di Wilayah Puskesmas Tinoor mengatakan bahwa ada hubungan signifikan antara menyusui dan proses involusio uteri dengan  $p$  value = ,001 ( $\alpha < ,05$ ) (Mandagi dkk., 2015).

Penelitian ini juga sejalan dengan teori Sulistiawaty menjelaskan bahwa menyusui (pemberian ASI) membantu ibu untuk memulihkan diri dari proses persalinannya. Menyusui selama beberapa hari pertama membuat rahim berkontraksi dengan cepat dan memperlambat perdarahan (isapan pada putting susu merangsang dikeluarkannya hormone oksitosine alami yang akan membantu kontraksi rahim (Sulistyawati, 2009).

Proses menyusui sejak dini dapat merangsang pelepasan hormon yang diproduksi oleh kelenjar hipotalamos. Hormon oksitosin merupakan hormon yang bertanggung jawab untuk merangsang kontraksi uterus pada saat proses persalinan, terutama mempengaruhi kodrat dar seseorang perempuan sehingga meskipun ibu merasa lelah pasca persalinan ibu tetap menyusui bayinya sebagai bentuk tanggung jawab dari seorang ibu.

Tabel 4.

*Hubungan Status Gizi Dengan Involusio Uteri*

Status Gizi	Involusio Uteri				Total		p Value
	Normal		Tidak Normal		N	%	
	n	%	N	%			
Normal	32	64	1	2	33	66	,001
Tidak Normal	4	8	13	26	17	34	
Total	36	72	14	28	50	100	

Sumber : Uji Chi Square

Tabel 5

*Hubungan Menyusui Dengan Involusio Uteri*

Menyusui	Involusio Uteri				Total		p Value
	Normal		Tidak Normal		N	%	
	n	%	n	%			
Ya	35	70	3	6	38	76	,001
Tidak	1	2	11	22	12	24	
Total	36	72	14	28	50	100	

Sumber : Uji Chi Square

**KESIMPULAN**

Ada hubungan Status Gizi Dengan Involusio Uteri berdasarkan hasil uji *Chi-Square* di peroleh  $p$  value ,001 < nilai  $\alpha = ,05$  yang berarti  $H_0$  ditolak. Ada hubungan Menyusui dengan Involusi Uteri, berdasarkan uji *Chi-Square* diperoleh  $p$  value ,001 < nilai  $\alpha = ,05$  yang berarti  $H_0$  ditolak.

**SARAN**

Sejalan dengan hasil penelitian ini maka disarankan kepada petugas kesehatan untuk melakukan upaya sehingga proses involusio pada ibu nifas dapat berjalan dengan baik yaitu melalui upaya pelaksanaan dan peningkatan mobilisasi dini, pemantauan status gizi dan proses menyusui.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Ambarwati, E. R., & Wulandari, D. (2010). *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Asih, Y., & Risneni. (2016). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui: Dilengkapi dengan evidence based practice dan daftar tilik asuhan nifas*. Jakarta: TIM.
- Bobak., Lowdermilk., & Jensen., (2005) *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta: EGC.
- Dinkes. (2015). Provil Kesehatan Sulawesi Selatan 2014. Dikutip dari <http://www.datinkessulsel@gmail.com>.
- Heryani, R., (2012). *Asuhan Kebidanan Ibu Nifas dan Menyusui*. Jakarta: TIM.
- Indarwati, T., Macmudah., Sarwoyo. (2012) *Hubungan Antara Menyusui Sejak Dini Dengan Penurunan Tinggi Fundus Uteri Pada Ibu Post Partum Di RSUD Tugurejo Semarang*.
- Indriani, D., & Sendra Eny (2017) *Hubungan Antara Menyusui Dengan Involusio Uterus Pada Nifas Fisiologi Di RSIA Aura Syifa Kabupaten Kediri. Vol. 5 No.2 Mei 2017*.
- Mandagi, N., Tandipayung, T., Rumende, R. (2015) *Pengaruh Inisiasi Menyusui Dini Terhadap Involusio Uterus Dan Produksi ASI Ibu Post Partum Di Wilayah Puskesmas Tinoor. Vol. 2 No. 3 Oktober 2015*.
- Manuaba, C. I. A., dkk (2010) *Ilmu Penyakit Kandungan, dan KB*. Jakarta: EGC.
- Nurjannah, N. S., & dkk. (2013). *Asuhan Kebidanan Postpartum*. Bandung: ADITAMA.
- Profil Dines Kesehatan Kota Palopo Tahun 2016.
- Profil Rumah Sakit Umum Sawerigading Kota Palopo Tahun 2016.
- Sulistyawati, A. (2009). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Yogyakarta: Penerbit ANDI.
- Walyani, E. S., dkk. (2015). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas & Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Widyasih, H., dkk. (2013). *Perawatan Masa Nifas*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Wulan, F., & Patonah, S. (2010). *Pengaruh Menyusui Terhadap Penurunan Tinggi Fundus Uteri Pada Ibu Postpartum Primigravida di RSUD Dr. R. Sosodorojo Djatikoesoemo Bojonegoro*. Asuhan Kesehatan. Vol.1, Desember 2010: 27-32.