

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini akan di bahas tentang hasil penelitian dan pembahasan dengan judul “Hubungan antara senam nifas dengan involusi uteri pada ibu nifas hari ke 14 di BPS Mu’arofah Surabaya”, yang dilaksanakan pada tanggal 26 juli sampai dengan 31 juli 2011. Dengan jumlah responden 29 ibu nifas di BPS Mu’arofah Surabaya yang diambil sebagai sampel.

4.1 Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini akan disajikan dalam 2 bagian yaitu data umum dan data khusus. Data umum menyajikan karakteristik responden yang meliputi: usia, pendidikan, pekerjaan dan jumlah anak. Data khusus menyajikan tentang kriteria senam nifas dan hasil observasi uteri, yang disajikan dalam bentuk tabel.

Penelitian ini dilakukan di BPS Mu’arofah yang bertempat di jalan asem 3 no. 8 kecamatan Asemrowo Surabaya, dengan jumlah 1 orang bidan dan 2 orang asisten bidan. Ruangannya terdiri dari 1 kamar periksa terdapat 1 tempat tidur, 2 kamar bersalin, masing-masing terdiri dari 1 tempat tidur, 1 kamar nifas terdiri dari 4 tempat tidur. Jumlah pasien tiap harinya rata-rata 20 sampai 25 orang, baik pasien periksa umum, pasien KB, pasien ANC, pasien persalinan, kontrol nifas maupun imunisasi.

4.1.1 Data Umum

1) Usia Ibu Nifas

Tabel 4.1 Karakteristik ibu nifas berdasarkan Usia di BPS Mu'arofah Surabaya pada tahun 2011

No	Usia (tahun)	n	Prosentase
1	16 – 20	0	0%
2	21 – 25	11	37,9%
3	26 – 30	12	41,4%
4	31 - 35	6	20,7%
Jumlah		29	100 %

Sumber : Data primer, Juli

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa dari 29 responden, sebagian besar ibu yang berusia 21 – 25 tahun sebanyak 11 orang dengan prosentase (37,9%), usia 26 – 30 tahun sebanyak 12 orang dengan prosentase (41,4%), sedangkan ibu yang berusia 31 – 35 tahun sebanyak 6 orang dengan prosentase (20,7%).

2) Pendidikan ibu

Tabel 4.2 Karakteristik ibu nifas berdasarkan pendidikan di BPS Mu'arofah, surabaya pada tahun 2011

No	Pendidikan	n	Prosentase
1	SD	3	10,3%
2	SLTP	11	37,9%
3	SLTA	15	51,7%
4	Perguruan Tinggi	0	0%
5	Tidak Sekolah	0	0%
Jumlah		29	100 %

Sumber : Data primer, Juli

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa dari 29 responden sebagian besar berpendidikan SLTA sebanyak 15 orang dengan prosentase (51,7%), sebanyak 11 orang dengan prosentase (37,9%) berpendidikan SLTP, sedangkan yang pendidikan SD sebanyak 3 orang dengan prosentase (10,3%).

3) Pekerjaan ibu

Tabel 4.3 Karakteristik ibu nifas berdasarkan pekerjaan di BPS Mu'arofah, Surabaya pada tahun 2011

No	Pekerjaan	n	Prosentase
1	IRT	18	62,1%
2	Swasta	11	37,9%
3	Pegawai Negeri	0	0%
Jumlah		29	100 %

Sumber : Data primer, Juli

Berdasarkan tabel 4.3 Menunjukkan bahwa dari 29 responden sebagian besar sebagai IRT sebanyak 18 orang dengan prosentase (62,1%) dan Swasta sebanyak 11 orang dengan prosentase (37,9%).

4) Jumlah Anak

Tabel 4.4 Karakteristik ibu nifas berdasarkan paritas / jumlah anak pada ibu nifas di BPS Mu'arofah Surabaya, pada tahun 2011

No	Jumlah anak	n	Prosentase
1	1 orang	12	41,4%
2	2 – 4 orang	17	58,6%
3	> 5 orang	0	0%
Jumlah		29	100%

Sumber : Data primer, Juli

Berdasarkan tabel 4.4 Menunjukkan bahwa dari 29 responden sebanyak 17 orang dengan prosentase (58,6%) mempunyai 2 - 4 orang anak dan sisanya sebanyak 12 orang (41,4%) mempunyai 1 orang anak.

4.1.2 Data Khusus

1) Identifikasi Senam nifas

Tabel 4.5 Karakteristik ibu nifas berdasarkan senam nifas di BPS Mu'arofah, Surabaya, pada tahun 2011

No	Kriteria	n	Prosentase
1	Kurang	8	27,6%
2	Cukup	11	37,9%
3	Baik	10	34,5%
Jumlah		29	100%

Sumber : Data primer, Juli

Berdasarkan tabel 4.5 Menunjukkan bahwa dari 29 responden ibu nifas, tentang kriteria senam nifas kurang sebanyak 8 orang dengan prosentase (27,6%), ibu nifas yang kriteria senam nifas cukup sebanyak 11 orang dengan prosentase (37,9%), sedangkan ibu nifas yang kriteria senam nifas baik sebanyak 10 orang dengan prosentase (34,5%).

2) Identifikasi Involusi uteri

Tabel 4.6 Karakteristik ibu nifas berdasarkan involusi uteri pada ibu nifas di BPS Mu'arofah, Surabaya pada tahun 2011

No	Observasi	n	Prosentase
1	Tidak baik	12	41,4%
2	Baik	17	58,6%
Jumlah		29	100%

Sumber : Data primer, Juli

Berdasarkan tabel 4.6 Menunjukkan bahwa dari 29 responden ibu nifas yang involusi uterinya jelek sebanyak 12 orang dengan prosentase (41,4%), dan sebanyak 17 orang dengan prosentase (58,6%) mengalami involusi baik.

3) Hubungan antara senam nifas dengan involusi uteri pada ibu nifas hari ke 14

Tabel 4.7 Hubungan antara senam nifas dengan involusi uteri pada ibu nifas hari ke 14 di BPS Mu'arofah surabaya pada tahun 2011

Senam nifas	Observasi involusi uteri				Jumlah	
	Tidak baik		Baik			
	N	%	N	%	N	%
Kurang	5	17,2%	3	10,3%	8	27,6%
Cukup	6	20,7%	5	17,2%	11	37,9%
Baik	1	3,4%	9	31%	10	34,5%
Total	12	41,4%	17	58,6%	29	100%
Uji chi square $p = 0,042 < \alpha = 0,05$ (signifikan)						

Sumber Data Primer, Juli

Berdasarkan tabel 4.7 menunjukkan bahwa ibu nifas yang senam nifasnya kurang dan involusi uterinya jelek sebanyak 5 responden (17,2%), sedangkan yang senam nifasnya cukup yang juga jelek involusi uterinya sebanyak 6 responden (20,7%) dan yang senam nifasnya baik tapi jelek dalam involusi uterinya sebanyak 1 responden (3,4%).

Selanjutnya yang menunjukkan bahwa ibu nifas yang involusi uterinya baik yang senam nifasnya kurang sebanyak 3 responden (10,3%), sedangkan ibu yang senam nifasnya cukup yang juga baik involusi uterinya sebanyak 5 responden (17,2%) dan yang senam nifasnya baik juga baik involusi uterinya sebanyak 9 responden (31%).

Berdasarkan hasil perhitungan SPSS seperti pada tabel di atas, terlihat $p = 0,042 < \alpha = 0,05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang berarti bahwa ada hubungan antara senam nifas dengan involusi uteri pada ibu nifas hari ke 14 di BPS Mu'arofah surabaya.

4.2 Pembahasan

4.2.1 Senam Nifas

Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan bahwa ibu nifas di BPS Mu'arofah surabaya periode 26 juli sampai 31 juli 2011, bahwa dari 29 orang ibu nifas yang masuk dalam kategori senam nifasnya baik sebanyak 10 responden (34%) dan yang senam nifasnya cukup yaitu sebanyak 11 responden (37,9%).

Hal ini didukung oleh beberapa faktor yaitu usia, pendidikan dan pekerjaan. Ibu nifas yang senam nifasnya cukup yaitu usia 21-25 tahun sebanyak 7 orang (24,1%) (hasil crosstabs antara senam nifas dengan usia, crosstabs terlampir). Usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat motivasi seseorang karena usia dapat menjadi tolak ukur kesiapan fisik dan mental seseorang dalam menghadapi sesuatu. Semakin cukup umur tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berpikir. Semakin tua umur seseorang semakin konstruktif dalam menggunakan koping terhadap masalah yang dihadapi (Papua Johanes, 2006). Ibu nifas yang senam nifasnya baik pada tingkat pendidikan SLTA sebanyak 8 orang (27,6%) dan yang senam nifasnya cukup pada tingkat pendidikan SD sebanyak 1 orang (3,4%) (hasil crosstabs antara senam nifas dengan pendidikan, crosstabs terlampir). Sedangkan yang bekerja sebagai ibu rumah tangga yang senam nifasnya cukup sebanyak 9 orang (31%) dan ibu nifas yang pekerjaannya swasta yang senam nifasnya cukup dan baik masing-masing 2 orang (6,7%) (hasil crosstabs antara senam nifas dengan pekerjaan, crosstabs terlampir). Menurut teori Koentjoroningrat (1997) yang dikutip oleh Nursalam (2001) mengatakan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin mudah menerima informasi sehingga

semakin banyak pengetahuan yang dimiliki, begitu pula sebaliknya semakin rendah pendidikan seseorang maka semakin sulit menerima informasi, sehingga tingkat pengetahuannya kurang.

Dari hasil penelitian dan fakta yang ada dilapangan disimpulkan bahwa usia, pendidikan, dan pekerjaan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi ibu dalam melakukan senam nifas. Dari ketiga faktor itu usia 21-30 tahun merupakan usia yang paling banyak dalam melakukan senam nifas, dari faktor pendidikan yang paling banyak tingkat pendidikan SLTA, sedangkan dari faktor pekerjaan yang paling banyak yaitu ibu rumah tangga. Hal ini menyebabkan tidak semua ibu postpartum yang diberikan informasi tentang senam nifas melakukan senam nifas secara benar. Padahal banyak sekali manfaat yang bisa didapat apabila melakukan senam nifas secara rutin dan benar, salah satunya dapat membantu memulihkan keadaan otot-otot dasar panggul dan otot-otot perut seperti keadaan sebelum hamil agar fungsinya tidak terganggu, memperlancar proses pengeluaran lochea serta mempercepat proses involusi uteri.

4.2.2 Involusi Uteri

Berdasarkan dari tabel 4.6 menunjukkan bahwa ibu nifas di BPS Mu'arofah surabaya periode 26 juli sampai 31 juli 2011, bahwa dari 29 orang ibu nifas yang involusi uterinya baik yaitu sebanyak 17 responden (58,6%).

Banyaknya ibu nifas yang mengalami involusi uteri sesuai dengan keadaan normal disebabkan oleh berbagai faktor, yaitu usia dan jumlah anak. Usia ibu nifas yang involusi uterinya baik yaitu usia 26-30 tahun sebanyak 8 orang (27,6%) (hasil crosstabs antara involusi uteri dengan usia, crosstabs terlampir). Usia ibu yang tidak terlalu tua sehingga tidak terjadi penurunan regangan otot dan

peningkatan jumlah lemak yang nantinya akan mengakibatkan proses involusi melambat (Winkjosastro, 2006). Sedangkan ibu nifas yang involusi uterusnya baik berdasarkan jumlah anak yaitu ibu nifas yang jumlah anaknya 2-4 orang yaitu 11 orang (37,9%) (hasil crosstabs antara involusi uteri dengan paritas, crosstabs terlampir). Ibu yang mempunyai banyak anak maka otot-ototnya menjadi sering teregang sehingga elastisitasnya akan berkurang dan menyebabkan involusi uteri lambat (Denis Tiran, 2003).

Banyaknya ibu nifas yang mengalami involusi uteri sesuai dengan keadaan normal disebabkan karena berbagai faktor, misalnya: jumlah anak atau paritas, bagi ibu yang mempunyai banyak anak maka otot-ototnya menjadi sering teregang sehingga elastisitasnya akan berkurang dan menyebabkan involusi uteri lambat (Denis Tiran, 2003). Usia ibu yang tidak terlalu tua sehingga tidak terjadi penurunan regangan otot dan peningkatan jumlah lemak yang nantinya akan mengakibatkan proses involusi melambat (Winkjosastro, 2006).

Dari hasil penelitian dan fakta yang ada di lapangan dapat disimpulkan bahwa sebagian besar ibu nifas mengalami proses involusi uteri baik. Hal ini bisa dilihat dari berbagai macam faktor, misalnya faktor usia (disini banyak dijumpai ibu-ibu yang involusi uterusnya baik pada usia 21-30 tahun), status gizi ibu baik (ibu yang tidak melakukan pantangan makan), ibu mau melakukan mobilisasi dini setelah persalinan, ibu yang mempunyai anak dengan jumlah tidak terlalu banyak, ibu menyusui (ASI Eksklusif) dan ibu-ibu yang melakukan senam nifas secara teratur. Sedangkan ibu yang mengalami involusi lambat disebabkan karena ibu yang masih melakukan pantangan makan, ibu yang tidak memberikan ASI Eksklusif dengan alasan takut payudaranya akan kendor, ibu yang mempunyai

jumlah anak yang terlalu banyak, ibu-ibu yang tidak mau melakukan mobilisasi dini karena alasan masih terasa nyeri pada perineum, dan ibu-ibu yang malas dalam melakukan senam nifas.

4.2.3 Hubungan antara senam nifas dengan involusi uteri pada ibu nifas hari ke 14.

Berdasarkan tabel 4.7 menunjukkan bahwa ibu nifas yang senam nifasnya kurang dan involusi uterusnya jelek sebanyak 5 responden (17,2%), sedangkan ibu nifas yang senam nifasnya baik dan involusi uterusnya juga baik sebanyak 9 responden (31%).

Dari hasil perhitungan SPSS seperti pada tabel 4.7 di atas, terlihat $p = 0,042 < \alpha = 0,05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima, kesimpulannya yaitu bahwa ada hubungan antara senam nifas dengan involusi uteri pada ibu nifas hari ke 14 di BPS Mu'arofah Surabaya periode 26 Juli sampai 31 Juli 2011.

Jika senam nifas dilakukan secara teratur dan sesuai dengan petunjuk, maka hal tersebut akan sangat bermanfaat bagi ibu nifas antara lain: dapat memperbaiki peredaran darah untuk mencegah sirkulasi statis, trombosis dan emboli, mengencangkan otot-otot dinding perut dan perineum, mengurangi rasa nyeri dan sakit pada otot, melancarkan pengeluaran lochea, mempercepat involusi uterus, memulihkan kembali otot dasar panggul, membentuk sikap dan bentuk tubuh yang baik serta memulihkan bentuk normal abdomen dan kapasitas paru terutama dinding dada yang dapat mendukung jaringan mammae dan isinya (Syarifuddin, 2001).

Dari hasil penelitian dan fakta yang ada di lapangan, maka dapat disimpulkan bahwa dalam pelaksanaan senam nifas yang rutin dan sesuai dengan

petunjuk yang diberikan oleh petugas kesehatan dapat mempengaruhi involusi uterus karena senam nifas dapat membantu memulihkan kembali kekuatan otot dasar panggul, mengencangkan otot dinding perut dan perineum serta mempercepat proses involusi uterus. Sehingga bagi ibu nifas yang melakukan senam nifas secara teratur diharapkan involusi uterus akan cepat menjadi normal. Sebaliknya bagi ibu nifas yang tidak melakukan senam nifas, maka akan mengakibatkan proses pengeluaran lochea kurang lancar, otot-otot yang meregang selama kehamilan menjadi kendur setelah persalinan, bertambahnya rasa nyeri dan sakit setelah pasca salin, proses penyembuhan luka menjadi lama serta melemahnya otot dinding perut dan otot dasar panggul.