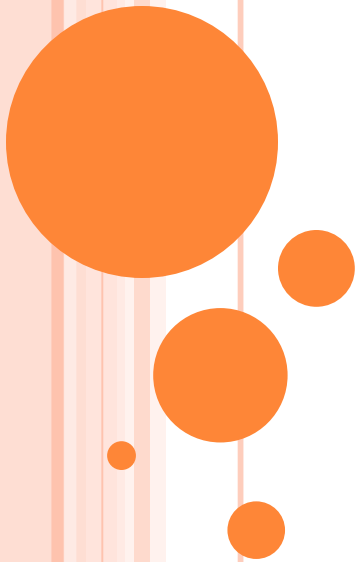


KIE INVOLUSI UTERI

Kelompok 1 :

Anisya Tri Agustin (1910106046)

Suciyanti Bihalia (1910106047)



Selama masa nifas, organ reproduksi secara perlahan akan mengalami perubahan seperti keadaan sebelum hamil. Perubahan organ reproduksi ini disebut **involusi**.

Masa nifas merupakan masa yang perlu perhatian khusus karena proses involusi uterus sangat penting dan harus berjalan dengan baik. Pada masa nifas terjadi proses involusi uterus yaitu kembalinya uterus ke dalam keadaan sebelum hamil dan terjadi kontraksi pada uterus. Apabila proses involusi uterus tidak berjalan dengan baik maka akan menimbulkan suatu keadaan yang disebut **subinvolusi**, di mana uterus gagal untuk mengikuti pola normal involusi atau proses involusi uterus tidak berjalan dengan baik sehingga proses kontraksi uterus terhambat.



PENYEBAB SUBINVOLUSI

- Ada beberapa hal yang menyebabkan terjadinya subinvolusi uterus salah satunya adalah sisa uri (plasenta), mioma uteri, ibu tidak menyusui bayinya, kurang mobilisasi, terdapat bekuan darah yang tidak keluar, terdapat sisa plasenta dan selaput plasenta dalam uterus, tidak ada kontraksi infeksi tonus otot perineum sudah lemah dan lain sebagainya.



Proses involusi ditandai dengan penurunan tinggi fundus uteri (TFU) yang berlangsung selama 6 minggu. Pada hari pertama TFU berada di atas symphysis pubis atau sekitar 12 cm. Proses ini terus berlangsung dengan penurunan TFU 1 cm setiap harinya.

Untuk mengembalikan organ reproduksi kembali seperti keadaan sebelum hamil, terutama penurunan TFU memerlukan perawatan nifas yang efektif dan optimal salah satunya dengan melakukan mobilisasi dini.



Mobilisasi dini merupakan aktivitas yang dilakukan segera setelah beristirahat berapa jam dengan beranjak dari tempat tidur ibu. Waktu pelaksanaan mobilisasi dini tergantung pada keadaan normal, setelah beberapa jam istirahat boleh melaksanakan mobilisasi dini dengan gerakan ringan. Mobilisasi yang dilakukan diantaranya miring ke kiri atau ke kanan kemudian duduk dan berdiri. Mobilisasi dini dapat mengurangi bendungan lochea dalam rahim, meningkatkan peredaran darah sekitar alat kelamin, mempercepat pengembalian alat reproduksi ke keadaan semula.



Keuntungan dengan dilakukannya mobilisasi dini dapat mencegah terjadinya sumbatan pada aliran darah, melancarkan pengeluaran lochea sehingga dapat mempercepat involusi uteri. Namun, mobilisasi yang terlambat dilakukan akan berpengaruh terhadap proses involusi, sehingga proses involusi tidak berjalan dengan baik, maka akan menimbulkan suatu keadaan yang disebut subinvolusi yang akan menyebabkan perdarahan.



Senam nifas juga salah satu solusi yang mempengaruhi proses involusi uteri dan sangat penting karena pengaruh gerakan otot – otot pada ibu nifas dapat membantu penyembuhan rahim, perut, dan otot pinggul yang mengalami trauma serta mempercepat kembalinya bagian – bagian tersebut ke bentuk normal terutama kembalinya uterus ke bentuk semula.

Inisiasi menyusui dini merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi involusi uterus karena saat menyusui terjadi rangsangan dan dikeluarkannya hormon antara lain oksitosin yang berfungsi selain merangsang kontraksi otot-otot polos payudara, juga menyebabkan terjadinya kontraksi dan retraksi otot uterus. Hal ini akan menekan pembuluh darah yang mengakibatkan berkurangnya suplai darah ke uterus. Proses ini membantu untuk mengurangi perdarahan.



SUMBER

- <http://jurnal.stikeskendedes.ac.id/index.php/KMJ/article/view/32/24>
- <https://journal.stikespemkabjombang.ac.id/index.php/jikeb/article/download/63/62/186>



TANYA JAWAB

Fakhrunisa safira izin bertanya pada kelompok 1
Berapa lama proses involusio uteri?

Jawab :

Proses Involusi Uterus dimulai setelah proses persalinan yaitu setelah plasenta dilahirkan.

Proses involusi berlangsung kira – kira selama 6 minggu.



THANK YOU

