**Inisiasi Menyusui Dini (Imd) Memperlancar Pengeluaran Lokhea Pada Ibu**

**Postpartum Fisiologis**

**(Studi Literature)**

**Putri Ridzky Ananda**

putriridzkyananda@gmail.com

**D-IV Kebidanan Poltekkes Medan**

**Abstrak**

Inisiasi menyusui dini dapat merangsang pengeluaran hormon oksitosin dan prolaktin. Hormon oksitosin inilah yang membanbantu uterus untuk berkontraksi. Saat uterus berkontraksi akan mengeluarkan eksresi cairan rahim selama masa nifas yaitu Lochea. Ada beberapa hal yang dapat mempengaruhi proses involusi uteri yaitu mobilisasi dini, status gizi, usia, paritas dan menyusui dini. Penelitian ini adalah *Studi literature* dengan metode mengumpulkan data dari studi pencarian sistematis database terkomputerisasi (Mendeley, PubMed, Science Direct dan google scholar) dari artikel riset original yang di publish dalam 5 tahun terakhir (2016-2020), dengan kata kunci *Early Initiation Of Breastfeeding*, *Lochea*, *Involution Uteri Or Effect Early Breastfeeding Initiation*, *Amount of hemorrhage Postpartum*, dan *Breastfeeding or Lochea*. Berdasarkan 13 artikel yang dianalisa diketahui bahwa IMD dapat mempercepat pengeluaran lochea, dan jumlah perdarahan postpartum lebih sedikit dari pada yang tidak. Fasilitas layanan kesehatan diharapkan menerapkan IMD pada setiap ibu bersalin. Memberikan konseling atau pendidikan kesehatan tentang IMD pada ibu hami Trimester 3 dan sosialisasi atau penyuluhan dilakukan oleh tenaga kesehatan/kader di masyarakat khususnya pos yandu

**Kata kunci :** Inisiasi Menyusui Dini, Lochea

# Pendahuluan

Masa nifas merupakan masa dua jam setelah melahirkan tepatnya 2 jam setelah lahirnya bayi dan plasenta. Selama masa nifas terjadi proses penyembuhan dan pemulihan alat-alat kandungan kembali kekeadaan sebelum hamil serta pengeluaran darah secara normal dari uterus, masa nifas berlangsung selama kurang lebih 6 minggu atau 40 hari. Diperkiran bahwa 60 % kematian ibu akibat kehamilan terjadi setelah kelahiran, 50% kematian masa nifas terjadi dalam 24 jam pertama yang sebagian besar disebaabkan karena perdarahan (Jannah, 2017).

Selama masa nifas, Proses pemulihan pada ibu merupakan hal yang sangat penting untuk diperhatikan. Lamanya masa nifas dapat diamati dari pengeluaran lochia sebagai secret vagina atau samadengan hasil involusio uterus. Lochea adalah secret atau cairan yang berasal dari dalam rahim selama masa nifas. Hari pertama sampai hari ketiga itu lochea rubra,berisi (merah kehitaman berisi darah segar, jaringan sisa plasenta, lanugo, dan mecomnium), hari ke 4-7 mengeluarkan lochea sanguental (merah kecoklatan dan berlendi mengeluarakan sisa darah bercampur lendir), hari ke tujuh sampai ke 14 lochea serosa (kuning kecoklatan, mengeluarkan serum leukosit dan robekan plasenta) lebih dari 14 hari lochea alba (berwarna putih mengandung leokosit,desidua,lendir serviks,dan jaringan mati). Lochea pada umumnya berbau amis, jika berbau busuk dan bernanah berarti terdapat infeksi yang disebut dengan lochea purulenta (Qiftiyah and Ulya, 2018).

Kontraksi uterus menyebabkan masa nifas menjadi singkat, sehingga resiko yang mungkin terjadi seperti perdarahan dapat dihindari. Alat genetalial internal pada masa nifas akan berangsur pulih seperti keadaan sebelum hamil, disebut involusio. Kontraksi uterus merupakan salah satu proses bentuk involusio uteri pada penurunan fundus uteri, kontraksi sangat diperlukan karena jika kontraksi gagal maka akan terjadi perlambatan dan penurunan TFU yanq,dghfg nantinya berakibat pada perdarahan (Qiftiyah and Ulya, 2018).

Proses involusio dapat dipengaruhi oleh senam nifas, mobilisasi dini, status gizi, usia, dan inisiasi menyusui dini (IMD). Inisiasi menyusui dini dapat me rangsang pengeluaran hormon oksitosin dan prolaktin. hormon oksitosin inilah yang membambantu uterus untuk berkontraksi. Saat uterus berkontraksi (involusio uteri) akan mengeluarkan eksresi cairan Rahim selama masanifas yaitu Lochea. Lochea dapat berubah- ubah sesuai tahapannya.Pengeluaran lochea yang lancar menandakan bahwa kontraksi uterus juga baik.(Wulandari and handayani, 2011)

# Metode

Penelitian Studi Literature yaitu serangkaian penelitian yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, atau penelitian yang obyek penelitiannya digali melalui beragam informasi kepustakaan (Mendelay, PubMed, scienceDirect dan google scholar) dan membaca artikel berasal dari Original Research, yang dipublishkan kurun waktu tahun 2016 sampai tahun 2020 dan merupakan Original Research. Dalam pengumpulan ini penulis mendapatkan 13 jurnal yang akan dianalisis terdiri dari 11 jurnal nasiomal dan 2 internasional.

# Pembahasan

Setelah mengelompokkan dan mengidentifikasi hasil penelitian ini maka selanjutnya akan dibahas sesuai dengan tujuan penelitian yang telah diuraikan sebelumnya.

**B.1 Fisiologi lochea pada Ibu Postpartum yang melakukan IMD**

Berdasarkan artikel yang telah dianalisa, ditemukan beberapa hasil penelitian yang menyatakan bahwa IMD berperan penting dalam proses pengeluaran lochea (Palupi, 2016; Hadi, 2014; Rafhani, 2017; Dawiyah, 2019; Sriwulandari, 2017). Akan tetapi ada penelitian menemukan bahwa tidak ada hubungan antara IMD dengan kecepatan pengeluaran lochea (Tosun Güleroğlu, 2020)

Masa nifas merupakan masa sesudah persalinan, kelahiran bayi, plasenta, dan selaput yang diperlukan untuk memulihkan kembali organ kandungan seperti sebelum hamil dengan waktu enam minggu. Proses kembalinya uterus ke dalam keadaan sebelum hamil setelah melahirkan disebut proses involusio.

Involusi uteri merupakan proses yang paling penting dalam masa post partum. Ada beberapa hal yang dapat mempengaruhi proses involusi uteri yaitu mobilisasi dini, status gizi, usia, parietas dan inisiasi menyusui dini. Pada saat menyusui maka akan merangsang pengeluaran hormon oksitosin dan prolaktin. Hormon ini dapat meningkat produksinya apabila ada kontak antara ibu dengan bayi. Pada saat melakukan Inisiasi Menyusui Dini terjadi rangsangan pengeluaran hormon oksitosin, dimana dalam proses menyusui terjadi kontak kulit dan mulut bayi dengan putting susu serta terjadi proses penghisapan maka inilah yang merangsang hipofisis untuk memproduksi hormon oksitosin.

Menurut (Wulandari and handayani, 2011) Saat uterus berkontraksi akan mengeluarkan ekskresi cairan rahim selama masa nifas berupa lochea. Pengeluaran lochea dapat berlangsung lama dan cepat hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu adanya sisa plasenta dalam rahim, endometriosis, infeksi, dan kontraksi uterus. Lochea dapat berubah-ubah sesuai tahapan, yaitu Lokia rubra (cruenta) berwarna merah karena berisi darah segar dan sisa-sisa selaput ketuban, set-set desidua, verniks caseosa, lanugo dan kemokeum selama 2 hari pascapersalinan. Lokia sanguilenta berwarna merah kuning berisi darah dan lendir yan g keluar pada hari ke 3-7 pasca perslinan. Lokia serosa berbentuk serum dan berwarna merah jambu kemudian menjadi kuning. Cairan tidak berdarah lagi pada hari ke 7-14 pascapersalinan. Lokia serosa mengandung terutama cairan serum,jaringan desidua, leukosit, dan eritrosit. Dan lokia alba dimulai dari hari ke 14 kemudian makin lama makin sedikit hingga sama sekali berhenti sampai satu atau dua minggu berikutnya. Bentuknya seperti cairan putih berbentuk krim serta terdiri atas leukosit dan sel-sel desidua.

 Pengeluaran lochea yang lancar menandakan bahwa kontraksi uterus juga baik. Dengan demikian IMD sangat dianjurkan pada setiap ibu bersalin karena dapat merangsang kontraksiuterus sehingga dapat memperlancar pengeluaran lochea.

**B.2 Fisiologi Jumlah perdarahan pada Ibu Postpartum yang melakukan IMD**

Berdasarkan artikel yang telah dianalisa ditemukan beberapa hasil penelitian yang menyatakan bahwa IMD berperan penting dalam proses perdarahan, dimana ibu postpartum yang melakukannya jumlah perdarahan lebih sedikit dari pada yang tidak. (Prawestri, 2017; Asmarani, 2020; Nurianti *et al.*, 2020; Lestari, 2016; Sumarah, 2016; Setyatama, 2019; Al Sabati 2019).

Inisiasi Menyusui Dini (IMD) adalah suatu proses membiarkan bayi dengan nalurinya sendiri untuk menyusu sesegera dalam satu jam pertama setelah lahir, bersamaan dengan kontak antara kulit bayi dengan kulit ibu. Inisiasi Menyusu Dini merupakan kegiatan yang sangat penting untuk di lakukan karena memberikan banyak manfaat bagi ibu dan bayi. Manfaat bagi bayi adalah mempertahankan suhu badan bayi tetap hangat, memperoleh kolostrum yang sangat bermanfaat bagi sistem kekebalan bayi, melatih reflek menghisap bayi. Sedangakan manfaat bagi ibu adalah meningkatkan hubungan khusus antara ibu dan bayi, mengurangi stress ibu setelah melahirkan, memperlancar produksi ASI dan merangsang kontraksi otot rahim sehingga mengurangi resiko perdarahan.. Oksitosin akan menyebabkan uterus berkontraksi sehingga membantu pengeluaran plasenta dan mengurangi terjadinya perdarahan post partum. Selain itu gerakan kaki bayi pada saat merangkak di perut ibu akan membantu massage uterus untuk merangsang kontraksi uterus, karena itu Inisiasi Menyusu Dini dianjurkan di lakukan oleh semua ibu bersalin, apabila tidak di lakukan bayi dapat mengalami kedinginan, ikatan batin ibu dan bayi tidak terbentuk dan perdarahan kala IV tidak dapat dicegah.

# Kesimpulan dan Daftar Pustaka

## Kesimpulan

Hasil studi literature dapat disimpulkan sebagai berikut :

* + - 1. Inisiasi menyusui dini dapat mempercepat pengeluaran lochea, pada ibu yang melakukannya
			2. Jumlah perdarahan postpartum lebih sedikit pada ibu yang melakukan IMD

## Daftar Pustaka

Ambarwati, eny retna and Wulandari, D. (2010) *Asuhan Kebidanan Nifas*. Jogjakarta: Mitra Cendikia Press.

Angraeni (2010) *asuhan masa nifas*.

Asmarani, A. (2020) ‘Pengaruh Inisiasi Menyusui Dini (Imd) Terhadap Jumlah Darah Pada Ibu 2 Jam Post Partum Di Bpm Marfuah Desa Rambutan Kabupaten Banyuasin Tahun 2019’, *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan*,

Dawiyah (2019) ‘Hubungan Inisiasi Menyusu Dini Dengan Involusio Uteri Pada Ibu Nifas 2 Jam’.

Hadi, Y. and Fairus, M. (2014) ‘Faktor- Faktor Yang Berhubungan Dengan Involusi Uterus Pada Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Ketapang Lampung Utara’, *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*,

Heryani, R. (2017) *Asuhan Kebidanan Ibu Nifas dan Menyusui*. Jakarta Timur: CV.Trans Info Media.

Jannah, N. N. (2017) *Gambaran lama pengeluaran lochea dan pola menyusui pada ibu postpartum di puskesmas panjang dan banyuanyar surakarta , Karya Tulis Ilmiah Prodi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.*

Lestari, Y. T. P. and R.Khairiyatul Afiyah (2016) ‘Inisiasi menyusui dini mempengaruhi perdarahan kala IV pada primipara di puskesmas tanah kali kediding surabaya’, pp. 68–70.

Maryunani, A. (2015) *Inisiasi Menyusui Dini,Asi Eklusif dan Manajemen Laktasi*. Jakarta Timur: CV.Trans Info Media.

Nurianti, I. *et al.* (2020) ‘Darah kala IV persalinan Early Breastfeeding Initiation ( EBI ) or the onset of early breastfeeding is to give newborns the opportunity to suckle themselves on their mothers in the first hour of birth , Early Breastfeeding Initiation ( EBI ) is related to’, 2(2).

Palupi, fitria H. (2016) ‘hubungan inisiasi menyusui dini dengan perubahan involusi uteri pada ibu nifas di bps anik s,amd.keb’.

Prawestri and Nikmatul, K. (2017) ‘Pengaruh Imd Dengan Perdarahan Ibu 2 Jam Post Partum’, *Jurnal Riset Kesehatan*, (September), pp. 282–285.

Qiftiyah, M. and Ulya, K. (2018) ‘Studi Diskriptif Tentang Mobilisasi Dini Terhadap Pengeluaran Lochea Pada Ibu Nifas Hari Ke-4’, *Jurnal Kebidanan*, 10(1), p. 6. doi: 10.30736/midpro.v10i1.56.

Rafhani Rosyidah dan Sulistyorimi (2017) ‘Pengaruh Inisiasi Menyusui Dini terhadap kecepatan penurunan tinggi fundus Uteri’.

Al Sabati, S. Y. and Mousa, O. (2019) ‘Effect of Early Initiation of Breastfeeding on the Uterine Consistency and the Amount of Vaginal Blood Loss during Early Postpartum Period’, *Nursing & Primary Care*, 3(3), pp. 2–7. doi: 10.33425/2639-9474.1108.

Setyatama, I. P. and Anggraeni, I. E. (2019) ‘Early Breastfeeding Initiation of Postpartum Hemorrhage Events’, *Jurnal Kebidanan*, 9(2), pp. 108–113. doi: 10.31983/jkb.v9i2.4332.

Sriwulandari, A. (2017) ‘Hubungan umur ibu dan inisiasi menyusui dini (imd) dengan involusi uteri di rsu pku muhamadiyah’, (Imd).

Sulistyawati, A. (2018) *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Yogyakarta: C.V Andi Offset.

Sumarah, S., Hakimi, M. and Prawitasari, S. (2016) ‘Pengaruh Inisiasi Menyusu Dini Terhadap Jumlah Perdarahan Pasca Persalinan’, *Jurnal Kesehatan Reproduksi*,

Tosun Güleroğlu, F., Mucuk, S. and Özgürlük, İ. (2020) ‘The effect of mother-infant skin-to-skin contact on the involution process and maternal postpartum fatigue during the early postpartum period’, *Women and Health*,

Walyani, E. S. and Purwoastuti, T. E. (2018) *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Yogyakarta: PUSTAKA BARU PRESS.

Wulandari and handayani (2011) *asuhan ibu nifas*.