

Original Article

Pengaruh Inisiasi Menyusui Dini Mobilisasi Dini dan Senam Nifas terhadap Involusi Uteri pada Ibu Post Partum di Puskesmas Ciruas Tahun 2021

Salma Inayatul Maula

Puskesmas Ciruas

Jalan Raya Jakarta- Serang, Kec. Ciruas, Kabupaten Serang, Banten 42182

Email: salmaula1234@gmail.com

Editor: YL

Diterima: 21/08/2022

Direview: 20/02/2023

Publish: 25/02/2023

Hak Cipta:

©2023 Artikel ini memiliki akses terbuka dan dapat didistribusikan berdasarkan ketentuan Lisensi Atribusi Creative Commons, yang memungkinkan penggunaan, distribusi, dan reproduksi yang tidak dibatasi dalam media apa pun, asalkan nama penulis dan sumber asli disertakan. Karya ini dilisensikan di bawah Lisensi Creative Commons Attribution Share Alike 4.0 Internasional.

Abstract

Pendahuluan: *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2018 Kejadian kematian ibu sebagian besar ada di negara berkembang yakni sejumlah 98%-99% yang mana kematian ibu di negara berkembang 100% lebih tinggi daripada negara maju. Data dari Kemenkes RI Penyebab AKI di Indonesia di antaranya lain infeksi 7,3%, preeklamsi 27,1%, abortus 1,6%, partus lama 1,8, perdarahan 30,1%, (penyebab dari perdarahan diantaranya: sisa plasenta 10%, retensio plasenta 15,1%, ruptur perineum 5%).

Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh inisiasi Menyusui Dini Mobilisasi Dini dan Senam Nifas pada Involusi Uteri pada Ibu Post Partum Tahun 2021.

Metode: Rancangan riset yang dipergunakan pada riset ini ialah *cross-sectional*. Populasi riset ini ialah semua ibu nifas yang ada di daerah kerja Puskesmas Ciruas bulan November–Desember 2021 sejumlah 110 orang ibu nifas. Metode penarikan sampel mempergunakan *Accidental Sampling* yang berjumlah sampel 52 narasumber. Pengumpulan data menggunakan kuesioner, analisis data menggunakan uji *chi-square* dengan tingkat signifikan $\alpha < 0,05$.

Hasil: Hasil uji statistik menggunakan SPSS diperoleh nilai *p-value* 0,000 pada inisiasi menyusui dini, nilai *p-value* 0,032 pada mobilisasi dini dan nilai *p-value* 0,016 pada senam nifas.

Kesimpulan: Terdapat pengaruh yang signifikan diantara inisiasi menyusui dini, mobilisasi dini dan senam nifas pada involusi uteri pada ibu post partum di Puskesmas Ciruas Tahun 2021.

Kata Kunci: involusi dini, menyusui dini, mobilisasi dini, senam nifas

Pendahuluan

World Health Organization (2018) mengestimasi angka kematian ibu secara global 216/100.000 KH juta jiwa pada tiap tahunnya. Sementara di Asia mengestimasi nilai kematian ibu 164/100.000 KH, antara lain Sri Lanka berjumlah 20/100.000 KH, dan negara Indonesia 126/100.000 KH juta jiwa setiap tahun.¹ Di Indonesia Angka Kematian Ibu (AKI) masih sangat besar, bahkan total perempuan Indonesia yang meninggal saat melahirkan meraih nilai paling tinggi di Asia. Angka kematian ibu adalah sebuah indikator yang sensitif untuk memberikan gambaran kesejahteraan di sebuah negara, berdasarkan Kementerian Kesehatan RI (2017) sebab dari AKI di Indonesia diantaranya infeksi 7,3%, preeklamsi 27,1%, partus lama 1,8, abortus 1,6%, perdarahan 30,1%, (penyebab dari perdarahan diantaranya: sisa plasenta

10%, retensio plasenta 15,1%, ruptur perineum 5%). Penyebab kematian ibu karena gangguan hipertensi sejumlah 33,07%, komplikasi non obstetrik 15,7%, pendarahan obstetrik 27,03% infeksi pada kehamilan 6,06%, komplikasi obstetrik lainnya 12,04%, dan penyebab lain 4,81%. Sedangkan penyebab kematian neonatal paling tinggi dikarenakan oleh komplikasi kejadian antepartum tercatat 283%, akibat gangguan kardiovaskuler dan respiratori 21,3%, BBLR serta premature 19%, akibat tetanus neonatorum 1,2%, kelahiran kongetila 14,8%, infeksi 7,3% serta akibat lain 8,2%.²

Menurut Dinkes Provinsi Banten jumlah kematian ibu di Provinsi Banten di tahun 2016 ialah 253 dari 233.344 kelahiran hidup. Di tahun 2020 jumlah kematian ibu di Provinsi Banten menurun yaitu 216 dari 244.012 kelahiran hidup. Besarnya angka kematian ibu memperlihatkan kondisi sosial ekonomi yang kurang serta fasilitas pelayanan kesehatan merupakan pelayanan kesehatan obstetri dan prenatal yang kecil pula. Total kematian ibu di Provinsi Banten di tahun 2016 sejumlah 240 kasus. Kota atau Kabupaten dengan kasus kematian ibu tertinggi ialah Kabupaten Serang yakni 25 kasus, diikuti dengan Pandeglang 38 kasus dan Kabupaten Tangerang 57 kasus. Kabupaten/Kota dengan kasus kematian ibu paling rendah ialah kota Serang yakni 10 kasus, diikuti oleh Kota Cilegon 16 Kasus dan Kota Tangerang Selatan 13 kasus.³

Pendarahan pasca persalinan disebabkan diantaranya atonia uteri (50 – 60%) yang dikarenakan lamanya proses persalinan, retensio plasenta (16 – 17%) yang dikarenakan implantasi plasenta (23 – 24%), laserasi jalan lahir (4 – 5%), sebab adanya robekan jalan lahir yang lebar dan kelainan pembekuan darah. Proses kembali uterus dalam kondisi sebelum hamil atau kondisi semula dinamakan dengan Involusi Uteri.⁴ Faktor yang berpengaruh pada involusi uteri diantaranya mobilisasi dini, senam nifas, gizi, psikologis, inisiasi menyusui dini, serta paritas ibu dan faktor usia. Involusi uteri ialah perubahan retrograde dalam uterus yang mengakibatkan ukuran uterus yang berkurang, involusi periperium dibatasi dalam uterus dan apa yang terjadi di organ dan struktur lainnya hanya dianggap selaku perubahan puerperium. Berbagai faktor yang berpengaruh pada involusi uterus yakni mobilisasi dini, laktasi, gizi ibu hamil (kepercayaan, lingkungan, pengetahuan, sosial budaya masyarakat) psikologi, paritas, usia dan menyusui dini.⁵

Berdasarkan riset Fairus dan Hadi (2017) dengan judul faktor – faktor yang berkaitan dengan involusi uterus di ibu post partum di daerah kerja puskesmas ketapang lampung utara, menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan paritas dan umur dengan involusi uterus. Terdapat hubungan inisiasi mobilisasi dini dan menyusui dini dengan involusi uterus.⁶ Berdasarkan latar belakang yang sudah peneliti paparkan maka tujuan riset ini adalah menelusuri Pengaruh Inisiasi Menyusui Dini Mobilisasi Dini dan Senam Nifas Pada Invulsi Uteri pada Ibu Post Partum Tahun 2021.

Metode

Desain riset ini mempergunakan desain riset deskriptif dengan pendekatan kuantitatif secara *cross-sectional*. Riset ini jenis data yang dipergunakan ialah data primer yang mana data yang ditarik menggunakan kuesioner. Populasi riset ini ialah seluruh ibu postpartum di Puskesmas Ciruas yang terdaftar dari bulan November – Desember 2021 yaitu sebanyak 110 populasi, banyaknya sampel berjumlah 52 narasumber. Analisis data dengan uji *chi-square*.

Hasil

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Involusi Uteri, Inisiasi Menyusui Dini, Mobilisasi Dini dan Senam Nifas pada Ibu Post Partum di Puskesmas Ciruas Tahun 2021

Variabel	F	%
Involusi Uteri		
Kurang Baik	3	5,8
Baik	49	94,2
Inisiasi Menyusui Dini		
Tidak Berhasil	5	9,6
Berhasil	47	90,4
Mobilisasi Dini		
Tidak Dilakukan	7	13,5
Dilakukan	45	86,5
Senam Nifas		
Tidak Dilakukan	12	23,1
Dilakukan	40	76,9

Menurut tabel 1, diperoleh bahwa total ibu nifas dengan involusi uteri baik sebanyak 49 (94,2%), sedangkan kategori ibu nifas dengan involusi uteri kurang baik sebanyak 3 (5,8%). Jumlah ibu nifas yang berhasil Inisiasi menyusui Dini yang lebih besar sebanyak 47 (90,4%), sedangkan kategori ibu nifas yang tidak berhasil Inisiasi Menyusui Dini sejumlah 5 (9,6%). Jumlah terbesar pada ibu nifas yang melakukan XGTn mobilisasi dini yaitu 45 (86,5%), sedangkan jumlah terkecil pada ibu nifas yang tidak melaksanakan mobilisasi dini sebanyak 7 (13,5%). Jumlah ibu nifas yang melakukan senam nifas yang lebih besar sebanyak 40 (76,9%), sedangkan jumlah terkecil pada ibu nifas yang tidak melaksanakan senam nifas sebanyak 12 (23,1%).

Analisis Bivariat

Tabel 2. Pengaruh Inisiasi Menyusui Dini, Mobilisasi Dini dan Senam Nifas terhadap Involusi Uteri pada Ibu Post Partum di Puskesmas Ciruas Tahun 2021

Variabel	Involusi Uteri						P – value	OR
	Kurang Baik		Baik		Total			
	F	%	F	%	F	%		
Inisiasi Menyusui Dini								
Tidak Berhasil	1	20,0	4	80,0	5	100	0,000	17,600 (1.344 – 230.535)
Berhasil	2	4,3	45	95,7	47	100		
Total	3	5,8	49	94,2	52	100		
Mobilisasi Dini								
Tidak Dilakukan	3	42,9	4	57,1	7	100	0,032	22,500 (1,656 – 305,734)
Dilakukan	0	0,00	45	100,0	45	100		
Total	3	5,8	49	94,2	52	100		
Senam Nifas								
Tidak dilakukan	3	25,0	9	75,0	12	100	0,013	10,250 (0,827 – 127,031)
Dilakukan	0	0,0	40	100,0	40	100		
Total	3	5,8	49	94,2	52	100		

Menurut tabel 2, ditinjau bahwa dari 52 narasumber lebih banyak ibu yang berhasil melakukan Inisiasi Menyusui Dini (IMD) yakni sejumlah 45 (95,7%) dan ibu yang terjadi involusi kurang baik sejumlah 2 (4,3%). Sementara ibu yang tidak berhasil melaksanakan IMD sejumlah 4 (80,0%) dan ibu yang mengalami involusi uteri kurang baik sebanyak 1 (20,0%). Temuan pengujian *Chi-Square* di peroleh $p\text{-value} = 0,000 < \alpha (0,05)$, sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh diantara Inisiasi Menyusui Dini terhadap Involusi Uteri. Hasil perhitungan OR diperoleh OR = 17,600 dengan tingkat signifikan 95%, sehingga kesimpulannya bahwa ibu yang berhasil Inisiasi Menyusui Dini 17 kali lebih baik terjadi involusi uteri daripada dengan ibu yang tidak berhasil Inisiasi Menyusui Dini.

Menurut tabel 2, ditinjau bahwa dari 52 narasumber lebih banyak ibu yang berhasil melakukan Mobilisasi Dini yaitu sebanyak 45 (100,0%) dan ibu yang mengalami involusi kurang baik sejumlah 0 (0,0%). Sedangkan ibu yang tidak melaksanakan mobilisasi dini sejumlah 4 (57,1%) dan ibu yang mengalami involusi uteri kurang baik sejumlah 3 (42,9%). Hasil uji *Chi-Square* diperoleh $p\text{-value} = 0,032 < \alpha (0,05)$, maka dapat dikatakan bahwa ada pengaruh antara mobilisasi dini terhadap Involusi Uteri. Hasil perhitungan OR diperoleh OR = 22,500 dengan tingkat signifikan 95%, sehingga kesimpulannya bahwa ibu yang berhasil mobilisasi dini 22 kali lebih baik terjadi involusi uteri daripada dengan ibu yang tidak berhasil mobilisasi dini.

Menurut tabel 2, ditinjau bahwa dari 52 narasumber lebih banyak ibu yang berhasil melakukan senam nifas yaitu sebanyak 40 (100,0%) dan ibu yang mengalami involusi kurang baik sejumlah 0 (0,0%). Sementara ibu yang tidak melakukan senam nifas sebanyak 9 (75,0%) dan ibu yang mengalami involusi uteri kurang baik sejumlah 3 (25,0%). Hasil uji *Chi-Square* diperoleh $p\text{-value} = 0,013 < \alpha (0,05)$, maka dapat dikatakan bahwa ada pengaruh antara senam nifas terhadap Involusi Uteri. Hasil perhitungan OR diperoleh OR = 22,500 dengan taraf kepercayaan 95%, sehingga kesimpulannya bahwa ibu yang berhasil senam nifas 10 kali lebih baik terjadi involusi uteri daripada dengan ibu yang tidak berhasil melaksanakan senam nifas.

Pembahasan

Pengaruh Inisiasi Menyusui Dini terhadap Involusi Uteri pada Ibu Post Partum di Puskesmas Ciruas Tahun 2021

Berdasarkan tabel 2 didapatkan uji *Chi-Square* ($p\text{-value}=0,000$) maka kesimpulannya bahwa ada pengaruh inisiasi menyusui dini kepada involusi uteri dalam ibu post partum. Hasil riset ini sejalan dengan penelitian Riska Hedyia Putri, et. al Tahun 2020, yang mengatakan bahwa dalam kelompok sesudah 2 jam post partum dilaksanakan IMD diperoleh $p\text{value} = 0,000$ dan sesudah 12 jam IMD diperoleh $p\text{-value} = 0,030$, maka kesimpulannya tergambar terdapat pengaruh inisiasi menyusui dini kepada involusi uteri.⁷

Inisiasi Menyusui Dini (IMD) ataupun permulaan menyusui dini ialah bayi mulai menyusui sendiri setelah terlahir. Inisiasi menyusui dini dan penghisapan puting payudara oleh bayi diawal masa nifas meningkatkan stimulasi pengeluaran oksitosin.⁸ Pada saat bayi menghisap puting, refleks saraf memberikan rangsangan *lobus posterior* kelenjar pituitari dalam menjalankan sekresi hormon oksitosin. Oksitosin meningkatkan proses involusi dan mengurangi kehilangan darah. Inisiasi menyusui dini adalah pemberian ASI secepatnya sesudah bayi terlahir, umumnya pada waktu 30 menit hingga 1 jam sesudah bayi lahir.⁹ Inisiasi menyusui dini juga mempunyai peran untuk pencapaian tujuan *Sustainable Development Goals* (SDGs), terutama dalam tujuan ketiga, yaitu memberikan kepastian kehidupan yang

sehat dan menunjang kemakmuran untuk semua bagi seluruh usia.¹⁰ Dalam penelitian Ike Putri Setyatama, et. al Tahun 2019, mengatakan bahwa IMD berpengaruh terhadap kontraksi uterus sejumlah 3,4% serta sisanya dipengaruhi oleh variabel lain, misalnya support sosial disekitar ibu sepanjang persalinan. Menurut hasil riset, ditinjau bahwa nilai signifikan (Sig.) pada pengujian F ialah sejumlah 0,029. Sebab Sig. $0,029 < 0,05$ sehingga kesimpulannya bahwa IMD mempengaruhi kepada kontraksi uterus di Puskesmas Slawi Kab. Tegal. Ibu nifas yang telah melakukan IMD sebanyak 54,3%. Maka membantu meningkatkan pengeluaran dan pelepasan plasenta serta meminimalkan perdarahan.¹¹

Berdasarkan hasil riset maka peneliti mempunyai asumsi bahwa, Inisiasi Menyusui Dini (IMD) ada pengaruh kepada involusi uteri, karena IMD dapat membantu proses involusi uteri, membantu meminimalisir pendarahan dan mempercepat pengeluaran plasenta. Hal ini dikarenakan IMD adalah sebuah faktor yang berpengaruh pada involusi uteri yang mana saat bayi berhasil menghisap puting terjadi rangsangan pada hormon oksitosin sehingga merangsang kontraksi pada uterus ibu dan mempercepat penurunan TFU, sehingga tahapan ini akan meminimalisir perdarahan sesudah terlahir plasenta, sebab kontraksi uterus adalah proses involusi uteri.

Pengaruh Mobilisasi Dini terhadap Involusi Uteri pada Ibu Post Partum di Puskesmas Ciruas Tahun 2021

Berdasarkan tabel 2 didapatkan pengujian *Chi-Square* ($p\text{-value}=0,032$) sehingga kesimpulannya bahwa terdapat pengaruh mobilisasi dini kepada involusi uteri dalam ibu post partum. Riset ini sejalan dengan Nuril Absari & Desty Nova Riyani Tahun 2018, bahwa hasil analisa diperoleh nilai $t=-6,135$ yang bernilai $p = 0,000 < \alpha=0,05$, sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak. Sehingga terdapat pengaruh mobilisasi dini pada involusi uteri dalam ibu post partum.⁴

Mobilisasi dini ialah sebuah sisi yang paling penting dalam fisiologis sebab perihail itu esensial dalam menjaga kemandirian.¹² Mobilisasi dini ialah melakukan penggerakan tubuh dari satu lokasi ke tempat lain yang harus dilaksanakan dengan bertahap serta langsung setelah melaksanakan persalinan, sekurangngnya 8 – 24 jam sesudah persalinan.¹³ Keuntungan dengan dilaksanakannya mobilisasi dini dapat mencegah adanya sumbatan dalam aliran darah, memberikan kelancaran pengeluaran lochea maka dapat meningkatkan involusi uteri kandungan, meminimalkan infeksi post partum, memberikan kelancaran alat gastrointestinal dan perkemihan, mengeluarkan sisa metabolisme dan mempercepat fungsi asi.¹⁴ Menurut penelitian Rini Harianti Ratih & Sara Herlina Tahun 2020 mengatakan bahwa hasil riset dengan mempergunakan pengujian Wilcoxon dengan tingkat signifikansi α 0,05 memperbandingkan dengan nilai *pre-test* dan *post-test* diperoleh tingkat signifikansi nilai $p\text{-value} = 0,000$ yang lebih rendah dari α 0,05 bermakna H_0 ditolak. Kesimpulannya bahwa terdapat pengaruh mobilisasi dini kepada involusi uteri dalam ibu post partum di Klinik Pratama Pekanbaru.¹⁵

Berdasarkan hasil riset maka peneliti berasumsi bahwa mobilisasi dini ada pengaruh kepada involusi uteri dalam ibu post partum, karena mobilisasi dini banyak keuntungannya, seperti mencegah terjadinya infeksi puerperium, melancarkan pengeluaran lochea, meningkatkan involusi uteri, dan mempercepat pengeluaran ASI. Semakin baik melakukan mobilisasi dini maka semakin pendek waktu pengeluaran lochea.

Pengaruh Senam Nifas terhadap Involusi Uteri pada Ibu Post Partum di Puskesmas Ciruas Tahun 2021

Berdasarkan tabel 2 didapatkan pengujian *Chi-Square* ($p\text{-value}=0,032$) sehingga kesimpulannya bahwa terdapat pengaruh mobilisasi dini kepada involusi uteri dalam ibu post partum. Riset ini sejalan dengan Nuril Absari & Desty Nova Riyani Tahun 2018, bahwa hasil analisa diperoleh nilai $t=-6,135$ yang bernilai $p = 0,000 < \alpha=0,05$, sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak. Sehingga terdapat pengaruh mobilisasi dini pada involusi uteri dalam ibu post partum.⁴

Mobilisasi dini ialah sebuah sisi yang paling penting dalam fisiologis sebab perihal itu esensial dalam menjaga kemandirian.¹² Mobilisasi dini ialah melakukan penggerakan tubuh dari satu lokasi ke tempat lain yang harus dilaksanakan dengan bertahap serta langsung setelah melaksanakan persalinan, sekurangnya 8 – 24 jam sesudah persalinan.¹³ Keuntungan dengan dilaksanakannya mobilisasi dini dapat mencegah adanya sumbatan dalam aliran darah, memberikan kelancaran pengeluaran lochea maka dapat meningkatkan involusi uteri kandungan, meminimalkan infeksi post partum, memberikan kelancaran alat gastrointestinal dan perkemihan, mengeluarkan sisa metabolisme dan mempercepat fungsi asi.¹⁴ Menurut penelitian Rini Hariani Ratih & Sara Herlina Tahun 2020 mengatakan bahwa hasil riset dengan mempergunakan pengujian Wilcoxon dengan tingkat signifikansi $\alpha 0,05$ memperbandingkan dengan nilai *pre-test* dan *post-test* diperoleh tingkat signifikansi nilai $p\text{-value} = 0,000$ yang lebih rendah dari $\alpha 0,05$ bermakna H_0 ditolak. Kesimpulannya bahwa terdapat pengaruh mobilisasi dini kepada involusi uteri dalam ibu post partum di Klinik Pratama Pekanbaru.¹⁵

Berdasarkan hasil riset maka peneliti berasumsi bahwa mobilisasi dini ada pengaruh kepada involusi uteri dalam ibu post partum, karena mobilisasi dini banyak keuntungannya, seperti mencegah terjadinya infeksi puerperium, melancarkan pengeluaran lochea, meningkatkan involusi uteri, dan mempercepat pengeluaran ASI. Semakin baik melakukan mobilisasi dini maka semakin pendek waktu pengeluaran lochea.

Kesimpulan

Terdapat pengaruh inisiasi menyusui pada proses involusi uteri ibu post partum, karena terjadi rangsangan pada hormon oksitosin sehingga merangsang kontraksi pada uterus ibu dan dan terjadi penurunan TFU, sehingga proses ini akan meminimalisir perdarahan setelah lahirnya plasenta, nilai $p\text{-value}; 0,000$. Terdapat pengaruh mobilisasi dengan involusi uteri ibu post partum, seperti mencegah terjadinya infeksi puerperium, mencegah perdarahan post partum, mempercepat involusi uteri, dan mempercepat pengeluaran ASI. Semakin baik melakukan mobilisasi dini maka semakin pendek waktu pengeluaran lochea, nilai $p\text{-value}; 0,032$. Terdapat pengaruh senam nifas dengan involusi uteri ibu post partum, dapat mengencangkan kembali otot-otot dinding rahim yang mengalami peregangan supaya mempunyai fungsi dengan maksimal dan tidak ada perdarahan post partum, memperlancar sirkulasi darah, mencegah kesulitan BAK, membantu mempercepat pengeluaran lochea, serta meminimalisir kejadian komplikasi pada ibu nifas, nilai $p\text{-value}; 0,013$.

Konflik Kepentingan

Peneliti menyatakan bahwa penelitian ini independen dari konflik kepentingan individu dan organisasi.

Ucapan Terima Kasih

Terimakasih peneliti ucapkan kepada semua pihak yang sudah memberikan dorongan moril maupun materil sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik.

Pendanaan

Sumber pendanaan diperoleh dari peneliti.

References

1. Organization WH. World health statistics 2008. World Health Organization; 2008.
2. Kemenkes RI. Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementrian Kesehat RI. 2018;53(9):1689–99.
3. Banten DKP. Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Provinsi Banten Tahun 2017. Banten: Dinkes Provinsi Banten; 2017.
4. Absari N, Riyanti DN. Pengaruh Mobilisasi Dini terhadap Involusi Uterus pada Ibu Post Partum di Wilayah Kerja Puskesmas O Mangunharjo Kabupaten Musi Rawas. *J Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan*. 2020;7(1):27–31.
5. Susilowati D. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Ibu Nifas Dalam Pelaksanaan Mobilisasi Dini. *Infokes J Ilm Rekam Medis dan Inform Kesehatan*. 2015;5(2).
6. Fairus M. Faktor-faktor yang berhubungan dengan involusi uterus pada ibu post partum di wilayah kerja puskesmas Ketapang Lampung Utara. *J Kesehat Metro Sai Wawai*. 2017;7(2):1–7.
7. Putri RH, Surmiasih S, Kameliawati F, Afifah H. Inisiasi Menyusu Dini dan Pencapaian Involusi Uterus pada Ibu Postpartum. *Faletehan Heal J*. 2020;7(03):149–54.
8. Wahyuni I, Daulay NM. Pengaruh Inisiasi Menyusu Dini Terhadap Involusi Uteri Pada Ibu Post Partum Di Klinik Bersalin Hermayanti Padangsidempuan. *J Kesehat Ilm Indones Heal Sci J*. 2020;5(1):9–14.
9. Elis A, Mustari R. Pengaruh Senam Nifas Terhadap Involusio Uteri Di Puskesmas Tobadak Kab. Mamuju Tengah Tahun 2017. *J FORILKESUIT*. 2019;1(01):23–9.
10. Arwiyantasari WR, Bachrun E, Ratnawati R. Hubungan Antara Inisiasi Menyusui Dini Dengan Involusi Uterus Pada Ibu Post Partum Normal Di Poskesdes Melati Desa Garon Kab. MADIUN Siklus J Res Midwifery Politek Tegal. 2019;8(2):160–5.
11. Setyatama IP, Anggraeni IE, Pamuji SEB. Pengaruh Inisiasi Menyusu Dini Terhadap Kontraksi Uterus Pada Ibu Nifas Di Puskesmas Slawi Kabupaten Tegal. *J SMART Kebidanan*. 2019;6(1):31–6.
12. Nuryani NIM, Purwati Y. Pengaruh Mobilisasi Dini Dan Senam Nifas Terhadap Involusi Uteri Ibu Nifas Di Bangsal An-Nisa Rsu Pku Muhammadiyah Bantul. Universitas' Aisyiyah Yogyakarta; 2018.
13. Prihartini SD. Pengaruh mobilisasi dini terhadap penurunan tinggi fundus uteri pada ibu nifas di paviliun melati RSUD Jombang. *Eduhealth*. 2014;4(2).
14. Idhayanti RI, Warastuti A, Yuniyanti B. Mobilisasi Dini Menurunkan Nyeri Akibat Jahitan Perineum Tingkat II Pada Ibu Post Partum. *J Jendela Inov Drh*. 2020;3(2):29–43.
15. Ratih RH, Herlina SH. Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Involusi Uterus pada Ibu Postpartum Di Klinik Pratama Yusnimar Pekanbaru. *Ensiklopedia J*. 2020;2(2).