

PEMBERDAYAAN IBU HAMIL DALAM PELAKSANAAN RAWAT GABUNG DENGAN KEBERHASILAN MENYUSUI DI MASA PANDEMI COVID 19

I Nyoman Enrich Lister¹, Lismawarni Zai², Martha Samosir³,
Mei Waddah Ayunda Fikry⁴, Melita Riama Manik⁵

Program Studi Sarjana Kebidanan
Universitas Prima Indonesia Medan
Email: nyoman@unprimdn.ac.id

ABSTRAK

Ibu hamil akan mengalami perubahan fisik dan psikologis yang nyata sehingga diperlukan adaptasi. Proses adaptasi yang kurang baik dapat menyebabkan stress atau kecemasan sehingga dapat meningkatkan produksi kortisol yang akan menghambat produksi ASI. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengeksplorasi pemberdayaan ibu hamil dalam pelaksanaan perawatan gabung (rawat gabung) selama pandemi COVID-19 dan dampaknya terhadap keberhasilan menyusui. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan wawancara mendalam terhadap ibu hamil yang telah mengalami perawatan gabung selama pandemi. Ibu juga membutuhkan bantuan dan informasi serta dukungan agar dapat mempersiapkan diri untuk laktasi pada masa kehamilan untuk menunjang keberhasilan menyusui. Kondisi pandemi Covid-19 saat ini mengakibatkan keterbatasan ibu hamil untuk mengakses informasi kesehatan dari tenaga kesehatan dapat diminimalisir dengan pemberian promosi kesehatan yang disampaikan melalui media.

Kata Kunci: ibu hamil, rawat gabung, keberhasilan menyusui, covid-19, pandemi.

ABSTRACT

Pregnant women will experience physical and psychological changes that require adaptation. A poor adaptation process can cause stress or anxiety which can increase cortisol production which will inhibit breast milk production. For this reason, increasing the knowledge of pregnant women through health education programs for pregnant women needs to be implemented because good knowledge can reduce anxiety due to physical changes in the mother. Mothers also need help, information and support to prepare themselves for lactation during pregnancy to support successful breastfeeding. The current condition of the Covid-19 pandemic has resulted in limitations for pregnant women in accessing health information from health workers which can be minimized by providing health promotions delivered through the media.

Keywords: pregnant womwn, nursing care, successful breastfeeding, covid-19, pandemic.

PENDAHULUAN

Ibu hamil akan mengalami perubahan fisik dan psikologis yang nyata sehingga diperlukan adaptasi. Proses adaptasi yang kurang baik dapat menyebabkan stress atau kecemasan sehingga dapat meningkatkan produksi kortisol. Dari kortisol yang tinggi akan menghambat produksi

ASI (Zanardo, 2009). Untuk itu peningkatan pengetahuan ibu hamil melalui program pendidikan kesehatan kepada ibu hamil melalui penyuluhan-penyuluhan tentang perubahan fisiologis dan psikologis yang terjadi selama kehamilan sangat diperlukan sehingga ibu hamil memiliki pengetahuan mengenai perubahan-

perubahan pada masa kehamilan karena dengan pengetahuan yang baik dari ibu dapat mengurangi kecemasan karena perubahan yang ada pada ibu hamil (Nelazyani dan Hikmi, 2018).

Masa pandemi Covid-19 menyebabkan kendala dalam pemberian ASI eksklusif (Pramana et al, 2020). Penelitian Brown and Natalie (2020) menyebutkan bahwa 70% ibu menyusui di Inggris berhenti menyusui dengan alasan kurangnya dukungan petugas kesehatan, 21% ibu menyusui mengkhawatirkan keamanan menyusui, dan 4% dari 1360 ibu menyusui di Inggris mendapatkan informasi bahwa menyusui selama Covid-19 tidak aman. Kendala pemberian ASI eksklusif yang disebabkan kurangnya informasi tentang menyusui mengakibatkan sebuah fasilitas kesehatan yang pro ASI dan termasuk kategori baby-friendly tidak memberikan kesempatan ibu untuk melakukan inisiasi menyusui dini. Ibu dan bayi baru lahir dipisahkan dan bayi diberikan susu formula (Rahadian, 2020).

Dampak lain dari masa pandemi Covid-19 yang menjadi kendala pemberian ASI eksklusif yaitu kecemasan ibu dalam mengasuh bayinya dan ibu mengalami depresi pasca melahirkan (Martins-Filho et al, 2020). Terdapat 29% ibu menyusui dari 545 wanita hamil dan ibu menyusui yang mengalami kecemasan saat masa Covid-19 (Gharagozloo et al, 2020). Berdasarkan penelitian Ceulemans et al (2020) terdapat 23,6% dari 3345 ibu menyusui yang mengalami kecemasan pada masa Covid-19.

Kondisi tertekan dan cemas dapat mempengaruhi produksi ASI yang kurang lancar (Jalal et al, 2017).

Ibu membutuhkan bantuan dan informasi serta dukungan agar dapat melakukan perawatan selama antenatal guna mempersiapkan diri untuk laktasi. Melalui kegiatan persiapan laktasi yang diperlukan untuk menunjang keberhasilan menyusui. Dalam pelaksanaannya terutama dimulai pada masa kehamilan segera setelah persalinan dan pada masa menyusui selanjutnya, (Kementerian Kesehatan RI, 2017).

Rawat gabung sering disebut juga dengan Rooming In yaitu menyatukan antara ibu dan bayinya dalam satu kamar, agar antara ibu dan bayi terjalin suatu hubungan bathin dan ibu bisa menjadi lebih dekat bayinya. Rawat gabung adalah salah satu metode yang dilakukan oleh petugas kesehatan agar bayi terus bersama ibunya selama 24 jam. Rawat gabung antara ibu dan bayi akan menjalani proses lekat (early infant-mother bounding) sebagai sentuhan badan antara ibu dan bayinya (Kadir, 2014).

Ibu yang segera dan sering menyusui bayinya akan merangsang produksi hormon oksitosin. Hormon oksitosin ini sangat berpengaruh pada keadaan emosi ibu. Meningkatnya hormon oksitosin ini membuat perasaan ibu tenang, bahagia, tidak cemas dan meningkatkan produksi ASI sehingga bayi lebih puas mendapatkan ASI. Rawat gabung adalah salah satu metode yang dilakukan oleh petugas kesehatan agar bayi terus bersama ibunya selama 24 jam, ibu dapat segera melaporkan

kepada petugas kesehatan jika terjadi kelainan pada bayi, meningkatkan rasa percaya diri dan resiko infeksi nosokomial berkurang. (Erlina, 2008)

Adapun syarat dari Rawat Gabung (Rooming In) bagi ibu dan bayi adalah bayi lahir spontan, bayi dan ibu dalam keadaan sehat. Manfaat dari Rawat Gabung (Rooming In) yaitu ibu akan lebih mudah menyusui bayinya, Karena si ibu akan mengetahui kapan bayinya merasa lapar, dan ibu akan menjadi lebih dekat dengan bayinya. Dimasa pandemi covid-19 sekarang ini pasti banyak sekali ketakutan si ibu untuk memberikan ASI eksklusif kepada bayi (menyusui) dan takut melakukan rawat gabung bersama bayi namun ibu tidak perlu merasa khawatir karena sejauh ini SAR-COV-2 tidak terdeteksi dalam ASI dari ibu yang terduga covid-19 dan belum ada bukti tertular melalui ASI (Budijianto dkk, 2016).

METODE

Adapun kegiatan pada acara penyuluhan ini yaitu: Tahap Pre-test: dalam pengabdian dilakukan dengan tanya jawab seputar materi yang akan diberikan, tahap ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan tentang ibu hamil dalam pelaksanaan rawat gabung dengan keberhasilan menyusui di masa pandemi covid 19.

Tahap pelaksanaan kegiatan: pengabdian masyarakat dilakukan dengan pelayanan ibu hamil dalam pelaksanaan rawat gabung dengan keberhasilan menyusui di masa pandemi covid

19, pemberian reward bagi para ibu hamil, doorprize usai kegiatan penyuluhan, pemberian reward bagi para kader.

Tahapan evaluasi: dalam pengabdian masyarakat ini adalah untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan dan pemahaman tentang ibu hamil dalam pelaksanaan rawat gabung dengan keberhasilan menyusui di masa pandemi covid 19 dengan memberikan 5 pertanyaan kepada peserta dan peserta menjelaskan kembali terkait materi yang telah disampaikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Rawat gabung merupakan salah satu faktor yang masih sulit diterapkan di rumah sakit, puskesmas, dan rumah bersalin padahal menurut Mappiwali (2010), rawat gabung dapat memperlancar pemberian ASI. Secara teknis, hal itu dikarenakan rawat gabung merupakan stimulant ibu untuk sering menyusui bayinya. Rawat gabung adalah salah satu metode yang dilakukan oleh petugas kesehatan agar bayi terus bersama ibunya selama 24 jam. Survey awal yang dilakukan, secara fisiologis rawat gabung memberikan kesempatan pada ibu untuk dekat dengan bayinya, yang membuat ibu mempunyai keinginan dan motivasi kuat, sehingga frekuensi ibu memberikan ASI akan lebih sering sehingga keberhasilan pemberian ASI eksklusif dapat tercapai.

Perawatan payudara yang tidak tepat dapat menyebabkan pasokan ASI tidak mencukupi, dan ibu membutuhkan dukungan dan informasi untuk mempersiapkan menyusui. Perawatan

payudara yang tepat dapat membantu ibu menghasilkan ASI yang cukup, mencegah infeksi payudara, dan mendeteksi kelainan payudara. Pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara paling efektif bila diberikan kepada wanita hamil selama trimester ketiga. Air Susu Ibu (ASI) eksklusif adalah pemberian ASI kepada bayinya sejak bayi lahir hingga berusia 6 bulan tanpa ada tambahan makanan apapun. Ketika bayi sudah berusia lebih dari 6 bulan, barulah diperbolehkan untuk diberikan makanan pendamping ASI (MP-ASI) seperti bubur, sayur, ataupun buah (Sembiring, 2019).

Kelancaran ASI dilihat dari beberapa indikator diantaranya ASI yang banyak dapat merembes keluar melalui puting, ibu dapat merasakan geli karena aliran ASI, setiap kali bayi mulai menyusui, sebelum disusukan payudara terasa tegang dan payudara ibu terasa lembut dan kosong setiap kali selesai menyusui. Bayi yang dirawat bersama dengan ibu dalam satu kamar, dengan syarat keadaan ibu dan bayi mengizinkan adalah rawat gabung. Syarat rawat gabung adalah ibu mampu menyusui dan bayi mampu untuk menyusui. Keinginan dan motivasi untuk menyusui menunjukkan kemampuan ibu. Pada bayi dinilai dari fungsi kardiorespiratorik, refleks menghisap dan fungsi neurologik yang baik. Ibu yang dipisahkan dari bayinya karena Covid-19 merasa sangat stress memikirkan kondisi bayinya, sangat sedih dan depresi (Sarwono. 2007).

KESIMPULAN DAN SARAN

Rawat gabung sering disebut juga dengan Rooming In yaitu menyatukan antara ibu dan bayinya dalam satu kamar, agar antara ibu dan bayi terjalin suatu hubungan bathin dan ibu bisa menjadi lebih dekat bayinya. Rawat gabung adalah salah satu metode yang dilakukan oleh petugas kesehatan agar bayi terus bersama ibunya selama 24 jam. Rawat gabung antara ibu dan bayi akan menjalani proses lekat (early infant-mother bonding) sebagai sentuhan badan antara ibu dan bayinya. Dimasa pandemi covid-19 sekarang ini pasti banyak sekali ketakutan si ibu untuk memberikan ASI eksklusif kepada bayi (menyusui) dan takut melakukan rawat gabung bersama bayi namun ibu tidak perlu merasa khawatir karena sejauh ini SAR-COV-2 tidak terdeteksi dalam ASI dari ibu yang terduga covid-19 dan belum ada bukti tertular melalui ASI.

DAFTAR PUSTAKA

- B Budijianto, D. 2016. *Data and Information Indonesia Health Profil 2016*.
- Endah, W, dkk. 2020. *Menurunkan Resiko Prevalensi Diare Dan Meningkatkan Nilai Ekonomi Melalui ASI Eksklusif*. Scopindo Media Pustaka.
- Erlina. 2008. *Asuhan Persalinan Normal*. JNPK. Jakarta.
- Gharagozloo, M, S J Sadatmahalleh, M B Khomami, and ... 2020. "Mental Health and Marital Satisfaction Changes of Pregnant and Lactating Women During the COVID-19 Pandemic.":1-16.
<https://www.researchsquare.com/article/rs-49590/latest.pdf>
- Jalal, Mitra, Dolation Mahrokh, Zohreh Mahmoodi, and Roqayeh Aliyari. 2017. "The Relationship between Psychological and

- Maternal Social Support to Breastfeeding Process.*” *Electronic Physician* 9(1): 3591–96.
- Kadir. 2014. *Early infant - mother bonding*,
Kementrian kesehatan RI. 2017. *Pedoman Penyelenggaraan Pekan ASI sedunia (PAS) 2017*. Jakarta: Kemenkes RI
- Martins-Filho, Paulo Ricardo, Victor Santana Santos, and Hudson P. Santos. 2020. “To Breastfeed or Not to Breastfeed? Lack of Evidence on the Presence of SARS-CoV-2 in Breastmilk of Pregnant Women with COVID-19.” *Revista Panamericana de Salud Publica/Pan American Journal of Public Health* 44: 1–5.
- Nelazyani. 2016. *Gambaran Pengetahuan Ibu Dan Suami Tentang Perubahan Fisik Dan Psikologis Saat Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Beringin Raya Kota Bengkulu tahun 2016*.
- Pramana, Cipta et al. 2020. “Breastfeeding in Postpartum Women Infected with COVID-19.” *International Journal of Pharmaceutical Research* 12(4): 1857–62.
- Prawirohardjo, S. 2007. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Rahadian, Angga Sisca. (2020). *Covid-19, exclusive breastfeeding and babies well-beings.*”
- Sembiring, J. 2019. *Buku Ajar Neonatus, Bayi, Balita, Anak Pra Sekolah*. Deepublis
- Zanardo. 2009. *Impact of anxiety in the puerperium on breastfeeding outcomes: Role Of Parity. Journal Of Pediatric Gastroenterologi and Nutrition.*