



Penerapan Asuhan Komplementer dengan keluhan pada Ibu Postpartum melalui Homecare

Putri Rizkiyah Salam*¹, Evi Maulidatul²

^{1,2}STIKES BHAKTI AL-QODIRI

^{1,2}Program Studi D3 Kebidanan

*e-mail: sputririzkiyah@gmail.com¹

Nomor Handphone Untuk keperluan koordinasi : -

Abstrak

Seringkali para ibu mengalami keluhan atau masalah lain di masa nifas sehingga menyulitkan mereka dalam menjalaninya. Selama masa nifas, perubahan fisik dan psikologis mungkin menjadi masalah. Ibu pasca melahirkan mendapatkan pengobatan pelengkap untuk membantu mereka menghindari masalah atau kesulitan selama masa ini. Dengan melakukan kunjungan rumah, kegiatan pengabdian masyarakat berupaya memberikan perawatan tambahan kepada ibu pasca melahirkan. Hasil kegiatan: Sepuluh ibu nifas di wilayah Sukowono mendapatkan pengobatan komplementer. Beberapa gejala ibu nifas, seperti produksi ASI yang tidak mencukupi, rasa tidak nyaman pada luka perineum, dan sulit tidur, dapat diatasi tanpa menggunakan obat-obatan atau intervensi medis lainnya. Dengan memberikan perawatan tambahan pada ibu nifas berdasarkan perawatan di rumah

Kata kunci: postpartum, komplementer, homecare

Abstract

Often mothers experience complaints or other problems during the postpartum period, making it difficult for them to carry out this process. During the postpartum period, physical and psychological changes may be a problem. Postpartum women receive complementary treatments to help them avoid problems or difficulties during this time. By conducting home visits, the community service project seeks to provide additional care to mothers after giving birth. Activity results: Ten postpartum mothers in the Sukowono area received complementary treatment. Some symptoms of postpartum mothers, such as insufficient breast milk production, discomfort in the perineal wound, and difficulty sleeping, can be overcome without using medication or other medical intervention. By providing additional care to postpartum mothers based on home care.

Keywords: postpartum, complementary, homecare

1. PENDAHULUAN

Setelah melahirkan seorang ibu mengalami masa perubahan fisik dan mental yang disebut dengan masa nifas. Secara fisik, emosional, dan sosial, masa nifas merupakan masa transisi bagi ibu, anak, dan keluarganya (Prawirohardjo, 2011). Kesehatan mental ibu akan terpengaruh oleh perubahan ini. Ibu baru akan mengalami tekanan mental yang akan semakin parah jika terjadi perubahan fisik yang signifikan juga. Jika keluarga tidak dipersiapkan dan didukung secara memadai, hal ini dapat menimbulkan masalah yang serius (Astutik, 2015). Ibu nifas paling sering mengalami perubahan fisik seperti bentuk tubuh yang tidak bagus, perut buncit, payudara membesar, dan wajah kusam. Sementara itu, jiwa ibu berubah; dia menjadi mudah lelah, sensitif, jengkel, atau gugup.

Tujuan pemberian pelayanan tambahan adalah untuk meningkatkan pelayanan kesehatan melalui tindakan promotif dan preventif serta memberikan bentuk terapi alternatif yang dapat dilaksanakan secara mandiri oleh masyarakat di bawah pengawasan atau bimbingan tenaga kesehatan. Sesuai dengan tuntutan dan permasalahan yang dialami ibu pasca melahirkan,

perawatan komplementer ditawarkan pada saat ini. Masalah menyusui, seperti cara menyusui yang tidak tepat, ASI yang tidak lancar, puting nyeri, bendungan ASI, dan mastitis, sering dialami oleh ibu nifas. Ibu merasa minder dengan bentuk tubuhnya usai melahirkan karena perut kendur, stretch mark, dan wajah yang kusam.

Penulis ingin melakukan kunjungan rumah untuk memberikan perawatan tambahan kepada ibu nifas berdasarkan tantangan yang dihadapi ibu nifas di atas. Tujuan dari pelayanan ini adalah untuk memberikan perawatan komplementer kepada ibu nifas melalui homecare dengan harapan dapat mengurangi keluhan atau permasalahan yang dialami ibu, mencegah timbulnya depresi pasca melahirkan, membantu ibu merasa lebih percaya diri dan mandiri, memastikan bayi menerima perawatan terbaik, dan meningkatkan keterlibatan keluarga dalam keberhasilan ibu. melewati masa persalinan.

2. METODE

Di wilayah Sukowono, 10 ibu nifas mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat di rumahnya. Untuk melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat bagi ibu, banyak tahapan persiapan yang harus dilakukan. Tahapan-tahapan tersebut ditampilkan dalam alur kegiatan sebagai berikut:

a. Tahap Persiapan

Pada titik ini dilakukan observasi pada lokasi pelayanan yang dituju. Dengan mempelajari keadaan masyarakat Jember dan mencari permasalahan yang dihadapi ibu nifas, maka dilakukan observasi.

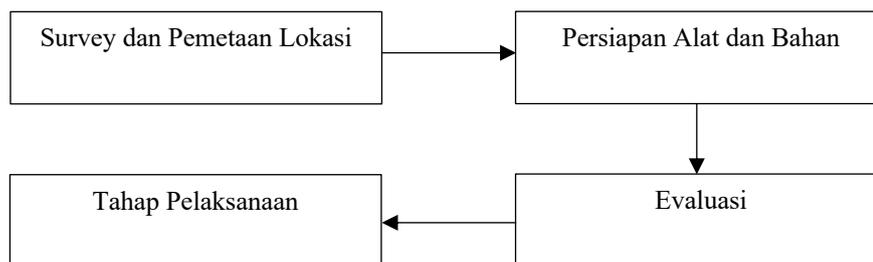
b. Pelaksanaan Program

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat berbasis homecare bagi ibu dilakukan sesuai dengan jangka waktu yang telah dijadwalkan. Pijat ibu nifas, perawatan payudara, dan pijat oksitosin merupakan contoh terapi komplementer yang diberikan sebagai respons terhadap keluhan atau permasalahan yang dialami ibu baru.

c. Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan setelah ibu nifas mendapat pengobatan tambahan selama 1 minggu sebanyak 3 kali. Lembar kuesioner digunakan untuk evaluasi, setelah itu dilakukan analisis data. Sebelum dan sesudah memberikan perawatan tambahan, survei diberikan. Pertanyaan yang diajukan antara lain mengenai masalah yang dialami pada awal masa nifas, durasinya, dan cara ibu menangani masalah tersebut.

Pada kegiatan ini, alur pelaksanaan dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1. Alur Kegiatan Pelaksanaan Program

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil percobaan, dapat dikatakan bahwa pemberian penyuluhan pijat oksitosin sebagai salah satu bentuk pengabdian masyarakat dapat membantu masyarakat mempelajari teknik tersebut. Salah satu cara untuk meningkatkan keahlian kader dalam membantu ibu nifas dalam mencegah masalah menyusui seperti mastitis adalah melalui pendidikan. Secara berkala, nasehat harus diberikan, terutama dalam situasi dimana hal tersebut tidak diketahui saat ini dan pemahaman masyarakat terhadap masalah tersebut masih sedikit, sehingga dengan konseling yang baik, kesehatan yang baik dapat dipertahankan.

Tindakan awal dalam latihan ini adalah mensurvei area tersebut. Pemilihan lokasi sebaran program menjadi tujuan studi lokasi ini. Tahap kedua adalah menyiapkan alat dan perlengkapan yang diperlukan. Leaflet merupakan salah satu alat media penjangkauan. Setelah buklet dibagikan, dilakukan review. Evaluasi dilakukan untuk melihat bagaimana perubahan pengetahuan ibu nifas dari sebelum hingga setelah mendapat terapi.



Gambar 2. Kegiatan Komplementer pada keluhan Ibu Postpartum melalui Homecare

Berikut ini adalah asuhan komplementer berbasis homecare didapatkan keluhan/masalah yang dirasakan ibu:

Tabel 1. Keluhan Ibu *Postpartum*:

Keluhan	Jumlah	
	N	%
ASI tidak lancar	8	80,0
Puting Susu Lecet	7	70,0
Kurang tidur	8	80,0
Kaki Bengkak	4	40,0
Nyeri Luka Perineum	5	50,0

Mereka menawarkan pengobatan komplementer dengan mendatangi rumah ibu sebagai jawaban atas keluhan ibu nifas di atas. Dengan memberikan pijat oksitosin, perawatan tambahan dapat digunakan untuk mengatasi masalah menyusui seperti rendahnya kualitas ASI (Asih, 2018). Mengajari ibu dan keluarga cara merawat payudara dan menyusui dengan benar dilakukan sebagai bagian dari pengobatan komplementer terhadap nyeri pada puting. Cara menyusui yang salah, cara melepas puting, dan penggunaan bra yang ketat berpotensi menjadi penyebab puting nyeri. Kurang tidur menyebabkan badan cepat lelah, pegal-pegal, dan tidak semangat, hal ini merupakan keluhan umum yang sering dikeluhkan para ibu baru. Pijat adalah salah satu jenis pengobatan komplementer yang bisa ditawarkan.

4. KESIMPULAN

Mereka menawarkan pengobatan komplementer dengan mendatangi rumah ibu sebagai jawaban atas keluhan ibu nifas di atas. Dengan memberikan pijat oksitosin, perawatan tambahan dapat digunakan untuk mengatasi masalah menyusui seperti rendahnya kualitas ASI (Asih, 2018). Mengajari ibu dan keluarga cara merawat payudara dan menyusui dengan benar dilakukan sebagai bagian dari pengobatan komplementer terhadap nyeri pada puting. Cara menyusui yang salah, cara melepas puting, dan penggunaan bra yang ketat berpotensi menjadi penyebab puting nyeri. Kurang tidur menyebabkan badan cepat lelah, pegal-pegal, dan tidak semangat, hal ini merupakan keluhan umum yang sering dikeluhkan para ibu baru. Pijat adalah salah satu jenis pengobatan komplementer yang bisa ditawarkan.

UCAPAN TERIMA KASIH (Bila Perlu)

-

DAFTAR PUSTAKA

- Asih, Y. (2018). Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 13(2), 209
- Astutik, S. (2015). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Jakarta : Erlangga
- Hutagaol. (2019). Hubungan Dukungan Suami dengan Kemauan Ibu Memberikan ASI Eksklusif di Puskesmas Tuminting Kecamatan Tuminting. *Ejournal Keperawatan (e-Kp)*, 3(1), 1–7
- Kostania, G. (2015). Pelaksanaan Pelayanan Kebidanan Komplementer Pada Bidan Praktek Mandiri Di Kabupaten Klaten. *Gaster*, XII(1)
- Yuliyani, Y. (2019). Karakteristik Ibu Dan Post Natal Treatment (PNT) Berhubungan Dengan Terjadinya Postpartum Blues. *Care : Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 7(2), 69–75

- Yunarsih, R. D. dan (2018). Penerapan Pijat Oksitoksin dalam Meningkatkan Produksi ASI Ibu Postpartum. *Journals of Ners Community*, 9(1), 8-14
- Dhany Dahniarti, Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di Puskesmas WOHA BIMA, STIKES Yahya Bima, 2017.
- Rukiyah Ai. Asuhan Kebidanan Pada Ibu Masa Nifas. 1st ed. Wahyuahmad, editor. Jakarta timur: cv. trans info medika; 2018.
- Rusdiarti. (2014). Pengaruh Pijat Oksitosin Pada Ibu Nifas Terhadap Pengeluaran ASI di Kabupaten Jember. Akademi Kebidanan Jember.
- Syafrudin dkk. 2011. Untaian Materi Penyuluhan KIA (Kesehatan Ibu Dan Anak). Jakarta : CV. Trans Info Media.