

PENGALAMAN PERAWATAN DIRI PADA IBU POSTPARTUM PASKA BEDAH SESAR

Eni Haryati

Akademi Keperawatan Buntet Pesantren Cirebon

email: eniharyati81@gmail.com

ABSTRAK

Ibu paska bedah sesar membutuhkan perhatian yang khusus dalam melakukan perawatan diri untuk pemulihan kesehatan fisik dan psikologis. Namun pada kenyataannya fenomena yang ditemukan terdapat pembatasan dalam melakukan perawatan diri selama masa nifas dan menyusui. Tujuan penelitian ini mendeskripsikan pengalaman ibu paska bedah sesar melakukan perawatan diri di Cirebon. Penelitian fenomenologi ini melibatkan tujuh partisipan melalui wawancara mendalam. Hasil penelitian mengidentifikasi tujuh tema yaitu kebutuhan perawatan diri ibu postpartum, asupan nutrisi yang dipantang dan dianjurkan pada ibu; kemampuan ibu dalam merawat bayi; keterlibatan keluarga dalam perawatan bayi; Aktivitas yang dilakukan ibu pada minggu pertama paska bedah sesar; Upaya ibu dalam meningkatkan produksi ASI; dan harapan terhadap petugas kesehatan. Penelitian merekomendasikan bahwa pentingnya pemberian informasi pada ibu dan keluarga dengan pendekatan aspek budaya.

Keywords: Paska bedah sesar, pengalaman, perawatan diri

PENDAHULUAN

Ibu pada masa nifas terutama pada primipara sering mengalami kebingungan dalam melakukan perawatan diri pada masa nifas. Ibu merasa bingung bagaimana merawat luka perineum, perawatan payudara, cara menyusui dan hal lain yang berkaitan dengan kebutuhan masa nifas (Brown, 2008). Hal ini jika tidak ditangani dengan baik oleh petugas ruang nifas akan beresiko menimbulkan dampak ketidakpercayaan ibu dalam merawat bayi dandirinya. Ketidakpercayaan diri dan ketidakmampuan ibu dalam merawat bayinya dapat menjadi penghambat dalam memberikan perawatan dan membentuk hubungan baik dengan bayinya, padahal kedekatan dan sentuhan ibu dengan bayinya merupakan rangsangan yang dapat meningkatkan produksi ASI. Dampak yang terjadi jika kepercayaan diri ibu kurang adalah gangguan psikologis seperti depresi (Covic, 2012).

Dalam masa nifas dapat timbul berbagai masalah yang mengganggu kesehatan ibu, bayi yang diasuhnya,

bahkan keluarga. Keluhan yang muncul dapat berupa pembengkakan payudara, gatal pada bagian perut, gatal pada perineum, keputihan dan kelelahan. Dengan demikian kebutuhan perawatan selama nifas masih cukup tinggi.

Peran perawat maternitas mempunyai peran yang sangat penting dalam fase ini, yaitu memberikan pendidikan kesehatan tentang perawatan masa nifas sehingga ibu dapat melaksanakan perawatan mandiri baik untuk dirinya sendiri maupun bayinya. Selain itu, jika terjadi komplikasi pada masa nifas dan tidak diidentifikasi lebih dini dapat berakibat fatal terhadap ibu mengganggu kemampuannya dalam merawat bayi secara optimal bahkan dapat berakibat kematian.

Pada persalinan seksio sesarea berbeda dengan persalinan normal, ibu dengan paska bedah sesar membutuhkan perhatian yang khusus dalam melakukan perawatan diri untuk pemulihan kesehatan fisik dan psikologis. Namun pada kenyataannya fenomena yang ditemukan dari hasil beberapa penelitian baik di luar

negeri maupun di Indonesia pada ibu paska bedah sesar terdapat pembatasan dalam melakukan perawatan diri selama masa nifas dan menyusui.

Hasil pengamatan peneliti pada tanggal 9 - 15 Februari 2020 di ruang nifas, beberapa ibu paska bedah sesar terlihat menyisakan makanan yang disajikan di ruangan seperti telur, ikan, dan daging yang memiliki tinggi protein selain hal tersebut Ibu masih takut melakukan mobilisasi dan memilih untuk berbaring. Berdasarkan fenomena diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian yang berkaitan dengan bagaimana pengalaman ibu paska bedah sesar dalam melakukan perawatan diri dirumah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologi dengan jumlah partisipan tujuh ibu paska bedah sesar yang berada di daerah Cirebon.

Beberapa prinsip etik penellitian diterapkan pada penelitian ini. Prinsip beneficence yang dilakukan dengan memberikan penjelasan secara mendetail mengenai tujuan dan memberikan kebebasan kepada partisipan untuk memilih tempat dan waktu pelaksanaan wawancara. Prinsip confidentiality diterapkan dengan mencantumkan kode partisipan tanpa mencantumkan nama. Partisipan diberikan informed consent dan ditandatangani sebagai bentuk persetujuan untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian yang merupakan penerapan dari prinsip respect of human dignity.

Pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara mendalam dengan pertanyaan terbuka yang direkam dengan menggunakan perekam suara berupa ICrecorder. Wawancara pada penelitian ini menggunakan jenis wawancara semi struktur dengan pertanyaan terbuka. Selanjutnya data yang

terkumpul dilakukan analisa dengan Thematic Content Analysis.

Keabsahan data terhadap hasil temuan dalam penelitian ini dilakukan untuk memperoleh akredibilitas dengan melakukan konfirmasi dan klarifikasi terhadap berbagai hal yang telah diceritakan oleh partisipan. Pengecekan kembali hasil transkrip untuk melihat kesesuaian dengan hasil rekaman dan catatan lapangan kemudian mengkonfirmasi dan mengklarifikasi hasil transkrip wawancara kepada partisipan.

Hasil penelitian yang berupa transkrip verbatim dimunculkan dalam laporan penelitian dapat menilai ketepatan peneliti menstransfer hasil penelitian. Pada proses melakukan dependability, hasil wawancara yang telah dibuat transkrip verbatim kemudian dianalisa dalam kata-kata kunci, kategori, dan tema dilakukan bersama dengan pembimbing.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik partisipan didapatkan data usia partisipan bervariasi dengan usia termuda 22 tahun dan usia tertua 35 tahun. Tingkat pendidikan satu orang partisipan lulusan SD, satu orang partisipan lulusan SMP, lima orang partisipan lulusan SMU. Pekerjaan partisipan tujuh orang partisipan sebagai ibu rumah tangga. Seluruh partisipan berasal dari suku Jawa.

Usia bayi 1-4 minggu, Enam partisipan memiliki riwayat persalinan Seksio Caesarea pertama kali dan satu partisipan memiliki pengalaman persalinan seksio caesarea dua kali. Sebagian besar partisipan tinggal dengan suami dan orang tua, hanya satu orang partisipan yang tinggal dengan suami.

Berdasarkan hasil analisa data penelitian dapat teridentifikasi tujuh tema yang menggambarkan pengalaman partisipan dalam melakukan perawatan diri setelah operasi sesar. Berikut adalah tema-tema yang teridentifikasi yaitu:

1. Kebutuhan perawatan diri ibu
Semua partisipan memiliki berbagai bentuk ketidaknyamanan fisik yang mereka alami setelah melahirkan termasuk rasa sakit akibat luka operasi caesar, pergelangan tangan dan ingin cepat memulihkan kondisi
Berikut contoh kutipan partisipan: “
“Saya ngrasain sakit pada luka operasi caesar di perut saya, ketika saya membungkuk untuk memandikan bayi, itu menyebabkan rasa sakit. (P6)
“.....rasa sakit di pergelangan tangan saya terasa kaku dan sakit ketika saya memutar tangan saya dan lebih sakit lagi kalau menggendong bayi di lengan, dan memegang payudara saya untuk menyusui”(P2)
“ Saya pengen lekas sembuh jahitannya supaya sakitnya hilang, biar bisa lebih bisa bergerak dan ngurusin bayi “ (P3)
2. Asupan nutrisi yang di pantang dan dianjurkan pada ibu paska bedah sesar
Tujuh partisipan melakukan pantang makan dan mengikuti anjuran setelah dilakukan tindakan operasi sesar. Jenis makanan utama yang dipantang ibu yaitu makanan yang mengandung tinggi protein hewani seperti jenis ikan, telur dan makanan yang mengandung santan. Adapun anjuran yang dimakan seperti sayuran, buah buahan. Jenis makanan yang dipantang tersebut dipahami ibu karena dapat berpengaruh terhadap kesembuhan luka jahitan dan ASI. Berikut contoh pernyataan partisipan:
:“kalau lahiran normal kan apa saja dimakan tapi kalau habis dioperasi saya tidak boleh makan ini dan itu, ya contohnya seperti telur, ikan gitu kan itu bikin gatal jahitannya..”(P1)
“kalau pagi makan bubur, sore nasi yang lembek kayak nasi tim, sayurnya bayam kadang daun katuk ga berani makan yang macem-macem bisa berabe ke badan kitanya, dari pada nanti kenapa kenapa “ (P4)
3. Mobilisasi pada minggu pertama dilakukan dengan bantuan keluarga
Enam partisipan dalam penelitian ini menyatakan bahwa kegiatan untuk mobilisasi dan menyusui pada minggu pertama paska bedah sesar dilakukan dengan bantuan anggota keluarga baik suami maupun orangtua.
Berikut contoh kutipan partisipan “
Kalau mau ke toilet engga berani sendiri minta dipegangi sama suami soalnya masih sakit jahitannya”(P2).
4. Kemampuan ibu dalam merawat bayi
Lima partisipan menyatakan khawatir berhubungan dengan perawatan bayi baru lahir. Berikut contoh kutipan partisipan
” Saya khawatir dede nangis terus karena ASI belum keluar sampai empat hari jadi saya kasih susu formula sampai nunggu ASI keluar” (P4)
“masih takut mbak ga berani ngerawat tali pusarnya, khawatir lepas dan berdarah”(P2)
5. Dukungan keluarga dalam perawatan diri ibu dan bayi
Enam partisipan menyatakan suami dan orangtua membantu dalam memenuhi kebutuhan dan merawat bayinya. Berikut contoh kutipan partisipan:
“Seminggu pertama pulang dari Rumah Sakit saya belum bisa bangun dan duduk sendiri, masih dibantu suami “(P2)
“ ...ngurusin bayi seperti mandiin, ngerawat tali pusat bayi saya saat itu dibantu sama orang tua karena saya belum bisa masih ngrasain sakit jahitan operasi”(P4)
“ Setiap harinya sampai hari keempat puluh, ibu saya yang menyediakan dan mengatur makanan buat saya”(P1)
6. Upaya ibu dalam meningkatkan produksi ASI
Enam partisipan melakukan upaya untuk meningkatkan produksi ASI dengan cara memperbanyak asupan

sayuran khususnya sayur daun katuk, minum susu dan pelancar ASI. Berikut contoh kutipan partisipan: "saya makan daun katuk biar susunya bertahan lama biar ASI nya bagus lancar, bisa bertahan sampe 2 tahun"(P4)

"...biar ASI nya tambah banyak saya minum ASI Vit dari resep dokter"(P2)

7. Ibu menyusui paska bedah sesar mengharapkan adanya pendidikan kesehatan tentang nutrisi dan peningkatan sikap serta perhatian dari petugas kesehatan.

Empat partisipan dalam penelitian ini menyatakan keinginan untuk mendapatkan informasi yang berhubungan dengan nutrisi setelah operasi sesar dari petugas kesehatan. Berikut contoh kutipan partisipan; "...jadi pengenya saya sih bidan disini lebih sering ngasih tau dan jelas biar lebih membuka pengetahuan apa yang disampekan agar bisa diterima masyarakat (P1)

Pembahasan

Hasil penelitian pada penelitian ini didukung penelitian kualitatif Xiao (2019) teridentifikasi salah satu tema tentang kebutuhan perawatan diri pada ibu postpartum yaitu adanya ketidaknyamanan fisik yang dialami ibu pada periode postpartum diantaranya keluhan nyeri pada luka post operasi sesar/ nyeri perineum, nyeri puting susu, nyeri pinggang, pergelangan tangan dan harapan ibu terhadap pemulihan kondisi.

Pada penelitian ini aktivitas mobilisasi ibu masih dibantu selama minggu pertama postpartum. Hal tersebut didukung dengan hasil penelitian Kusumaningrum (2020) bahwasanya dukungan keluarga dapat meningkatkan kepercayaan diri ibu paska bedah sesar untuk melakukan mobilisasi

Mobilisasi sangat penting dalam percepatan hari rawat dan mengurangi resiko-resiko karena tirah baring lama

seperti terjadinya dekubitus, kekakuan/penegangan otot-otot di seluruh tubuh dan sirkulasi darah dan pernapasan terganggu, juga adanya gangguan peristaltik maupun berkemih (Reeder, 2011)

Sering kali dengan keluhan nyeri di daerah operasi klien tidak mau melakukan mobilisasi ataupun dengan alasan takut jahitan lepas klien tidak berani merubah posisi.

Penelitian kualitatif yang dilakukan Bandyopadhyay (2009) teridentifikasi salah satu tema mengenai jenis makanan yang dihindari pada ibu nifas selama menyusui yaitu jenis sayuran hijau, sayuran tinggi serat, pisang, telur, ikan laut, lemon, jeruk, anggur, makanan pedas, merica, yoghurt, dan makanan berminyak.

Makanan yang dianggap baik dan dikonsumsi tiap hari oleh ibu berdasarkan hasil penelitian ini adalah sayuran, buah dan jenis protein nabati seperti tahu tempe. Meskipun ibu menghindari asupan protein hewani seperti telur dan ikan, akan tetapi menggantinya dengan asupan tahu dan tempe. Sesuai dengan hasil penelitian Khomson (2006) yang membandingkan kebiasaan makan masyarakat di daerah Bogor dan Indramayu diketahui bahwa sebagian besar masyarakat Bogor memiliki kebiasaan makan dua kali sehari, dengan lauk pauk yang sering dikonsumsi adalah tahu, tempe yaitu 4 kali dalam seminggu, ikan telur kadang-kadang sedangkan daging jarang dikonsumsi.

Sebagian besar partisipan periode awal postpartum pada penelitian ini menyatakan khawatir berkaitan dengan perawatan bayi baru lahir baik dalam pemberian ASI, perawatan tali pusat sesuai dengan hasil penelitian Xiao (2019) sebagian ibu mempunyai pengalaman cemas dan khawatir berhubungan dengan kegiatan dalam perawatan bayi baru lahir seperti dalam pemberian makanan, pemberian ASI, perubahan kulit bayi, perawatan eliminasi bayi.

Dengan demikian peran petugas

kesehatan sangatlah penting dalam memberikan pengetahuan tentang perawatan diri dan bayi pada ibu postpartum. (Tully, 2017).

Dukungan dari anggota keluarga sangat penting bagi ibu, hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Fahey (2013) yang menyatakan bahwa peran penting dukungan dari suami dalam pemulihan pasca persalinan ibu dan dalam perawatan nifas. Pentingnya dukungan pada ibu postpartum dari anggota keluarga sangat penting untuk diperhatikan.

Pada penelitian ini ibu paska bedah sesar melakukan berbagai upaya dalam mengatasi produksi ASI dengan tujuan agar ibu tetap dapat memberikan ASI pada bayinya meskipun telah diberikan PASI. Upaya yang dilakukan oleh ibu dalam meningkatkan produksi ASI dengan memperbanyak konsumsi sayuran daun katuk, makan buah bengkoang, minum susu ibu menyusui dan minum pelancar ASI. Hal tersebut didukung oleh penelitian Nurliawati (2010) dan Haryati (2015) menyatakan bahwa makanan yang dikonsumsi ibu berpengaruh secara signifikan terhadap produksi ASI.

Berdasarkan hasil penelitian ini, ibu berpendapat dengan memperbanyak sayur daun katuk dan minum pelancar ASI seperti ASI vit yang mengandung ekstrak daun katuk akan meningkatkan produksi ASI. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian Sa'roni, Tonny, Mochamad, dan Zulaela (2004) menyatakan bahwa pemberian ekstrak daun katuk pada ibu melahirkan dan menyusui dapat meningkatkan produksi ASI.

Produksi ASI sangat dipengaruhi oleh makanan yang di makan ibu, apabila ibu makan secara teratur dan cukup mengandung gizi yang diperlukan akan dapat mempengaruhi produksi ASI, karena kelenjar pembuat ASI tidak dapat bekerja dengan sempurna tanpa makanan yang cukup (Kristiyansari, 2009). Hal ini sesuai hasil penelitian Bandyopadhyay (2009) yang menyatakan bahwa ibu mengkonsumsi makanan tertentu seperti

susu, mentega yang dipercaya dapat meningkatkan kesehatan ibu.

Berdasarkan hasil penelitian ini bahwa ibu mempunyai harapan besar terhadap petugas kesehatan. Harapan tersebut berkaitan dengan adanya pemberian informasi tentang nutrisi pada ibu setelah operasi sesar agar informasi yang disampaikan dapat dipahami dengan jelas oleh ibu. Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian Budiarti (2010) menyatakan bahwa pengetahuan ibu merupakan faktor yang paling mempengaruhi perilaku asupan makanan, maka perlu adanya pendidikan kesehatan untuk merubah perilaku ibu dalam berpantang makan pada masa postpartum.

Keterbatasan pada penelitian ini adalah tidak dideskripsikannya aspek budaya secara mendalam tentang pantang makan yang dilakukan pada masyarakat tempat tinggal ibu. Keterbatasan selanjutnya yaitu dalam variasi latar belakang pemilihan partisipan kurang heterogen.

Implikasi dari hasil penelitian bagi perawat dan tenaga kesehatan lainnya diharapkan dapat memberikan informasi terkait perawatan diri bagi ibu dan perawatan bayi sesuai dengan kebutuhan ibu dan sebaiknya dapat mengakomodir budaya yang dianut ibu sebagai salah satu faktor yang mendukung perilaku ibu dalam memenuhi kebutuhan post partum. Dengan demikian sangatlah penting peran perawat maternitas dalam memberikan informasi dan edukasi terkait kebutuhan perawatan ibu dan bayi pada periode postpartum. Berdasarkan hasil penelitian Haryati (2019) yang menyatakan bahwa pemberian pendidikan kesehatan tentang perawatan mandiri bagi ibu postpartum dapat meningkatkan perilaku ibu dalam memenuhi perawatan diri ibu dan bayi secara mandiri.

KESIMPULAN DAN SARAN

Secara keseluruhan fenomena yang didapatkan pada penelitian memberikan suatu gambaran pengalaman melakukan

perawatan diri pada ibu paska bedah sesar.

Saran untuk petugas kesehatan agar dapat memberikan informasi kepada ibu, keluarga dan masyarakat tentang pentingnya perawatan ibu dan bayi bagi ibu paska bedah sesar. Penelitian ini dapat dilanjutkan oleh peneliti berikutnya menggunakan metode kualitatif dengan mengambil topik perbedaan pengalaman perawatan diri yang dilakukan antara ibu dengan persalinan normal dan paska bedah sesar.

UCAPAN TERIMAKASIH

Kami ucapkan terima kasih kepada segenap civitas akademik Keperawatan Buntet Pesantren Cirebon, Pihak RSUD Gunung Jati Cirebon dan semua partisipan yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandyopadhyay, M. (2009). Impact of ritual pollution on lactation and breastfeeding practices in rural West Bengal, India. *International Breastfeeding Journal*,4,2. doi:10.1186/1746-4358-4-2
- Budiyarti, Y. (2010). Hubungan perilaku berpantang makanan selama masa nifas dengan status gizi ibu di Banjarmasin. (Tesis magister, tidak dipublikasikan). FIK-Universitas Indonesia, Depok, Jawa Barat, Indonesia
- Chen, et al . (2014). Dietary changes during pregnancy and the postpartum period in Singaporean Chinese, Malay and Indian women: the GUSTO birth cohort study. *Public Health Nutrition*,1-9. Doi: 10.1017/S136898001300173
- Direktorat Jenderal Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak. (2013). Pedoman gizi seimbang 2014. Kementerian Kesehatan RI. Diperoleh pada tanggal 24 Desember 2014 dari <http://gizi.depkes.go.id/pgs-2014-2>.
- Fahey JO, Shenassa E. Understanding and meeting the needs of women in the postpartum period: the perinatal maternal health promotion model. *J Midwifery Women's Health* 2013; 58(6): 613–621. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/jmwh.12139>.
- Haryati, E. (2015). Pengalaman pantang makan pada ibu mneyusui paska bedah sesar diunduh dari <https://ejournal.akperypib.ac.id/wp-content/uploads/2015/10/MEDISIN-A-Jurnal-Keperawatan-dan-Kesehatan-Volume-I-Nomor-2-Juli-2015.pdf>
- Khomsan, A., Anwar, F., Sukandar, D., Riyadi, H., & Mudjajanto, E.,S. (2006). Studi tentang pengetahuan gizi ibu dan kebiasaan makan pada rumah tangga di daerah dataran tinggi dan pantai. *Jurnal Gizi dan Pangan*. 1(1): 23-28. Diperoleh pada tanggal 12 Oktober 2014 dari <http://repository.ipb.ac.id/handle/123456789/52472>
- Kusumaningrum (2020). Improvement Of Self Efficacy On Early Mobilization Capabilities In Post Sectio Caesaria. *Jurnal Midpro* 12 (1). Diperoleh pada tanggal 10 Juli 2020 dari <http://jurnalkesehatan.unisla.ac.id/index.php/midpro/issue/view/20>
- Lee, A., & Brann, L. (2014). Influence of cultural beliefs on infant feeding, postpartum and childcare practices among Chinese-American Mothers in new york city. *Community Health Journal*. Doi 10.1007/s10900-014.9959.y
- Nurliawati, E. (2010). Faktor faktor yang berhubungan dengan produksi ASI pada ibu paska seksio di wilayah Jakarta Timur. Tesis, FIK-UI. Tidak dipublikasikan
- Riskesdas, (2010). Laporan Perkembangan Status Kesehatan Masyarakat Indonesia. Diperoleh pada tanggal 28 Oktober 2014

dari <http://litbang.depkes.go.id>

- Sa'roni, Tonny, S., Mochamad, S., dan Zulaela.(2004). Effectiveness of the Saoropus Androgynus (L.)merr leaf extract in increasing mother's breast milk production. Media Litbang Kesehatan. (14),3. Diperoleh pada tanggal 15 Januari 2015 dari <http://bpk.litbang.depkes.go.id/index.php/MPK/article/viewFile/903/817>
- Tully KP, Stuebe AM, Verbiest SB. The fourth trimester: a critical transitionperiod with unmet maternal health needs. Am J Obstet Gynecol 2017; 217: 37–41. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ajog.2017.03.032>.
- Xiao et al. (2020). The Experiences of early postpartum Shenzhen mothers and their need for home visit services: qualitative exploratory study. BMC Pregnancy and Childbirth.<https://doi.org/10.1186/s12884-019-2686-8>