

OPTIMALISASI PERAN SUAMI DALAM PERAWATAN IBU POST PARTUM DI RUMAH

Viki Yusri^{1*}, Yulia Arifin², Wira Iqbal³, Defrima Oka Surya⁴, Dimas Prayoga⁵,
Rima Ermayanti⁶, Ratu Widuri⁷, Rizki Ami Naila⁸

^{1,3,4,5,6,7,8} Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Kesehatan dan Sains, Universitas Mercubaktijaya

³ Program Studi S1 Kebidanan, Fakultas Kesehatan dan Sains, Universitas Andalas

*e-mail: vikiyusri80@gmail.com

Abstrak

Masa postpartum merupakan periode kritis yang membutuhkan dukungan keluarga, terutama suami, untuk memastikan pemulihan fisik dan psikologis ibu berlangsung optimal. Namun, keterlibatan suami dalam perawatan postpartum masih sering terbatas akibat minimnya literasi kesehatan, norma budaya, dan kurangnya intervensi edukatif yang berfokus pada pasangan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan keterlibatan suami dalam perawatan ibu pada masa nifas melalui edukasi yang terprogram. Kegiatan dilaksanakan di Praktik Mandiri Bidan Netti dengan metode edukasi dan demonstrasi keterampilan perawatan nifas. Evaluasi dilakukan melalui pretest dan posttest untuk menilai peningkatan pengetahuan suami. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan suami mengenai perawatan nifas dimana saat pretest hanya 13,3% suami yang memiliki pengetahuan baik dan saat posttest 86,7% suami memiliki pengetahuan baik. Dapat disimpulkan bahwa edukasi pada suami ibu post partum meningkatkan pengetahuan serta partisipasi suami dalam perawatan ibu post partum. Bagi bidan dan perawat, diharapkan secara aktif mengembangkan program edukasi yang melibatkan suami sejak masa antenatal hingga postpartum melalui kelas persiapan persalinan, konseling pasangan, dan kunjungan rumah yang berfokus pada tanda bahaya, dukungan emosional, serta praktik perawatan ibu dan bayi.

Kata kunci: Suami, Perawatan, Post-Partum

Abstract

The postpartum period is a critical period that requires family support, especially the husband, to ensure optimal physical and psychological recovery for the mother. However, husbands' involvement in postpartum care is often limited due to poor health literacy, cultural norms, and a lack of partner-focused educational interventions. This community service activity aims to improve husbands' knowledge, skills, and involvement in postpartum maternal care through programmed education. The activity was conducted at Midwife Netti's Independent Practice, using education and demonstration methods for postpartum care. Evaluation was conducted through pre- and post-tests to assess the increase in husbands' knowledge. The results showed a significant increase in husbands' knowledge regarding postpartum care, with only 13.3% of husbands having good knowledge at the pre-test and 86.7% of husbands having good knowledge at the post-test. It can be concluded that education for husbands of postpartum mothers improves their knowledge and participation in postpartum maternal care. Midwives and nurses are expected to actively develop educational programs that involve husbands from antenatal to postpartum through childbirth preparation classes, couples counseling, and home visits focusing on danger signs, emotional support, and maternal and infant care practices.

Keywords: Husband, Care, Post-Partum

PENDAHULUAN

Periode postpartum merupakan fase krusial yang menuntut perhatian khusus terhadap kesehatan ibu. Pada masa ini terjadi berbagai proses pemulihan organ reproduksi, penyesuaian hormonal, adaptasi psikologis, serta dimulainya proses menyusui (Bick et al., 2021). Ketidakmampuan ibu untuk mengatasi perubahan tersebut dapat memicu komplikasi kesehatan yang berdampak pada kualitas hidup ibu dan bayi. Karena itu, dukungan keluarga, terutama suami, memiliki peran strategis dalam menciptakan lingkungan yang aman, nyaman, dan sehat bagi ibu. Keterlibatan suami dalam kesehatan maternal semakin mendapatkan perhatian dalam kebijakan global. WHO (2022) menegaskan bahwa partisipasi suami dalam perawatan postpartum bukan hanya meningkatkan kesehatan ibu, tetapi juga berkontribusi pada keberhasilan menyusui, penguatan hubungan keluarga, dan perkembangan anak. Dukungan suami mencakup berbagai aspek, mulai dari pemberian nutrisi yang adekuat, perawatan

kebersihan perineum, pemantauan tanda bahaya, hingga dukungan emosional sehari-hari (Shorey et al., 2018). Namun, dalam berbagai studi ditemukan bahwa keterlibatan suami masih tergolong rendah. Kurangnya pemahaman tentang perawatan postpartum, anggapan bahwa perawatan ibu adalah tanggung jawab perempuan, serta budaya yang menempatkan suami hanya sebagai pencari nafkah menjadi hambatan yang sering ditemukan (Tokhi et al., 2018). Kondisi ini diperburuk oleh minimnya program edukasi yang secara khusus menargetkan suami sebagai bagian dari sistem pendukung maternal.

Mitra dalam kegiatan ini adalah Praktik Mandiri Bidan (PMB) Netti yang beralamat di Lapau Manggis, Balai Baru Kelurahan Gunung Sarik, Padang. Salah satu pelayanan di PMB Netti adalah pelayanan hamil dan bersalin. Jumlah kunjungan ibu hamil dalam sehari cukup tinggi dan dikenal dengan pelayanan yang ramah pada masyarakat. Jumlah kunjungan ibu hamil di PMB ini berkisar antara 5 – 10 orang dan jumlah pasien yang rawat inap bersalin berkisar antara 3 – 5 orang. Salah satu permasalahan mitra adalah masih terbatasnya program edukasi yang sudah dijalankan. Hasil wawancara dengan pemilik PMB didapatkan informasi bahwa PMB telah menjalankan program edukasi kepada ibu hamil selama kehamilan terkait perawatan kehamilan, persiapan kehamilan dan nifas. Namun, di dalam program edukasi tersebut masih berfokus kepada edukasi kepada Ibu saja tanpa melibatkan suami sehingga keterlibatan suami dalam perawatan istri setelah bersalin masih sebatas pendamping saja.

Wawancara dengan ibu nifas didapatkan informasi bahwa di awal persalinan mengalami kelelahan karena harus mengurus bayi dan pekerjaan rumah sendiri. Ibu merasa tidak dipahami oleh pasangan mereka. Ibu menyatakan kurang istirahat karena merawat bayi dan juga pekerjaan rumah. Peran suami terbatas pada pemenuhan kebutuhan materi sementara kebutuhan emosional, fisik dan dukungan seringkali terabaikan. Mayoritas suami (60%) menyerahkan tanggung jawab perawatan istri kepada keluarga perempuan.

Optimalisasi peran suami dalam perawatan postpartum di rumah menjadi sebuah kebutuhan mendesak. Intervensi edukatif dapat meningkatkan kemampuan suami dalam merawat ibu, mendeteksi kondisi berisiko, dan memberikan dukungan emosional yang memadai (Pilkington et al., 2020). Pendekatan berbasis keluarga juga terbukti meningkatkan efikasi diri suami dan menciptakan lingkungan rumah yang lebih kondusif bagi pemulihan ibu (Lau et al., 2019).

Berdasarkan permasalahan mitra maka kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi dan pemberdayaan suami menjadi langkah strategis untuk mengurangi risiko komplikasi nifas dan meningkatkan kesejahteraan ibu dan bayi secara berkelanjutan. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan keterlibatan suami dalam perawatan ibu pada masa nifas melalui edukasi yang terprogram.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Klinik Netti pada bulan September – Oktober 2025. Kegiatan dilakukan melalui metode edukasi, ceramah dan demonstrasi pada suami ibu post partum yaitu sebanyak 15 orang. Tahapan kegiatan dilakukan mulai dari persiapan, implementasi, pendampingan, evaluasi dan keberlanjutan program. Rincian kegiatan yang dilakukan yaitu :

- a. Tahap persiapan : pada tahap ini dilakukan pertemuan tim dan mitra untuk mensosialisasikan kegiatan yang akan dilaksanakan. Tim dan mitra berdiskusi untuk mengidentifikasi kebutuhan mitra dan harapan mitra dari kegiatan yang akan dilaksanakan. Pada tahap ini juga dilakukan pembuatan flipbook digital tentang perawatan nifas.
- b. Tahap implementasi : pada tahap ini dilakukan edukasi tentang perawatan nifas pada kelompok suami dan praktik keterampilan dasar perawatan nifas
- c. Tahap pendampingan : pada tahap ini dilakukan kunjungan rumah dan pendampingan untuk mengevaluasi dampak program secara langsung.
- d. Tahap evaluasi dan keberlanjutan program : pada tahap ini dievaluasi pengetahuan dan keterampilan suami terkait perawatan nifas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pelaksanaan kegiatan yang telah dilakukan pada tahap persiapan yaitu telah dilakukan pertemuan tim dan mitra untuk mensosialisasikan kegiatan yang akan dilaksanakan. Pada tahap ini juga dilakukan pembuatan flipbook dengan tujuan tersedianya media edukasi interaktif yang dapat

dimanfaatkan oleh mitra yaitu TPMB Netti dan oleh sasaran yaitu kelompok suami ibu nifas. Hasil kegiatan yang didapatkan pada tahap persiapan yaitu mitra mendapatkan pemahaman yang sama tentang kegiatan pengabdian serta tersedianya media edukasi yang interaktif yang dapat dimanfaatkan oleh mitra. Pada tahap implementasi kegiatan telah dilakukan rangkaian kegiatan edukasi tentang perawatan nifas pada kelompok suami dan praktik keterampilan dasar perawatan nifas. Edukasi dan demonstrasi juga dilakukan terkait dengan keterampilan suami dalam perawatan nifas seperti pijat oksitosin. Pada tahap pendampingan suami didapatkan hasil suami mampu menerapkan keterampilan perawatan nifas yang telah diajarkan. Dokumentasi kegiatan yang telah dilakukan dapat dilihat pada gambar berikut :



Gambar 1. Kegiatan Edukasi pada Suami Ibu Post Partum



Gambar 2. Foto Bersama Tim dengan Mitra dan Sasaran

Pada tahap evaluasi kegiatan telah dilakukan penilaian pre dan post test terhadap pengetahuan suami tentang perawatan nifas. Hasil evaluasi pengetahuan suami sebelum dan setelah diberikan edukasi dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Suami Ibu Post-partum tentang Perawatan Nifas Sebelum dan Sesudah Pelaksanaan Program PKM (n = 15)

No	Pengetahuan	Pre-test		Post-test	
		n	%	n	%
1	Baik	2	13,3	13	86,7
2	Kurang baik	13	86,7	2	13,3
Total		15	100	15	100

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa setelah dilakukan kegiatan PKM terdapat peningkatan pengetahuan suami setelah diberikan edukasi dan pelatihan. Sebelum pelaksanaan PKM hanya 13,3% suami yang memiliki pengetahuan baik tentang perawatan nifas. Setelah dilakukan edukasi dan pelatihan melalui pelaksanaan PKM didapatkan peningkatan pengetahuan suami dimana 86,7% suami memiliki pengetahuan yang baik tentang perawatan nifas.

Hasil kajian dan berbagai temuan penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan suami dalam perawatan ibu postpartum merupakan faktor penting yang sangat memengaruhi proses pemulihan

fisik, kesehatan mental, dan keberhasilan menyusui. Masa postpartum adalah periode yang rentan bagi ibu, di mana terjadi perubahan hormonal, mobilitas terbatas, kebutuhan dukungan emosional meningkat, serta risiko komplikasi obstetri tetap tinggi hingga enam minggu setelah persalinan (Bick et al., 2021). Dalam konteks inilah dukungan suami menjadi sangat krusial karena suami merupakan orang terdekat yang memiliki pengaruh langsung terhadap kondisi ibu di rumah.

Dukungan suami terbukti membantu mempercepat pemulihan fisik ibu postpartum melalui pemberian bantuan dalam aktivitas sehari-hari, pemenuhan kebutuhan nutrisi, perawatan kebersihan, dan memastikan ibu cukup istirahat. Lau et al. (2019) menemukan bahwa keterlibatan suami dalam perawatan postpartum meningkatkan kepatuhan ibu terhadap anjuran kesehatan dan mempercepat penyembuhan luka perineum atau section caesarea. Suami yang teredukasi dengan baik mampu membantu memantau tanda bahaya postpartum seperti perdarahan berlebihan, demam, nyeri tak wajar, atau gangguan laktasi. Selain itu, keterlibatan suami dalam pengaturan pola makan dan hidrasi ibu memberikan dampak positif terhadap pemulihan energi serta mendukung keberhasilan menyusui. Dukungan ini konsisten dengan rekomendasi WHO (2022) bahwa keluarga, terutama suami, memiliki peran dalam memastikan ibu memperoleh makanan bergizi dan lingkungan yang mendukung kesehatan pasca persalinan.

Aspek psikologis menjadi komponen penting dalam kesehatan ibu postpartum. Beban emosional, kecemasan, dan perubahan hormonal dapat memicu baby blues hingga depresi postpartum. Shorey et al. (2018) melaporkan bahwa depresi postpartum dialami oleh 10–20% ibu baru dan salah satu faktor protektif terpenting adalah dukungan sosial yang kuat, terutama dari suami. Dukungan emosional suami berupa komunikasi yang positif, empati, dan keterlibatan dalam pengasuhan bayi mampu menurunkan tingkat stres ibu. Pilkington et al. (2020) juga menekankan bahwa intervensi yang melibatkan suami dalam memberikan dukungan psikologis terbukti meningkatkan bonding keluarga dan mengurangi risiko gangguan kesehatan mental postpartum.

Temuan lokal di Indonesia pun menunjukkan fenomena serupa. Pratami et al. (2021) menemukan bahwa ibu yang mendapatkan dukungan suami yang baik memiliki kualitas kesehatan mental lebih stabil dan tingkat kecemasan lebih rendah dibandingkan ibu yang kurang mendapat dukungan. Studi tersebut menekankan bahwa kurangnya pemahaman suami tentang perubahan emosional ibu postpartum sering menyebabkan konflik rumah tangga serta rendahnya kesiapan keluarga menghadapi masa nifas.

Walaupun peran suami terbukti penting, beberapa hambatan masih ditemukan dalam konteks budaya dan sosial. Budaya patriarki di sejumlah masyarakat menempatkan perawatan postpartum sebagai tanggung jawab perempuan, sehingga suami kurang terlibat dalam pengasuhan, pekerjaan rumah, atau dukungan emosional (Pratami et al., 2021). Selain itu, kurangnya literasi kesehatan dan minimnya program edukasi yang secara khusus dirancang untuk suami menyebabkan rendahnya pengetahuan mereka tentang perawatan postpartum. Optimalisasi peran suami memberikan dampak jangka panjang terhadap kesehatan ibu, bayi, dan keluarga. Suami yang terlibat mampu menurunkan angka komplikasi postpartum, mengurangi risiko depresi postpartum, serta meningkatkan kualitas hubungan keluarga.

SIMPULAN

Optimalisasi peran suami dalam perawatan ibu postpartum di rumah merupakan aspek krusial yang secara signifikan memengaruhi pemulihan fisik, kesehatan mental, dan keberhasilan menyusui pada masa nifas. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa dukungan suami baik berupa bantuan praktis, pemantauan tanda bahaya, dukungan emosional, maupun keterlibatan dalam pengasuhan bayi berperan sebagai faktor protektif yang mampu menurunkan risiko komplikasi postpartum dan depresi postpartum, sekaligus meningkatkan kualitas hubungan keluarga. Namun, rendahnya literasi kesehatan, hambatan budaya, dan minimnya program edukasi khusus bagi suami masih menjadi tantangan utama dalam implementasinya. Oleh karena itu, intervensi terstruktur melalui edukasi dan kunjungan rumah menjadi strategi penting untuk meningkatkan kapasitas dan kesiapan suami dalam mendukung istri pada masa postpartum. Upaya ini tidak hanya berkontribusi pada kesehatan ibu, tetapi juga memperkuat ketahanan keluarga dan mendukung pencapaian tujuan pembangunan kesehatan jangka panjang.

SARAN

Disarankan agar tenaga kesehatan, khususnya bidan dan perawat, secara aktif mengembangkan program edukasi yang melibatkan suami sejak masa antenatal hingga postpartum melalui kelas persiapan persalinan, konseling pasangan, dan kunjungan rumah yang berfokus pada tanda bahaya, dukungan emosional, serta praktik perawatan ibu dan bayi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih ditujukan kepada Yayasan MERCUBAKTIJAYA yang telah memberikan pendanaan dalam Program Pengabdian kepada Masyarakat, PMB Netti yang telah memfasilitasi kegiatan serta LPPM Universitas Mercubaktijaya yang telah memberikan dukungan dalam kegiatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Bick, D., Chang, Y. S., & MacArthur, C. (2021). Postpartum care: Current issues and future challenges. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4), 1–12. <https://doi.org/10.3390/ijerph18041432>
- Lau, Y., Ho-Lim, S., Wong, K. S., & Wang, Y. (2019). Father involvement in maternal and child health interventions: A systematic review. *Maternal and Child Health Journal*, 23, 134–146. <https://doi.org/10.1007/s10995-018-2591-0>
- Pilkington, P. D., Milne, L. C., Cairns, K., Lewis, J., & Whelan, T. A. (2020). Enhancing partner support for postpartum women: A systematic review. *Journal of Family Studies*, 26(2), 202–222. <https://doi.org/10.1080/13229400.2017.1366691>
- Pratami, R., Utami, S., & Agustina, D. (2021). Husband's support and postpartum maternal health: A cross-sectional study in Indonesia. *Journal of Public Health Research*, 10(3), 2230. <https://doi.org/10.4081/jphr.2021.2230>
- Shorey, S., Chee, C. Y. I., Ng, E. D., Chan, Y. H., Tam, W. W. S., & Chong, Y. S. (2018). Prevalence and incidence of postpartum depression among healthy mothers: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Psychiatric Research*, 104, 235–248. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2018.08.001>
- Tokhi, M., Comrie-Thomson, L., Davis, J., Portela, A., Chersich, M., & Luchters, S. (2018). Involving men to improve maternal and newborn health: A systematic review. *PLOS ONE*, 13(1), e0191620. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0191620>
- World Health Organization. (2022). Postnatal care for mothers and newborns: Highlights and key messages. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240053363>