

PEMBERDAYAAN KELUARGA DALAM PERAWATAN NIFAS

FAMILY EMPOWERMENT IN POSTPARTUM CARE

Elisa Ulfiana¹, Triana Sri Hardjanti², Mimi Ruspita³

¹²³*Department of Midwifery, Poltekkes Kemenkes Semarang, Indonesia*

Jl. Tirta Agung Pedalangan Banyumanik, Semarang, Jawa Tengah, Indonesia

Email: my_ulep@yahoo.com , trianash@yahoo.co.id , mimiruspita@gmail.com

ABSTRAK

Masa nifas adalah masa pulihnya kembali, mulai dari keluarnya plasenta sampai alat- alat produksi kembali seperti sebelum hamil. Lamanya nifas yaitu 6-8 minggu. Masa nifas dimulai sejak 1 jam setelah keluarnya plasenta sampai dengan 6 minggu. Perawatan diri pada masa nifas diperlukan karena pada masa nifas wanita akan banyak mengalami perubahan pada dirinya, baik fisik maupun psikologis. Kemandirian ibu nifas dalam merawat diri dipengaruhi oleh pengetahuan, motivasi, budaya, kepercayaan, pengalaman ibu, usia ibu, dukungan, tingkat kelelahan dan kondisi fisik ibu. Kurangnya perawatan diri pada ibu nifas dapat menyebabkan beberapa masalah kesehatan selama masa nifas. Pemberdayaan Keluarga adalah intervensi keperawatan yang dirancang dengan tujuan untuk mengoptimalkan kemampuan keluarga, sehingga anggota keluarga memiliki kemampuan secara efektif merawat anggota keluarga dan mempertahankan kehidupan mereka. Kegiatan akan dilakukan dengan cara memberikan pelatihan kepada keluarga yang diharapkan setelah dilakukannya kegiatan ini dapat meningkatkan peran keluarga dalam perawatan masa nifas di Wilayah Kerja Kelurahan Pudak Payung Kota Semarang. Dari hasil post test setelah dilakukan pelatihan didapatkan hasil akhir dengan responden yang melakukan perawatan masa nifas yang baik meningkat menjadi 18 responden (58,1%) dan yang melakukan perawatan masa nifas yang kurang baik menurun menjadi 13 responden (41,9%).

Kata Kunci : perawatan Nifas, Pemberdayaan Keluarga

ABSTRACT

The Postpartum period is a period of recovery, starting from the expulsion of the placenta until the reproductive organs return to their pre-pregnancy state. The duration of the puerperium is 6-8 weeks. The puerperium begins in the first 1 hour after the placenta is expelled up to 6 weeks. Self- care during the puerperium is needed because during the puerperium women will experience many changes in themselves, both physically and psychologically. The independence of postpartum mothers in caring of themselves is influenced by knowledge, motivation, culture, beliefs, mother's experience, mother's eg, support, level of fatigue and mother's physical condition. Lack of self-care in postpartum mother can cause several health problem during the puerperium. Family empowerment is a nursing intervention designed with the aim of optimizing the ability of families, so that family members have the ability to effectively care for family members and maintain their lives. The activity will be carried out by providing training to families which are expected after this activity can incrase the role the family in postpartum care in the Pudak Payung Urban Village Work Area, Semarang City. From the post test results after the training the final results showed that respondents who did good postpartum care increased to 18 respondents (58,1%) and those who did not postpartum care decreased to 13 respondents (41,9%).

Keywords : Postpartum Care, Family Empowerment

PENDAHULUAN

Pengabdian kepada seluruh masyarakat adalah kegiatan civitas akademis yang memanfaatkan ilmu pengetahuan dan teknologi untuk memajukan kesejahteraan masyarakat serta mencerdaskan kehidupan bangsa (UU Pendidikan Tinggi Mo.12 Tahun 2012).

Menurut *World Health Organization* (WHO) data dunia menunjukkan bahwa Angka Kematian Ibu (AKI) diseluruh dunia pada tahun 2015 sebesar 216 per 100.000 kelahiran hidup, ibu mengalami penurunan dibandingkan tahun 1990 sebesar 385 per 100.000 kelahiran hidup. Kematian ibu diartikan sebagai kematian seorang wanita selama kehamilan, melahirkan atau nifas dalam waktu 6 minggu setelah melahirkan (WHO, 2015). Target yang telah ditentukan oleh SDGs mengenai kematian ibu yaitu mengurangi angka kematian ibu hingga dibawah 70 per 100.000 kelahiran hidup (SDGs, 2015). Menurut laporan WHO tahun 2014 AKI di dunia yaitu 289.000 jiwa, Amerika Serikat yaitu 9300 jiwa, Afrika Utara 179.000 jiwa dan Asia Tenggara 16.000 jiwa. Angka Kematian Ibu di Indonesia pada tahun 2015 adalah 205 per 100.000 kelahiran hidup, hal ini menunjukkan penurunan dibandingkan pada tahun 2012 yaitu 359 per 100.000 kelahiran hidup (Kemenkes RI, 2016).

Jumlah kasus kematian ibu di Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2018 sebanyak 421 kasus, mengalami penurunan dibandingkan jumlah kasus kematian ibu tahun 2017 yang sebanyak 475 kasus. Dengan demikian Angka Kematian Ibu Provinsi Jawa Tengah juga mengalami penurunan

dari 88,05 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2017 menjadi 78,60 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2018.

Periode nifas merupakan salah satu periode kritis dalam proses kehidupan seorang perempuan maupun bayi dan merupakan masa sulit (Yunita Zumralita, 2011), diperkirakan 60% kematian ibu akibat kehamilan terjadi setelah persalinan, dan 50% kematian masa nifas terjadi dalam 25 jam pertama (Rahayu dkk, 2012). Bagi pasangan dengan anak pertama, akan menjadi pengalaman baru, baik bagi istri maupun suami, sehingga yang dirasakan adalah kebingungan, khususnya istri yang akan merasakan perasaan cemas, takut dan bahagia (Karanina dan Suyasa, 2005).

Perawatan diri pada masa nifas diperlukan karena pada masa nifas wanita akan banyak mengalami perubahan pada dirinya, baik fisik maupun psikologis. Hal ini penting dilakukan karena dapat memulihkan kesehatan umum ibu nifas dengan cara : penyediaan makanan bergizi, pengembalian darah yang kurang untuk menghilangkan anemia, pencegahan terhadap infeksi, pergerakan otot agar tonus otot menjadi lebih baik dan melancarkan peredaran darah. Manfaat yang lain adalah untuk memulihkan kesehatan emosi, mencegah ternyata infeksi, perdarahan dan komplikasi, dan memperlancar pembentukan ASI (Ibrahim, 1996). Kemandirian ibu nifas dalam merawat diri dipengaruhi oleh pengalaman ibu, usia ibu, dukungan, tingkat kelelahan dan kondisi fisik ibu (Bobak, 2004; Saleha, 2009). Kurangnya perawatan diri pada ibu nifas dapat menyebabkan masalah seperti : 1. infeksi nifas yang terdiri dari endometritis, peritonitis,

salpingitis, infeksi pada payudara, mastitis dan infeksi saluran kemih. 2. Komplikasi perdarahan dan tromboembolik yang terdiri dari perdarahan postpartum, emboli paru, tromboflebitis akibat mobilisasi yang kurang, dan hematoma vulva. 3. Gangguan afektif postpartum yang terdiri dari depresi postpartum, postpartum blues dan psikosa nifas (Bobak, 2004 dan Maryunani, 2009).

METODE

Metode yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu dengan metode pelatihan dengan menggunakan pre post test kuesioner tentang perawatan masa nifas.

Tahap pelaksanaan yaitu penyusunan proposal kegiatan, revisi proposal sesuai dengan reviewer, perizinan ke kantor kelurahan Pudak Payung, pelaksanaan kegiatan, evaluasi kegiatan, rencana tidak lanjut.

Tanggal 8 September 2021. Kegiatan diawali dengan pembukaan dan pengenalan sekaligus praktek perawatan payudara dengan probandus pantom dan dilakukan pre test post test di Kelurahan Pudak Payung.



Gambar 1. Pembukaan dan praktek perawatan payudara



Tanggal 14 September 2021. Kegiatan diawali dengan pembukaan dan memperkenalkan sekaligus praktik pijat oksitosin untuk ibu nifas dan dilakukan pre test post test di Kelurahan Pudak Payung.



Gambar 2. Pembukaan dan pengenalan serta praktik pijat oksitosin ke ibu nifas

Tanggal 15 September 2021. Dilakukan pemberian pendidikan kesehatan tentang nutrisi ibu nifas dan teknik menyusui yang benar dan dilakukan pre test post test.



Gambar 3. Pemberian pendidikan kesehatan tentang nutrisi ibu nifas dan teknik menyusui yang benar

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan data pengisian kuesioner pretest didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang kurang baik sebanyak 16 responden (51,6%), dan responden yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 15 responden (48,4%). Kemudian untuk data posttest setelah dilakukan pelatihan didapatkan hasil dengan responden yang memiliki pengetahuan baik meningkat menjadi 18 responden (58,1%) dan yang memiliki pengetahuan yang kurang baik menurun menjadi 13 responden (41,9%).

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Jawaban Responden Mengenai Perawatan Masa Nifas

No.	Soal	Pre Test		Post Test		Pre Test		Post Test	
		Benar		Salah		Benar		Salah	
		Jml	%	Jml	%	Jml	%	Jml	%
1.	ASI Eksklusif adalah memberikan Air Susu Ibu tanpa memberikan makanan tambahan selama usia 0-6 bulan	31	100	0	0	31	100	0	0
2.	ASI yang pertama kali keluar atau yang disebut kolostrum seharusnya tidak diminumkan ke bayi karena warnanya kekuningan	28	90,3	3	9,7	31	100	0	0
3.	Jadwal pemberian ASI kepada bayi sebaiknya diatur setiap 2 jam	6	19,4	25	80,6	27	87,1	4	12,9
4.	Setelah selesai menyusui, bayi di sandarkan di dada ibu sambil ditepuk- tepuk	31	100	0	0	31	100	0	0

	punggungnya								
5.	Manfaat menyusui bagi ibu yaitu mengurangi resiko perdarahan setelah melahirkan	27	87,1	4	12,9	30	96,7	1	3,3
6.	Sebelum menyusui puting dibersihkan dulu menggunakan alkohol	26	83,9	5	16,1	31	100	0	0
7.	Jika payudara penuh sebaiknya ASI dibuang	26	83,9	5	16,1	31	100	0	0
8.	Selama masa nifas ibu harus mengkonsumsi makanan yang bergizi	31	100	0	0	31	100	0	0
9.	Ibu nifas tidak perlu minum tablet tambah darah jika tidak ada keluhan	12	38,8	19	61,2	30	96,7	1	3,3
10.	Ibu nifas tidak boleh mengkonsumsi telur, ikan, dan ikan asin	29	93,6	2	6,4	31	100	0	0
11.	Zat gizi sebagai sumber karbohidrat terdiri dari beras, sagu, jagung, tepung terigu, ubi	31	100	0	0	31	100	0	0
12.	Daun katuk bisa memperbanyak produksi ASI	31	100	0	0	31	100	0	0
13.	Selama masa nifas ibu tidak diharuskan makan aneka ragam makanan	26	83,9	5	16,1	30	96,7	1	3,3
14.	Cara cebok pada ibu nifas sebaiknya dari depan ke belakang	30	96,7	1	3,3	31	100	0	0
15.	Luka jahitan perineum sebaiknya tidak perlu dirawat nanti akan sembuh sendiri	25	80,6	6	19,4	29	93,5	2	6,5

16.	Ibu nifas dilarang BAB dengan jongkok nanti jahitan pada jalan lahirnya akan robek	15	51,6	16	48,4	29	93,5	2	6,5
17.	Perawatan tali pusat dilakukan dengan cara perawatan kering dan terbuka	28	90,3	3	9,7	27	87,1	4	12,9
18.	Cara membersihkan tinja adalah dengan menggunakan air hangat	7	9,7	24	90,3	31	100	0	0
19.	Perawatan tali pusat yang menggunakan obat tradisional dapat mempercepat lepasnya tali pusat	27	87,1	4	12,9	30	96,7	1	3,3
20.	Membungkus tali pusat dengan rapat dapat mencegah infeksi	11	35,5	20	64,5	31	100	0	0
21.	Perawatan tali pusat pada bayi dilakukan setiap hari sampai tali pusat lepas dengan sendirinya	30	96,7	1	3,3	31	100	0	0
22.	Tali pusat akan lepas dalam waktu kurang dari 1 minggu	27	87,1	4	12,9	29	93,5	2	6,5

Hal tersebut menunjukan bahwa metode pelatihan yang diberikan efektif untuk meningkatkan pengetahuan responden mengenai perawatan masa nifas. Sehingga responden bisa lebih aktif berperan dalam melakukan perawatan masa nifas.

Pembahasan

Kuesioner dari penelitian yang dipakai terdiri dari 22 pertanyaan mengenai perawatan masa nifas hasil yang didapatkan perawatan masa nifas tidak mengalami perubahan yang terlalu signifikan baik pretest maupun posttest. Ada 2 pertanyaan yang paling banyak tidak dijawab salah yaitu pada

pertanyaan jadwal pemberian ASI kepada bayi adalah 2 jam sekali, dari 31 responden terdapat 25 responden yang menjawab salah.

Kemudian pertanyaan cara membersihkan tinja dengan menggunakan air hangat, dari 31 responden hanya 7 yang menjawab benar. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan tentang pelaksanaan perawatan pada masa nifas masih sangat kurang.

Sedangkan, untuk pertanyaan yang paling banyak dijawab benar adalah pertanyaan semua usaha mengatasi stress selalu positif dan pertanyaan mengenai pengertian ASI, cara cebok ibu nifas, dan perawatan tali pusat bayi yang dilakukan setiap hari, dari 31 responden semuanya dapat menjawab dengan benar. Hal ini menunjukkan bahwa responden sudah mengetahui beberapa perawatan masa nifas yang baik.

Sudah diketahui tingkat pengetahuan kader di Wilayah kerja di Kelurahan Pudak Payung Semarang tentang perawatan masa nifas meningkat yang dilihat melalui jawaban pada kuesioner pretest dan posttest. Kader melakukan tentang perawatan masa nifas. Kader memberikan pendidikan kesehatan tentang perawatan masa nifas di wilayahnya masing-masing sesuai dengan materi yang didapatkan. Pemberdayaan keluarga dan kerjasama dengan kader dalam pemanfaatan potensi lokal untuk perawatan masa nifas di Wilayah Kerja Kelurahan Pudak Payung Kota Semarang.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kesimpulan yang didapatkan pada pengabdian masyarakat ini adalah :

1. Sebagian besar pengetahuan responden sebelum dilakukan pelatihan menunjukkan hasil yang kurang baik yaitu 16 orang dengan presentase 51,6%.
2. Setelah dilakukan pelatihan pengetahuan responden menunjukkan hasil yang baik, responden yang memiliki pengetahuan baik sebesar 18 orang (58,1%).
3. Setelah dilakukan pelatihan, hal yang menunjukkan pengetahuan responden sangat meningkat yaitu pada poin jadwal pemberian ASI setiap 2 jam, cara membersihkan tinja, perlunya tablet tambah darah pada ibu nifas, dan perawatan tali pusat bayi.

Saran

1. Untuk Kader
Lebih aktif dalam kegiatan pelatihan maupun penyegaran keilmuan khususnya tentang perawatan masa nifas
2. Untuk Ibu Nifas
Bisa lebih meningkatkan pengetahuan tentang perawatan masa nifas sehingga ibu menjadi bisa lebih sehat pada masa nifas
3. Untuk Kelurahan
Dengan kerjasama yang baik antara kelurahan dengan institusi Poltekkes Kemenkes Semarang diharapkan bisa meningkatkan kesehatan ibu khususnya ibu nifas.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, Y. 2010. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta: Pustaka Ida Rihama.
- Graves, K. N. 2017. *Family Empowerment as a Mediator between Family-Centered System of Care and Changes in Child Functioning: Identifying an Important Mechanism of Change*. Washington: Springer Science and Business Media.
- Hulme, P.A. 1999. *Empowerment: A Nursing Intervention with Suggested Outcomes for Families of Children with Chronic Health Condition*. *Journal of Family Nursing*, 33-50.
- Hulme, P. A. 1999. *Family Empowerment*. *SAGE Family Nursing Journal*, 1-19.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2017. *Data dan Informasi Profil Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2017*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Khumaira, M. 2012. *Ilmu Kebidanan*. Yogyakarta: Citra Pustaka.
- Nanny Lia Dewi Viviana, Sunarsih Tri. 2011. *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Salemba Medika: Jakarta.
- Purwoastuti, E & Wilyani, E. S. 2015. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Setiadi. 2008. *Kondep & Proses Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Setiawati & Dermawan. 2008. *Asuhan Keperawatan Keluarga, Edisi 2*. Jakarta: Trans Info Media.
- Sunarti, E. 2008. *Program Pemberdayaan dan Konseling Keluarga*. Bogor: Fakultas Ekologi Manusia IPB.
- Waryana. 2010. *Gizi Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Rihima.
- Wulandari, dkk. 2011. *Asuhan Kebidanan Ibu Masa Nifas*. Gosyen Publishing: Yogyakarta. Hal. 125-131.
- Yulianti, Lia. 2010. *Asuhan Kebidanan III (Nifas)*. Jakarta: CV. Trans Info Medika