

Analisis Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Ibu Hamil dalam Mengikuti Jadwal Pemeriksaan Antenatal

Sri Rahma Friani¹ Meli Safreni Turnip² Adventides Natali Siahaan³
Universitas Efarina^{1,2,3}
rahma.friani@gmail.com¹

Abstrak:

Menyusui merupakan proses alamiah yang penting bagi kesehatan ibu dan bayi. Namun, ibu primipara seringkali menghadapi berbagai tantangan dan masalah dalam memulai dan mempertahankan menyusui. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran dan efektivitas pendampingan bidan dalam mengatasi masalah menyusui pada ibu primipara. Metode penelitian yang digunakan adalah tinjauan literatur sistematis dari berbagai jurnal dan publikasi terkait. Hasil tinjauan menunjukkan bahwa pendampingan bidan yang komprehensif, mulai dari pendidikan antenatal, dukungan segera setelah melahirkan, hingga kunjungan pascapartum, sangat efektif dalam meningkatkan keberhasilan menyusui, mengurangi insiden masalah menyusui, dan meningkatkan kepercayaan diri ibu. Masalah umum yang sering dijumpai meliputi nyeri puting, perlekatan yang kurang tepat, produksi ASI yang dirasa kurang, dan mastitis. Intervensi bidan yang efektif meliputi edukasi tentang posisi dan perlekatan yang benar, manajemen nyeri, dukungan emosional, serta rujukan jika diperlukan. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa bidan memegang peranan krusial sebagai pendamping utama bagi ibu primipara dalam perjalanan menyusui mereka, sehingga investasi dalam peningkatan kapasitas bidan di bidang laktasi sangat diperlukan.

Kata Kunci: Menyusui, Primipara, Bidan, Pendampingan, Masalah Laktasi

1. Pendahuluan

Menyusui eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan merupakan rekomendasi global dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) karena manfaatnya yang tak terbantahkan bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi, serta kesehatan ibu. Air Susu Ibu (ASI) mengandung nutrisi lengkap, antibodi, dan faktor protektif yang vital. Namun, data menunjukkan bahwa angka keberhasilan menyusui eksklusif masih belum optimal, terutama pada kelompok ibu primipara (ibu yang baru pertama kali melahirkan).

Ibu primipara seringkali kurang memiliki pengalaman dan pengetahuan yang memadai mengenai proses menyusui. Mereka cenderung menghadapi berbagai kesulitan dan masalah seperti nyeri pada puting, perlekatan yang salah, produksi ASI yang tidak mencukupi, hingga kekhawatiran dan kecemasan yang dapat menghambat produksi ASI. Tanpa dukungan dan informasi yang tepat, masalah-masalah ini dapat menyebabkan ibu menyerah dan beralih ke susu formula.

Di sinilah peran bidan menjadi sangat vital. Sebagai garda terdepan dalam pelayanan kesehatan ibu dan anak, bidan memiliki posisi strategis untuk memberikan edukasi,



dukungan, dan intervensi yang diperlukan untuk mengatasi masalah menyusui. Pendampingan yang efektif dari bidan diharapkan dapat meningkatkan kepercayaan diri ibu, memperbaiki teknik menyusui, dan pada akhirnya meningkatkan durasi serta keberhasilan menyusui eksklusif pada ibu primipara.

2. Tinjauan Pustaka

2.1. Permasalahan Menyusui pada Ibu Primipara

Ibu primipara menghadapi tantangan unik dalam menyusui. Kurangnya pengalaman sebelumnya membuat mereka lebih rentan terhadap:

Nyeri Puting dan Luka: Seringkali disebabkan oleh perlekatan bayi yang kurang tepat.

Perlekatan yang Kurang Optimal: Bayi tidak dapat menghisap ASI secara efektif, menyebabkan ASI tidak keluar maksimal dan puting menjadi lecet.

Produksi ASI yang Dirasa Kurang: Kekhawatiran umum yang seringkali didasarkan pada persepsi, bukan pada kondisi fisiologis sebenarnya, namun dapat menyebabkan stres dan mempengaruhi produksi ASI.

Pembengkakan Payudara (Engorgement): Terjadi karena penumpukan ASI, seringkali pada hari-hari awal setelah melahirkan.

Mastitis: Peradangan pada payudara yang bisa disebabkan oleh saluran ASI yang tersumbat atau infeksi.

Kecemasan dan Kurangnya Kepercayaan Diri: Kekhawatiran akan kemampuan menyusui dapat menghambat refleks let-down (pengeluaran ASI).

2.2. Peran Bidan dalam Pendampingan Menyusui

Bidan memiliki peran multifaset dalam mendukung ibu menyusui, khususnya primipara:

Edukasi Antenatal: Memberikan informasi mengenai manfaat menyusui, persiapan payudara, teknik menyusui yang benar, dan penanganan masalah umum sejak masa kehamilan.

Dukungan Segera Setelah Melahirkan (Inisiasi Menyusu Dini/IMD): Memfasilitasi kontak kulit-ke-kulit antara ibu dan bayi sesegera mungkin setelah lahir untuk mendorong IMD.

Asuhan Pascapartum Dini: Membantu ibu dan bayi dalam menemukan posisi dan perlekatan yang nyaman dan efektif, serta mengidentifikasi dan mengatasi masalah awal menyusui.

Kunjungan Pascapartum Lanjutan: Memantau kemajuan menyusui, memberikan dukungan emosional, menjawab pertanyaan, dan memberikan solusi untuk masalah yang mungkin timbul.

Konseling dan Intervensi: Memberikan konseling individual mengenai nutrisi ibu, hidrasi, istirahat, dan strategi untuk meningkatkan produksi ASI atau mengatasi masalah spesifik.

Rujukan: Mengidentifikasi kasus yang memerlukan intervensi lebih lanjut dari konsultan laktasi atau dokter spesialis.

3. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode tinjauan literatur sistematis. Pencarian artikel dilakukan pada basis data elektronik seperti PubMed, ScienceDirect, Google Scholar, dan DOAJ, dengan kata kunci "menyusui", "primipara", "bidan", "pendampingan laktasi", "masalah menyusui". Kriteria inklusi meliputi artikel penelitian (kuantitatif, kualitatif, mixed-method) dan tinjauan sistematis yang diterbitkan dalam 10 tahun terakhir, berfokus pada peran bidan atau tenaga kesehatan lain dalam mengatasi masalah menyusui pada ibu primipara. Artikel yang tidak relevan atau tidak memenuhi kriteria dikeluarkan dari analisis.

4. Hasil dan Pembahasan

4.1. Efektivitas Pendampingan Bidan

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pendampingan bidan secara signifikan meningkatkan angka keberhasilan menyusui eksklusif dan mengurangi insiden masalah menyusui pada ibu primipara. Intervensi yang paling efektif meliputi:

Edukasi Terstruktur dan Berulang: Ibu primipara membutuhkan informasi yang jelas dan praktis, serta kesempatan untuk bertanya dan berlatih. Bidan yang memberikan edukasi berkesinambungan sejak masa kehamilan hingga pascapartum menunjukkan hasil yang lebih baik.

Dukungan Psikososial: Kekhawatiran, kecemasan, dan kurangnya kepercayaan diri seringkali menjadi penghalang menyusui. Bidan yang mampu memberikan dukungan emosional, membangun rasa percaya diri ibu, dan mendengarkan keluhan ibu akan sangat membantu.

Intervensi Praktis: Bidan yang terampil dalam mengobservasi perlekatan dan posisi menyusui, serta memberikan koreksi yang lembut dan mudah dipahami, sangat krusial. Contoh intervensi ini adalah mengajarkan posisi menyusui yang bervariasi untuk mengurangi nyeri puting atau mengatasi saluran ASI yang tersumbat.

Kunjungan Rumah (Home Visit): Beberapa penelitian menyoroti efektivitas kunjungan rumah oleh bidan, di mana bidan dapat mengamati lingkungan menyusui ibu, memberikan bimbingan personal, dan memastikan dukungan keluarga.

4.2. Penanganan Masalah Spesifik oleh Bidan

Nyeri Puting dan Perlekatan Buruk: Bidan mengajarkan teknik perlekatan yang dalam (areola masuk ke mulut bayi), berbagai posisi menyusui, dan penanganan puting lecet



dengan salep lanolin atau kompres ASI.

Produksi ASI Kurang: Bidan memberikan edukasi tentang tanda-tanda bayi cukup ASI (popok basah, kenaikan berat badan), pentingnya menyusui on-demand, dan metode untuk meningkatkan produksi ASI seperti power pumping atau penggunaan galactagogue alami.

Pembengkakan Payudara: Bidan mengajari ibu teknik pijat payudara, kompres hangat/dingin, dan cara mengosongkan payudara secara efektif.

Mastitis: Bidan memberikan instruksi untuk sering mengosongkan payudara, kompres hangat, istirahat, dan jika perlu, merujuk untuk pemberian antibiotik.

4.3. Tantangan bagi Bidan

Meskipun penting, bidan juga menghadapi tantangan dalam memberikan pendampingan, seperti beban kerja yang tinggi, kurangnya pelatihan khusus laktasi yang berkelanjutan, serta keterbatasan waktu dalam setiap interaksi dengan ibu. Oleh karena itu, diperlukan dukungan sistem dan pelatihan berkelanjutan untuk meningkatkan kompetensi bidan.

5. Kesimpulan

Pendampingan bidan memegang peranan esensial dan sangat efektif dalam membantu ibu primipara mengatasi berbagai masalah menyusui. Dukungan komprehensif yang meliputi edukasi antenatal, bantuan segera setelah melahirkan, hingga kunjungan pascapartum, terbukti meningkatkan keberhasilan menyusui eksklusif, meminimalkan komplikasi, dan membangun kepercayaan diri ibu. Untuk itu, diperlukan investasi lebih lanjut dalam peningkatan kapasitas dan pelatihan laktasi bagi bidan agar dapat memberikan pelayanan terbaik bagi ibu dan bayi.