

Lampiran 1. Tatalaksana Bayi Prematur dan Manajemen Laktasi



DAFTAR ISI

PENGATURAN POSISI	
Pengertian	32
Macam - macam Posisi	33
Manfaat Pengaturan Posisi	34
Cara Pemberian Posisi	38
BABY MASSAGE (PIJAT BAYI)	
Pengertian	41
Manfaat Pijat Bayi	42
Tips Pijat Bayi di Rumah	43
Cara Melakukan Pijat Bayi	44
Indikasi dan Kontraindikasi	48
DAFTAR PUSTAKA	52

ASI EKSKLUSIF

Bunda pasti sering mendengar tentang Air Susu Ibu atau yang biasa disingkat ASI. Namun, apakah Bunda sudah tahu apa itu ASI? Mengapa ASI sangat penting untuk bayi? Yuk, kita simak penjelasan dibawah ini!

Apa itu ASI ?

Air Susu Ibu atau yang biasa disingkat ASI adalah nutrisi yang diberikan untuk bayi, berupa cairan yang keluar dari payudara dengan berbagai macam kandungan seperti protein, lemak, karbohidrat, vitamin dan lain-lain, yang diproduksi dari kelenjar mamae pada payudara ibu (Mardiyah, Anggorowati, & Nurrahima, 2018)

Apa itu ASI Eksklusif ?

ASI Eksklusif adalah nutrisi pokok yang berupa ASI bagi bayi baru lahir sampai usia 6 bulan, dan tidak ditambah dengan makanan lainnya seperti susu formula, bubur, air putih, dan lain-lain. (Mufidillah, Subijanto, Sutisna, & Akhyar, 2017)

(Rizkandani, 2021)



MENGAPA BAYI PERLU DIBERIKAN ASI EKSKLUSIF?

Setelah penjelasan sebelumnya, Bunda pasti sudah paham apa itu ASI. Nah sekarang, Bunda juga pasti penasaran, mengapa bayi yang berusia 0-6 bulan tidak diperbolehkan makan makanan apapun kecuali ASI? Yuk kita simak penjelasan berikut ini!

Didalam ASI, banyak sekali zat gizi penting untuk pertumbuhan bayi, seperti air, protein, lemak, vitamin, karbohidrat dan lain-lain. Maka dari itu, pada saat bayi berusia 0-6 bulan tidak perlu diberi makanan lain, karena kandungan didalam ASI sudah mampu memberikan banyak nutrisi sehingga bayi bertumbuh dan berkembang dengan baik. Selain itu, sistem pencernaan pada bayi yang berusia hingga 6 bulan masih belum sempurna untuk mencerna berbagai makanan. Tetapi, ASI mudah dicerna oleh usus bayi, dan didalam ASI terdapat zat gizi yang seimbang sehingga merupakan sumber energi ideal yang sangat dibutuhkan bayi 0-6 bulan (Olii, 2019).

APAKAH BUNDA TAHU?

Bahaya memberi makan lain selain ASI

Apa bahayanya jika bayi diberikan makanan selain ASI jika belum berusia 6 bulan? Hasil riset terakhir di Indonesia mengatakan bahwa pemberian makanan pendamping ASI atau MP-ASI sebelum bayi berusia 6 bulan, akan berdampak buruk bagi kesehatan bayi seperti diare, sembelit, obesitas, batuk, pilek, demam serta gangguan pada sistem pencernaan lainnya (Eka P, Wahyuni, & Putri, 2017).

4

APA SAJA KANDUNGAN ASI?

Air

Protein

Karbohidrat

Lemak

Mineral

Faktor Pertumbuhan

Enzim

Vitamin

Faktor anti parasit, anti-alergi, antibody, dan antivirus

(Monica, 2018)

5

KEBUTUHAN ASI BAYI BERDASARKAN USIA 0-6 BULAN

Tahukah Bunda, berapa jumlah ASI yang dibutuhkan bayi berusia 0-6 bulan? Berikut penjelasannya!

Usia 1-2 hari	5-7 ml perhari
Usia 3-5 hari	22-27 ml perhari
Usia 6-10 hari	60-81 ml perhari
Usia 2-3 minggu	60-90 ml sekali minum (600-700 ml perhari)
Usia 4 minggu	80-150 ml sekali minum (700-1050 ml perhari)
Usia 1-6 bulan	570-900 ml perhari

(Monica, 2018)

6

5 CIRI BAYI CUKUP ASI

1. Berat badan bayi naik tiap minggu

Salah satu tanda bayi cukup ASI adalah berat badan yang meningkat setiap minggunya

2. Payudara terasa lembut

Payudara terasa lembut diakibatkan karena bayi mendapatkan makanan yang cukup serta menghabiskan ASI dari payudara ibu

3. Bayi rileks

Saat bayi sudah merasa kenyang, bayi terlihat santai dan puas serta refleks melepaskan isapan pada puting ibu dan akan membuka kepalan tangannya

4. Bayi umumnya akan BAB 8-10x/hari

5. Buang Air Kecil (BAK) lancar

Bayi akan BAB 3 kali/hari, serta dalam 5-7 hari setelah lahir, warna feses akan berubah menjadi kekuningan

(Mufidila et al., 2017)

7

MANFAAT ASI EKSKLUSIF

Daya tahan tubuh bayi akan meningkat

Meningkatkan kecerdasan secara emosional, mental dan spiritual supaya menjadi stabil dan matang serta mendapatkan kecerdasan sosial yang baik

ASI mengandung komposisi yang lengkap seperti vitamin, karbohidrat, kalori, lemak dan protein

Melindungi si kecil dari berbagai penyakit infeksi seperti diare, saluran pernafasan, dan otitis media akut serta mengandung antibody

(Mufliha et.al, 2017)

KEUNTUNGAN MENYUSUI UNTUK IBU

Hubungan batin antara bayi dan ibu semakin erat

Jika menyusui dilakukan dengan rutin, dapat membantu menunda kehamilan baru

Menjaga dan melindungi kesehatan ibu

Mengurangi biaya

(Mufliha et.al, 2017)

UPAYA YANG DAPAT DILAKUKAN UNTUK MEMPERBANYAK ASI

1 Teknik Marmet

Teknik ini adalah kombinasi yang dilakukan dengan melakukan pemerahan dan pemijatan payudara menggunakan tangan agar produksi ASI yang dikeluarkan menjadi banyak. Teknik ini merangsang pengeluaran hormon, dimana akan terangsang untuk memproduksi ASI

2 Kompres Hangat

Cara ini dilakukan agar aliran ASI dapat dikeluarkan secara maksimal. Manfaat kompres ini adalah :

1. Bendungan pada payudara dapat dicegah agar tidak bengkak
2. Menjaga kelancaran peredaran darah pada payudara ibu

(Mas'adah dan Rusmini, 2015)

UPAYA YANG DAPAT DILAKUKAN UNTUK MEMPERBANYAK ASI

3 Breast Care (Perawatan Payudara)

Breast care ialah salah satu teknik perawatan payudara dengan melakukan pemijatan agar ASI menjadi lancar dan terhindar dari kesulitan saat menyusui. Berikut langkah-langkah dalam melakukan breast care :

- 1 Ibu berbaring atau duduk dengan nyaman
- 2 Letakkan handuk pada perut bagian bawah
- 3 Kompres kedua puting menggunakan kapas yang sudah diberi baby oil/minyak
- 4 Bersihkan puting dengan kapas sambil gerakan memutar
- 5 Tuang baby oil/minyak ke tangan dan pijat payudara dengan gerakan keatas, kesamping, kebawah dan kedepan sebanyak 20-30 kali
- 6 Bilas dan bersihkan payudara menggunakan handuk kecil yang dibasahi air hangat, kemudian keringkan

(Mas'adah dan Rusmini, 2015)

UPAYA YANG DAPAT DILAKUKAN UNTUK MEMPERBANYAK ASI

4 Pijat Oksitosin



Pijat ini merupakan teknik yang dilakukan dengan memijat sisi tulang belakang dan merupakan usaha agar hormon prolaktin dan oksitosin dapat terangsang. Selain itu, ibu juga merasa nyaman, payudara ibu tidak bengkak serta ASI tidak tersumbat

(Ma'adah dan Ruemini, 2015)



12

TEKNIK MENYUSUI

Apakah Bunda tahu? Bahwa salah satu kunci keberhasilan dalam menyusui adalah dengan melakukan teknik menyusui yang baik dan benar, agar Bunda dapat memberikan ASI secara optimal. Yuk kita simak penjelasannya!

Berikut beberapa posisi yang benar dalam menyusui :



Leher, kepala, dan badan bayi dalam posisi yang lurus

Hadapkan bayi ke dada ibu agar melekat

Seluruh badan bayi harus tersangga dengan baik dan benar



(Wulandari, 2020)

13

PERLEKATAN MENYUSUI YANG BENAR

Pada saat menyusui, yang masuk ke mulut bayi tidak hanya puting susu, tetapi seluruh areola (bagian berwarna gelap) juga masuk ke dalam mulut bayi, serta dagu bayi menempel pada payudara ibu dan hidung menghadap ke atas. Hal ini dilakukan agar ASI dapat keluar serta terhindar dari puting lecet



(Wulandari, 2020)

14

LANGKAH - LANGKAH MENYUSUI



1

Sebaiknya, ibu mencuci tangan terlebih dahulu menggunakan sabun dan air mengalir sebelum menyusui



2

Posisikan ibu duduk bersandar dengan keadaan yang nyaman



3

Untuk menjaga kelembapan puting ibu, sebaiknya sebelum menyusui keluarkan sedikit ASI lalu oleskan pada daerah puting dan areola



4

Bayi dihadapkan kearah payudara, bahu bayi dipegang dengan satu lengan, kemudian siku ibu menyangga kepala bayi dan bokong bayi ditahan dengan telapak tangan



(Wulandari, 2020)

15

LANGKAH - LANGKAH MENYUSUI

5 Beri bayi rangsangan, dengan meletakkan puting ibu di daerah mulut dan pipi bayi, supaya bayi membuka mulutnya

6 Masukkan payudara ibu ke mulut bayi, dan pegang payudara menggunakan ibu jari serta payudara ditopang dengan jari lainnya. Pastikan bayi menghisap semua areola

7 Tataplah buah hati dengan penuh cinta dan kasih sayang saat menyusui

(Wulandari, 2020)

16

ASI PERAH

Halo Bunda... Mungkin banyak dari Bunda yang belum mengerti bagaimana cara mengatur ASI perah, info ini sangat berguna untuk Bunda yang bekerja atau ketika Bunda sedang berada diluar rumah sehingga Bunda tidak perlu khawatir lagi untuk memberikan ASI. Berikut simak penjelasan seputar ASI perah !!!

Alat yang dibutuhkan untuk pemerah ASI

ASI perah dapat dilakukan dengan cara pemerah/meremas payudara ibu menggunakan tangan hingga ASI keluar dan ditempatkan dalam wadah. Namun, selain itu ada alat pompa yang memudahkan ibu untuk pemerah ASI

Alat pompa tipe terampet seperti ini, tidak disarankan, karena pada bagian bola karet tidak dapat disterilka

(Wulandari, 2020)

17

ALAT YANG DIBUTUHKAN UNTUK MEMERAH ASI

BRILLIANT

Alat pompa tipe silindris disarankan, karena aman dan mengurangi kontaminasi bakteri

Alat pompa elektrik disarankan, karena menggunakan listrik dan dapat pemerah ASI dengan cepat

(Wulandari, 2020)

18

DAYA TAHAN ASI PERAH

ASI baru diperah jika diletakkan di suhu ruangan (Suhu 25°C) bertahan sampai 4-8 jam

ASI dari kulkas yang harus dicairkan secepatnya dan tidak boleh diletakkan kembali ke dalam freezer dan kulkas

ASI baru dalam freezer (Suhu -18°C) bertahan hingga 3-6 bulan

ASI baru dalam kulkas (Suhu 4°C) bertahan sampai 5 hari

ASI dalam coolbox (Suhu -15 °C - 4°C) dapat bertahan selama 24 jam

(Widandana, 2016)

19

LANGKAH-LANGKAH PENYAJIAN ASI PERAH



- 1
Jika ASI perah disimpan didalam freezer, maka satu hari sebelumnya ASI perah diturunkan ke lemari pendingin guna untuk melelehkan ASIP yang beku
- 2
ASI perah harus dikeluarkan dari kulkas secara berurutan dari jam perah paling awal
- 3
Jika Ibu memiliki stok ASI perah yang banyak, maka dapat digabungkan. Misal, dalam 1 hari bayi membutuhkan 6 botol, maka 3 botol dari stok, dan 3 botol lagi ASIP segar. Lalu sisa botol dan ASIP dapat dimasukkan ke dalam freezer. Jangan lupa untuk memberikan label tanggal dan jam disetiap botol

LANGKAH-LANGKAH PENYAJIAN ASI PERAH



- 4
ASI perah yang berasal dari leman es/kulkas tidak diperbolehkan untuk dihangatkan dengan air mendidih/kompas karena dapat merusak kandungan ASI. Maka sebaiknya rendam botol yang berisi ASI perah ditempat atau wadah yang sudah terisi air hangat
- 5
Siapkan cangkir atau sendok agar bayi dapat meminum ASI
- 6
Jika ASIP mencair, maka dapat dikocok dengan pelan dan searah jarum jam, hal ini supaya kandungan lemak dalam ASI dapat tercampur rata

(Wulandari, 2020)

MANAJEMEN ASI PERAH



- Tahap 1:**
Perah di siang hari saat bekerja per 3-4 jam sekali (pagi, siang, sore) usahakan dijam yang sama
- Tahap 2:**
Bagi botol ASIP hasil perah ini menjadi dua kelompok
- Tahap 3:**
Kelompok 1: masukkan dalam freezer
Kelompok 2: simpan ke dalam kulkas untuk besok
- Tahap 4:**
Urutan ASIP dikulkas : Sisa ASIP hari ini (ASIP hasil perah kemarin, bila ada) ASIP beku ASIP hasil perah hari ini
- Tahap 5:**
Tetap perah di malam hari, terutama menjelang subuh, karena kadar hormon oksitosin melimpah pada saat ini

(Wulandari, 2020)

MENYUSUI DI MASA PANDEMI



Perjuangan ibu memberikan manfaat ASI yang terbaik bagi bayi dan anak di bawah dua tahun (baduta) tidak bisa dihalangi, bahkan ketika sedang positif Covid-19. Ibu tetap membutuhkan dukungan untuk dapat seoptimal mungkin menyusui bayi dan badutanya. Dengan prinsip menjaga kebersihan dan penerapan protokol kesehatan, seperti mencuci tangan pakai sabun dan memakai masker, ibu dapat menyusui dan melakukan Inisiasi Menyusui Dini (IMD) dengan aman dan nyaman.

Ibu menyusui di masa pandemi

Ibu sakit

Gejala ringan (menyusui / lebih dipilih ASI perah)

Gejala berat (rawat inap) > ASI perah

Kondisi ibu sehat covid (-)

Menyusui langsung (3W)

(Kemenkes, 2021)

MENYUSUI DI MASA PANDEMI

Prinsip Menyusui 3W :

1. Ibu tanpa gejala (tidak batuk dan tidak sesak)
2. Swab negatif
3. Bebas demam 72 jam tanpa obat demam

Wear mask	Wash hand	Wipe Surface
		

(Kemenkes, 2021)

24

KANGAROO MOTHER CARE (KMC)

Perawatan kangguru atau perawatan ibu kangguru (KMC), kadang - kadang disebut dengan kontak kulit ke kulit, adalah teknik perawatan bayi baru lahir dimana bayi dijaga dari dada ke dada dan dari kulit ke kulit dengan orang tua, biasanya ibu mereka (kadang - kadang ayah mereka).

Perawatan kangguru ini paling sering digunakan untuk bayi prematur dengan berat badan lahir rendah, yang lebih cenderung menderita hipotermia, sementara dirawat di unit neonatal untuk menjaga bayi hangat dan mendukung menyusui dini



(Anas, Marudah & Piyanti, 2018)

25

METODE KANGAROO MOTHER CARE (KMC)

Intermitten

Bayi dengan penyakit atau kondisi yang berat membutuhkan perawatan intensif dan khusus di ruang rawat neonatologi, bahkan mungkin memerlukan bantuan alat. Bayi dengan kondisi ini, kangaroo mother care tidak diberikan sepanjang waktu tetapi hanya dilakukan jika ibu mengunjungi bayinya yang masih berada dalam perawatan di inkubator. KMC dilakukan dengan durasi minimal satu jam, secara terus - menerus perhari. setelah bayi lebih stabil, bayi dengan KMC intermitten dapat dipindahkan ke ruang rawat untuk menjalani KMC kontinu.

(Zahid, Kusrawati & Masumi, 2019)



26

METODE KANGAROO MOTHER CARE (KMC)

lanjutan...

Kontinu

Pada kangaroo mother care kontinu, kondisi bayi harus dalam keadaan stabil, dan bayi harus dapat bernafas secara alami tanpa bantuan oksigen. Kemampuan untuk minum (seperti menghisap dan menelan) bukan merupakan persyaratan utama, karena KMC sudah dapat dimulai meskipun pemberian minumannya dengan menggunakan pipa lambung. Dengan melakukan KMC, pemberian ASI dapat lebih mudah prosesnya sehingga meningkatkan asupan ASI.

(Zahid, Kusrawati & Masumi, 2019)



27

MANFAAT KANGAROO MOTHER CARE (KMC)

Membantu Bayi Beradaptasi
Bayi baru lahir memiliki masalah umum suhu tubuh rendah. Karena suhu tubuh sama dengan rahim, bayi akan lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan pasca kelahiran.

Meningkatkan Perkembangan Mental bayi
Perawatan kanguru dapat menstabilkan detak jantung, oksigenasi, dan meningkatkan kualitas tidur, sehingga otak lebih mampu berkembang.

Mendorong Berat Badan yang Sehat
Ketika bayi hangat, mereka tidak perlu menggunakan energi mereka untuk mengatur suhu tubuh mereka. Sebagai gantinya energi akan dipakai untuk tumbuh.

Membuat Menyusui Lebih Mudah
Bayi baru lahir secara alamiah memiliki peneluman yang sensitif sehingga posisi kanguru membantu bayi mencari puting susu dan mulai menyusui.

Mendorong Detak Jantung dan Pernapasan yang sehat
Bayi dengan gangguan pernapasan yang menjalani perawatan kanguru lega dalam waktu 48 jam tanpa respirator. Detak jantung bayi yang diberi perawatan kanguru juga lebih teratur.

28

(Ibbett, Agnew & Nandini, 2017)

MANFAAT KANGAROO MOTHER CARE (KMC)

lanjutan...

Meningkatkan Kekebalan Tubuh
Bayi prematur memiliki sistem kekebalan tubuh buruk sehingga rentan terhadap alergi, infeksi, masalah makan. Kontak awal kulit dengan kulit secara dramatis mengurangi masalah ini.

Meningkatkan Ikatan dengan Ayah
Sejak dalam rahim bayi telah mengenali suara ayah mereka, sehingga kontak kulit ke kulit dengan ayah menenangkan bayi dan membantu terbentuknya ikatan dengan ayah.

Membantu Bayi Tidur Lebih Baik
Stres yang berkurang membuat tidur lebih baik. Bayi prematur yang digendong dari kulit ke kulit tidur lebih nyenyak dan terbangun lebih jarang daripada ketika tidur di inkubator.

Meningkatkan Pasokan ASI
Saat ibu dan bayi bersama, hormon pengatur keseimbangan laktasi seimbang sehingga ibu menghasilkan lebih banyak susu.

Mengurangi Stres dan Nyeri Bayi
Hanya 10 menit kontak kulit ke kulit mengurangi kadar hormon stres kortisol bayi, dan meningkatkan kadar hormon bahagia atau oksitosin. Bayi akan merasa tenang dan aman. Bayi prematur yang digendong dengan metode KMC memiliki ketahanan akan nyeri yang lebih tinggi.

29

(Ibbett, Agnew & Nandini, 2017)

CARA MELAKUKAN KANGAROO MOTHER CARE (KMC)

1. Buka pakaian atas ibu atau ayah untuk memfasilitasi terjadinya kontak kulit dengan kulit
2. Buka pakaian bayi kecuali popok
3. Pasang sarung tangan dan kaos kaki bayi
4. Ibu memegang gendongan dengan kedua tangan, minta bantuan orang lain untuk memasukkan bayi dalam gendongan
5. Saat ibu berdiri atau duduk, posisikan bayi tegak / vertikal mendekap ibu, kepala nya miring ke kiri atau ke kanan
6. Bila ibu berbaring, posisi bayi tengkurap miring mendekap ibu, kepala miring ke kiri atau ke kanan. Posisi miring kepala bayi sesuai dengan arah miring ibu kiri atau ke kanan
7. Letakkan bayi diantara payudara ibu, ikat tali bagian pinggang ke belakang lalu tarik ke depan

30

(Nesio, 2014)

CARA MELAKUKAN KANGAROO MOTHER CARE (KMC)

8. Bagian atas naikan ke bahu yang di samping kiri ikat melalui bawah ketiak ibu
9. Bayi dijaga terus menerus dengan posisi yang sama oleh ibu dan ayah
10. Setelah itu pakaikan pakaian ibu atau ayah untuk memakai pakaian bagian atas

31

(Nesio, 2014)

PENGATURAN POSISI

Posturing / mengatur dan merubah posisi adalah mengatur pasien dalam posisi yang baik dan mengubah secara teratur dan sistematis.
(Agarino, N., & Nurhami, N. (2009))

Pengertian Pemberian posisi tidur pada bayi merupakan intervensi keperawatan yang bertujuan untuk memberikan dukungan pada postur tubuh, regulasi diri, dan mencegah kelainan neuromuskuler pada bayi.
(Bodemann, S.L., & Foster, J.P. (2017))

32

MACAM - MACAM POSISI

1. **supinasi**
Posisi supinasi yaitu memposisikan bayi terlentang dengan kepala dalam satu garis lurus
(Vindner, et al 2016)
2. **Pronasi**
Posisi pronasi yaitu posisi bayi ketika tidur dalam posisi telungkup, berbaring dengan wajah menghadap ke bantal
(Arun, Ruchita & Wilayati 2018)
3. **Lateral**
Posisi lateral yaitu posisi miring ke kanan/ke kiri dengan sebagian besar berat tubuh berada pada pinggul dan bahu sebagai tumpuan
(Vlachou, et al 2019)

33

MANFAAT PENGATURAN POSISI

- mengoptimalkan fungsi paru pada bayi prematur
(Mansur, et al., 2016)
- menurunkan gastroesophageal reflux (GERD)
(Berges, et al., 2013)
- meningkatkan kualitas tidur bayi
(Jatun, et al., 2017)
- peningkatan ketepatan postur tubuh, perkembangan fungsi otonomi
(Pudang, et al., 2018)
- menurunkan stres dan distres
(Mullergerber, et al., 2019)

34

MANFAAT POSISI SUPINASI

Posisi supinasi dapat merangsang bayi untuk beresendawa dan meningkatkan inhalasi (proses saat menghirup oksigen melalui hidung dan masuk ke paru-paru) karena udara yang tertelan dapat mempengaruhi pengosongan lambung.

Selain itu posisi supinasi sangat direkomendasikan pada bayi prematur selama beberapa hari awal kehidupan untuk mencegah obstruksi aliran pembuluh darah vena dan mencegah peningkatan aliran darah ke otak dan meminimalkan pendataran kepala

(Jatun, et al., 2017)

35

MANFAAT POSISI PRONASI

- meningkatkan saturasi oksigen bayi
- menurunkan kejadian lupa nafas (apnea) pada bayi premature
- menurunkan kejadian muntah
- meningkatkan pengembangan otot dada
- meningkatkan pengembangan paru

(Efendi, Sari, Riyantini, Lestari, 2019)

36

MANFAAT POSISI LATERAL

lateral kiri atau miring kiri mampu meningkatkan fungsi paru dan penurunan distres pernapasan pada bayi premature.

lateral kanan atau miring kanan dapat mempercepat pengosongan lambung karena tidak memberikan tekanan pada lambung.

American Academy of Pediatrics (AAP) menyarankan bahwa posisi side lying terutama miring kanan pada bayi setelah minum sangat direkomendasikan sebagai alternative posisi karena memiliki resiko paling kecil dan dinilai aman.

(Utario, Rumina, dan Waluyanti 2017)

37

CARA PEMBERIAN POSISI SUPINASI

- Pertahankan kepala bayi di garis tengah dan tidak menoleh ke satu sisi. Berikan bantalan halus di leher untuk membantu menopang posisi kepala.
- Posisi kepala sedikit fleksi dengan dagu mendekati dada.
- Topang bahu dengan kain hingga posisi bahu sedikit fleksi kearah dada
- Dekatkan kedua tangan sehingga ujung tangan berada di dekat mulut bayi
- Posisikan pinggul dan lutut fleksi.
- Lutut berada di garis tengah sumbu tubuh dan posisi lutut tidak terbuka keluar.
- Posisikan nest untuk dapat menjadi penopang kaki membentuk posisi fleksi dan menyilang.
- Rapatkan nest pada bagian terluar tubuh bayi sehingga tampak bayi terkurung dalam sangkar.
- Bentangkan kain halus untuk menutupi dada hingga kaki bayi dengan posisi kain menyilang sumbu tubuh.

(Efendi, Sari, Riyantini, Lestari, 2019)

38

CARA PEMBERIAN POSISI PRONASI

- Saat membalik posisi dari supinasi ke pronasi, tetap pertahankan posisi supinasi dengan cara memegang tangan dan kaki bayi selama proses peralihan posisi
- Hadapkan kepala pada salah satu sisi dan ubah posisi kepala secara rutin untuk mencegah deformitas kepala
- Pinggul dan lutut di fleksikan sehingga membentuk posisi kaki katak.
- Pastikan posisi pinggul lurus dengan sumbu tubuh dan tidak miring kesalah satu posisi.
- Posisikan tangan dan kaki dibawah tubuh bayi dengan posisi ujung tangan menuju kemuka
- Berikan bantalan lembut dan tipis dibawah sternum dan perut untuk mensuport dada bayi bernafas dan mencegah retraksi bahu Rapatkan nest sehingga dapat menopang dan mempertahankan bentuk posisi yang dijelaskan di atas

(Efendi, Sari, Riyantini, Lestari, 2019)

39

CARA PEMBERIAN POSISI LATERAL

1. Posisikan bayi lateral kanan ataupun kiri (sesuai indikasi)
2. Pertahankan kepala agar tetap lurus dengan cara memberikan bantal disepanjang kepala, tulang belakang (mengikuti sumbu tubuh), hingga melingkar kedepan dada. Posisikan kedua tangan memeluk bantal tersebut
3. Fleksikan lutut
4. Pasang nest dengan rapat sehingga dapat menopang dan mempertahankan bentuk posisi yang dijelaskan di atas



[Ebenli, Sari, Rhyamini...Lestari, 2019]

40

BABY MASSAGE (PIJAT BAYI)

Apa itu Pijat Bayi ?

Baby massage atau pijat bayi adalah pemijatan yang dilakukan lebih mendekati usapan - usapan halus atau rangsangan raba (taktil) yang dilakukan dipermukaan kulit, manipulasi terhadap jaringan atau organ tubuh bertujuan untuk menghasilkan efek terhadap syaraf otot, dan sistem pernafasan serta memperlancar sirkulasi darah.

(Widi, 2017)

Tak selalu harus ke tempat pijat bayi, Bunda juga bisa lho, melakukannya di rumah. Berikut cara memijat bayi yang benar dan aman serta sejumlah manfaat dari pijat bayi..



41

MANFAAT PIJAT BAYI

- Membuat bayi lebih rileks**
Manfaat pertama dari pijat bayi adalah melancarkan peredaran darahnya serta meningkatkan kadar hormon oksitosin. Hal ini akan membuatnya lebih rileks dan senang.
- Membentuk ikatan batin yang lebih kuat**
Sentuhan dan pandangan kasih orang tua pada bayinya akan mengalirkan ke kekuatan jalinan kasih sayang diantara keduanya. Pada perkembangan anak, sentuhan orang tua adalah dasar perkembangan komunikasi yang akan menumpuk cinta kasih secara timbal balik.
- Melatih kepekaan saraf dan indra peraba bayi**
Lewat sentuhan lembut, bayi akan menerima stimulasi positif bagi saraf dan indra perabanya yang belum sempurna. Pijat yang dilakukan juga akan merangsang saraf bayi. Selain itu, otot-otot bayi juga akan jadi lebih fleksibel dan kuat.
- Meningkatkan berat badan**
Pijat bayi berpengaruh pada peningkatan aktivitas pergerakan lambung, sehingga penyerapan nutrisi lebih efisien dan berat badannya meningkat.
- Mendukung pertumbuhan otak bayi**
Lewat pijat bayi, ia akan belajar berbagai hal baru. Mulai dari variasi sentuhan, aroma dari minyak pijat, hingga komunikasi antara ibu dengannya. Stimulasi tersebut juga akan menghasilkan mielin, yaitu zat pada otak yang bertanggung jawab untuk mengatur impuls saraf yang berkaitan dengan kemampuan motorik dan sensorik.

(Irwid, 2017)

42

TIPS PIJAT BAYI DIRUMAH

Apa yang harus dipersiapkan jika Anda ingin melakukan pijat bayi di rumah?

- Memijat bayi sebaiknya dilakukan 45 menit setelah menyusui. Terlalu cepat melakukan pemijatan pada si kecil bisa membuatnya muntah.
- Tunggulah sampai si buah hati berusia di atas 2 minggu untuk menghindari risiko intansi atau alergi terhadap minyak yang digunakan untuk pijat.
- Sebaiknya, minyak untuk pijat tidak langsung dioleskan ke tubuh bayi, tapi tuang dulu di telapak tangan dan gosok-gosok sampai terasa hangat.
- Pijat bayi biasanya tidak akan memakan waktu lebih dari 15 menit. Anda bisa menghentikan pijatan kalau si kecil memang tidak menyukai sensasinya.

(Safim, Lubih & Iqni, 2012)

43

CARA MELAKUKAN PIJAT BAYI

Saat memijat bayi, Anda bisa mengandaikan feeling atau kira-kira sebesar apa tekanan yang disukai bayi. Namun, perlu diingat bahwa pada dasarnya, pijat bayi tidak membutuhkan tekanan karena saraf serta ototnya masih sangat sensitif.

Anda hanya perlu mengelus atau mengusap-usap bayi dengan gerakan yang pasti, tetapi lembut.

Berikut teknik pijat atau cara memijat bayi yang benar dan aman!

KAKI

- Dimulai dari kaki, coba pijat kaki bayi dengan sangat lembut, untk dari paha hingga mata kaki bayi. Lalu, ulangi pada kaki satunya.
- Setelah itu, angkat telapak kakinya dan dengan gerakan yang serupa, untk telapak kakinya dari tumit sampai ujung jari.
- Buat gerakan melingkar pada tumit secara perlahan memakai jempol. Jangan lupa untuk ulangi juga pada kaki satunya.

(Bismillah, 2021)

lanjutan...

TANGAN

- Pijat lengan bayi mulai dari ketiak hingga pergelangan tangan pelan-pelan. Lalu, dengan lembut genggam tangannya seperti hendak berjabat tangan.
- Putar pergelangan tangannya searah jarum jam, diikuti dengan putaran sebaliknya.
- Ulangi kedua gerakan tersebut pada tangan satunya. Kemudian, dengan kedua ibu jari Anda, buat gerakan melingkar pada sisi kanan dan kiri telapak tangan bayi.

DADA

- Baringkan buah hati secara telentang sekaligus pastikan telapak tangan Anda sudah cukup hangat, artinya tidak terlalu dingin atau panas di kulit bayi.
- Letakkan kedua telapak tangan Anda di dada bayi dan buat gerakan melingkar ke luar. Ulangi gerakan ini beberapa kali.
- Melakukan pijatan di area dada bisa membebaskan gas di dalam perut si kecil, sehingga cocok sebagai cara menyendawakan bayi.

(Bismillah, 2021)

lanjutan...

PERUT

- Lakukan pijatan di perut si kecil dengan membentuk huruf I, L, dan U dengan membaringkan bayi dalam keadaan telentang.
- Pijat dengan membentuk tanda hati dari atas perut sampai kedua telapak tangan bertemu di bawah perut.

PUNGGUNG

- Baringkan bayi dengan posisi tengkurap. Anda bisa menyandarkan kepalanya pada selimut tebal atau bantal yang tidak terlalu tinggi supaya ia merasa nyaman.
- Pastikan bahwa tangan bayi berada di sisi kepalanya, bukan di sisi tubuhnya. Lalu, posisi Anda seharusnya berada di samping bayi, bukan di depan atau belakang.
- Pijat dilakukan dengan ujung jempol, lalu telusuri punggungnya dari titik di bawah lehernya sampai ke pinggang belakang.
- Setelah itu, letakkan kedua telapak tangan Anda di punggung bayi dan tarik sampai ke ujung kakinya.

(Bismillah, 2021)

lanjutan...

KEPALA

- Pegang bagian belakang kepala bayi dengan kedua telapak tangan Anda.
- Lalu, dengan menggunakan ibu jari, buat gerakan memutar seperti pala hati dimulai dari antara alis menuju kebing dan berakhir di antara kedua matanya. Ulangi gerakan yang serupa di bawah kedua mata bayi.
- Setelah itu, buat gerakan melingkar di dagu bayi, tepat di bawah mulutnya dengan salah satu ibu jari.

Setelah selesai memijat, bersihkan bayi Anda dari baby oil dan kenakan kembali pakaiannya.

Sebelum melakukan pijat bayi, tidak ada salahnya untuk berkonsultasi terlebih dahulu dengan dokter. Apalagi, jika si kecil mempunyai masalah kesehatan tertentu.

Tidak hanya itu saja, Anda juga perlu mempersiapkan diri hingga bayi benar-benar terbiasa dengan pijatan apabila awalnya ia merasa tidak nyaman.

(Bismillah, 2021)

INDIKASI DAN KONTRAINDIKASI

INDIKASI

- Bayi lahir prematur
- Bayi dengan berat badan kurang
- Bayi sulit makan
- Bayi yang rewel
- Bayi yang sehat untuk merangsang perkembangan motorik

KONTRAINDIKASI

- Memijat bayi langsung setelah selesai makan
- Memijat saat bayi tidur
- Memijat dalam keadaan demam
- Memaksa bayi yang tidak mau dipijat
- Memaksanakan posisi pijat
- Membangunkan bayi khususnya untuk pemijatan

(Global Learning Center, 2018)

MASALAH KEPERAWATAN

Masalah keperawatan pada bayi yang dapat dilakukan inovasi berupa pengaturan posisi dan massage pada bayi yaitu

Diagnosa Keperawatan

Disfungsi motilitas gastrointestinal (000197) adalah peningkatan, penurunan, ketidakefektifan atau kurang aktivitas peristaltik di dalam gastrointestinal (NANDA, 2015)

Domain 3
(Eliminasi dan Pertukaran)
Kelas 2
(Fungsi Gastrointestinal) (NANDA, 2015)

Tujuan dan Kriteria Hasil (NOC)

Setelah dilakukan Setelah dilakukan tindakan keperawatan 1 x 24 jam masalah disfungsi motilitas gastrointestinal teratasi

NOC :
Domain 2 (Kesehatan Fisiologis)
Kelas 1 (Eliminasi)
Outcome 0801 (Fungsi Gastrointestinal)

Kriteria Hasil :
080101 Tidak ada distensi abdomen
080102 Peristaltik usus dalam batas normal (3-5 kali/menit pada bayi)18

(Soe Moedjard, 2016)

Lanjutan..

080103 Frekuensi, warna, konsistensi, dan banyaknya feses dalam batas normal (frekuensi BAB normal pada bayi 3-4 kali dengan warna feses kekuningan dan ukuran ampas minimal 2,5 cm, konsistensi lunak, tidak keras dan tidak kering)

080104 Tidak ada darah di feses
080105 Tidak terjadi diare
080106 Tidak muntah

Intervensi Keperawatan (NIC)

Domain 3
(Eliminasi dan Pertukaran)
Kelas 2
(Fungsi Gastrointestinal)

NIC :
0460 Tube Care Gastrointestinal

1. Monitor tanda-tanda vital
2. Monitor status cairan dan elektrolit
3. Monitor bising usus
4. Catat intake dan output secara akurat
5. Kaji tanda-tanda gangguan keseimbangan cairan dan elektrolit (membran mukosa kering, sianosis, jaundice)
6. Kolaborasi dengan ahli gizi tentang jumlah zat gizi yang dibutuhkan

(Bulechek & Gloria, 2016)

Lanjutan..

7. Pasang *Naso Gastric Tube* (NGT) atau *Oral Gastric Tube* (OGT) jika diperlukan
8. Monitor warna dan konsistensi dari naso gastric
9. Output atau oral gastric output
10. Monitor terjadinya diare.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, N., & Nurhaeni, N. (2020). Pengaruh Pengaturan Terhadap Posisi Status Kesehatan pada Anak dengan Pneumonia: Telaah Literatur. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 8(2), 189-198.
- Ameri, G. F., Rostami, S., Baniasadi, H., Aboli, B. P., & Ghorbani, F. (2018). The Effect of Prone Position on Gastric Residuals in Preterm Infants. *Journal of Pharmaceutical Research International*, 1-6.
- Asuti, D. P., Mutoharoh, S., & Priyanti, R. (2018). Pengaruh Penerapan Metode Kanguru dengan Peningkatan Berat Badan Bayi Baru Lahir Rendah (BBLR) Di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Gombong, 9.
- Asuti, D. D., Rustina, Y., & Waluyanti, F. T. (2018). Sleep Positioning in Low Birth Weight Infants to Reduce Enteral Feeding Intolerance. *NURSCOPE: Jurnal Penelitian dan Pemikiran Ilmiah Keperawatan*, 4(1), 10-17.
- Bebasari, M., Agonwardi, & Nandari. (2017). Pengaruh Perawatan Metode Kanguru Terhadap Kenaikan Berat Badan Pada Bayi Berat Badan Lahir Rendah (BBLR). *Jurnal Ilmu Kesehatan (JIK)*, 1(1), 1-10.
- Bredemeyer, S.L., & Foster, J.P. (2017). Body positioning for spontaneously breathing preterm infants with apnoea (review). *The Cochrane Collaboration*, 6, 1-40.
- Bulechek, Gloria, et al. (2016). *Nursing Interventions Classification (NIC)* Eds. 6. Singapore : Elsevier
- Dahlan, A. K., Kusumawati, W., & Mawarti, R. (2019). Analisis Pelaksanaan Kangaroo Mother Care pada Bayi Berat Lahir Rendah di Rumah Sakit Umum Sawerigading Kota Palopo Sulawesi Selatan.
- Desiraju, M. (2018). How To Burp Your Baby. Retrieved from Kidshealth.org website: <https://kidshealth.org/en/parents/burping.html>
- Efendi, D., Sari, D., Riyantini, Y., Novardian, N., Anggur, D., & Lestari, P. (2019). Pemberian posisi (positioning) dan nesting pada bayi prematur: evaluasi implementasi perawatan di neonatal intensive care unit (NICU). *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 22(3), 169-181.