

Pengalaman Ibu Nifas Tentang Personal Hygiene dan Adap Menyusui dalam Perspektif Islami

Postpartum Period Experience about Personal Hygiene and Adaptation to Breastfeeding in an Islamic Perspective

Siti Saleha¹, Zulfa Hanum²

Dosen Program Diploma III Kebidanan Universitas Almuslim, Bireuen, Aceh

Korespondensi Penulis: saleha89aly@gmail.com, zulfahanum89@gmail.com

Abstrak

Data menunjukkan penurunan pada indikator AKI (per 100.000 kelahiran hidup) dari 390 pada tahun 1991 menjadi 230 pada tahun 2020 (turun -1,80 % per tahun). Angka tersebut belum mencapai target MDGS tahun 2015, yaitu 102 dan SDGs tahun 2030, yaitu kurang dari 70 per 100.000 KH. Pada indikator AKB, data menunjukkan AKB menurun dari 68 pada tahun 1991 menjadi 24 pada tahun 2017 (turun -3,93 % per tahun). Sama halnya dengan AKI, angka penurunan AKB belum mencapai target MDGs tahun 2015 yaitu 23 dan target SDGs Tahun 2030 yaitu 12. Penelitian ini bersifat kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian ini bermaksud untuk mengeksplorasi secara mendalam pengalaman ibu nifas terhadap budaya dalam perawatan masa nifas. Pemilihan partisipan dilakukan secara *snow ball* sampling. Jumlah partisipan dalam penelitian ini adalah yaitu sebanyak 13 partisipan. Hasil: Pengetahuan Partisipan terhadap Personal hygiene Masa Nifas mayoritas tidak mencari informasi tentang persiapan dirinya dalam menghadapi masa nifas. Mereka hanya menerima informasi yang didapatkan dari tenaga kesehatan setelah melahirkan pada saat pulang kerumah. Pengetahuan Partisipan tentang adap menyusui dalam perspektif islami masih kurang, dikarenakan ibu tidak pernah mendapatkan informasi tentang adap menyusui secara islami.

Kata Kunci: *Masa nifas, Personal Hygiene dan Adap menyusui*

Abstract

The data shows a decline in the MMR indicator (per 100,000 live births) from 390 in 1991 to 230 in 2020 (down -1.80% per year). This figure has not yet reached the 2015 MDG target, which is 102 and the 2030 SDGs, which is less than 70 per 100,000 KH. In the IMR indicator, data shows IMR decreased from 68 in 1991 to 24 in 2017 (down -3.93% per year). Similar to MMR, the rate of decline in IMR has not yet reached the 2015 MDGs target of 23 and the 2030 SDGs target of 12. This research is qualitative with a case study approach. This study intends to explore in depth the experiences of postpartum mothers on culture in postpartum care. The selection of participants was done by snow ball sampling. The number of participants in this study was as many as 13 participants. Results: The majority of participants' knowledge of personal hygiene during the postpartum period did not seek information about their preparation for the postpartum period. They only receive information they get from health workers after giving birth when they return home. Participant's knowledge about the adap of breastfeeding in an Islamic perspective is still

lacking, because the mother has never received information about the adap of breastfeeding in an Islamic.

Keywords: *postpartum period, personal hygiene and breastfeeding adaptation*

PENDAHULUAN

AKI merupakan salah satu indikator untuk melihat keberhasilan upaya kesehatan ibu. AKI adalah rasio kematian ibu selama masa kehamilan, persalinan dan nifas yang disebabkan oleh kehamilan, persalinan, dan nifas atau pengelolaannya tetapi bukan karena sebab-sebab lain seperti kecelakaan atau terjatuh di setiap 100.000 kelahiran hidup. Sedangkan AKB menunjukkan banyaknya kematian bayi usia 0 tahun dari setiap 1000 kelahiran hidup pada tahun tertentu atau dapat dikatakan juga sebagai probabilitas bayi meninggal sebelum mencapai usia satu tahun yang dinyatakan dengan per 1000 kelahiran hidup.

Data menunjukkan tren menurun pada indikator AKI (per 100.000 kelahiran hidup) dari 390 pada tahun 1991 menjadi 230 pada tahun 2020 atau turun -1,80 persen per tahun. Meski mengalami penurunan, AKI masih belum mencapai target MDGS tahun 2015, yaitu 102 dan SDGs tahun 2030, yaitu kurang dari 70 per 100.000 kelahiran hidup (Gambar 1). Pada indikator AKB, data menunjukkan tren menurun dari 68 pada tahun 1991 menjadi 24 pada tahun 2017 atau turun -3,93 persen per tahun. Sama halnya dengan AKI, angka penurunan AKB belum mencapai target MDGs tahun 2015 yaitu 23 dan target SDGs Tahun 2030 yaitu 12 (Gambar 2). Di tengah situasi pandemi COVID-19, angka kematian ibu dan bayi melonjak. Angka kematian ibu meningkat sebanyak 300 kasus dari 2019 menjadi sekitar 4.400 kematian pada 2020 sedangkan kematian bayi pada 2019 sekitar 26.000 kasus meningkat hampir 40 persen menjadi 44.000 kasus pada 2020 (Kompas, 2021).

Penyebab dari tingginya AKI dan AKB dapat dikelompokkan menjadi dua yaitu penyebab langsung dan penyebab tidak langsung. Penyebab langsung seperti perdarahan, eklampsia, abortus, infeksi. Sedangkan penyebab tidak langsung seperti pemantauan dan pelayanan yang kurang memadai.

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus (Arikunto, 2013). Penelitian ini bermaksud untuk mengeksplorasi secara mendalam pengalaman ibu nifas terhadap budaya dalam perawatan masa nifas. Hasil penelitian ini disajikan dalam bentuk deskriptif naratif. Partisipan dalam penelitian ini yaitu ibu yang telah melahirkan, memungkinkan untuk diwawancarai (sehat) dan bersedia menjadi partisipan.

Pemilihan partisipan dilakukan secara *snow ball* sampling. Jumlah partisipan dalam penelitian ini adalah yaitu sebanyak 13 partisipan. Pencatatan data wawancara dilakukan secara langsung setelah memperoleh persetujuan dari responden. Peneliti menggunakan pedoman

wawancara ketika melakukan wawancara agar tidak ada pertanyaan yang tertinggal dan peneliti juga membawa catatan jika ada hal-hal penting yang harus dicatat. Pada saat melakukan penelitian proses wawancara dilakukan secara sadar, terarah dan senantiasa bertujuan memperoleh informasi yang diperlukan. Data yang dikumpulkan dalam observasi berasal dari pengamatan tingkah laku responden dan pembicaraannya ringan serta santai. Adapun tahap proses analisis terhadap data yang diperoleh dalam penelitian ini menggunakan langkah Colizzi dalam Streubert & Carpenter (Nursalam, 2008).

Keabsahan data (uji validasi) dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik triangulasi. Dalam penelitian ini teknik triangulasi yang digunakan adalah triangulasi sumber. Penggunaan sumber sebagai triangulasi dengan cara membandingkan dan mengecek kembali data yang diperoleh dari partisipan kepada informan. Informan yang dimaksud adalah suami dan keluarga ibu nifas. Peneliti langsung melakukan triangulasi setelah mewawancari setiap partisipan agar tidak terjadi bias. Peneliti menggunakan ruang tamu. Selama wawancara informan memberikan informasi kepada peneliti secara terbuka sehingga peneliti memperoleh data sesuai yang dibutuhkan (Arikunto, 2013).

HASIL

Subyek penelitian atau partisipan pada penelitian ini diambil secara purposive sampling (partisipan penelitian dipilih berdasarkan tujuan atau kriteria tertentu yang telah ditetapkan sebelumnya). Berikut ini karakteristik partisipan digambarkan melalui tabel rekapitulasi karakteristik partisipan untuk memudahkan pembaca memahami karakteristik partisipan dalam penelitian ini.

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik partisipan

Partisipan	Usia	Obstetri	Tingkat Pendidikan	Pekerjaan	Lama Menikah
P1	32	P3A0	SMA	IRT	9 Tahun
P2	27	P1A0	SMA	IRT	9 Tahun
P3	34	P2A0	S1	IRT	10 Tahun
P4	37	P4A0	SMA	IRT	18 Tahun
P5	30	P1A0	S1	Guru	1 Tahun
P6	21	P1A0	SMK	Wirausaha	1 Tahun
P7	25	P2A1	SMA	IRT	5 Tahun
P8	27	P2A0	D3	Bidan Desa	5 Tahun
P9	44	P3A0	SMA	IRT	15 Tahun
P10	27	P3A0	SMA	IRT	5 Tahun
P11	29	P2A0	D3	Bidan Desa	7 Tahun
P12	37	P3A1	SMP	IRT	11 Tahun

P13	28	PIA0	SMA	IRT	3 Tahun
-----	----	------	-----	-----	---------

Dalam penelitian ini didapatkan partisipan sebanyak 13 orang dan seluruh partisipan dalam penelitian ini sudah dalam kriteria dalam penelitian. Berdasarkan Tabel 1 dapat diketahui bahwa partisipan mempunyai pekerjaan yang beraneka ragam dan sebagian besar partisipan merupakan ibu rumah tangga. Pendidikan paling terendah dari partisipan adalah SMP dan yang paling tertinggi adalah Sarjana. Usia partisipan dalam penelitian ini mulai dari 21 tahun sampai 44 tahun, untuk riwayat persalinan terdapat yang primipara, multipara serta grandemultipara, dan untuk lamanya usia pernikahan mulai 1 tahun sampai 18 tahun.

Setelah membaca hasil transkrip wawancara berulang-ulang dan melihat catatan lapangan dari masing-masing partisipan, peneliti mengidentifikasi kutipan kata dan pernyataan yang bermakna sesuai dengan yang diteliti.

PEMBAHASAN

Pengetahuan Partisipan terhadap Personal hygiene Masa Nifas

Personal hygiene adalah salah satu kemampuan dasar manusia dalam memenuhi kebutuhan guna mempertahankan kehidupannya, kesehatan dan kesejahteraan sesuai dengan kondisi kesehatannya yang dinyatakan terganggu keperawatan dirinya jika tidak dapat melakukan perawatan diri. Personal hygiene berasal dari bahasa Yunani yang berarti personal yang artinya perorangan dan hygiene berarti sehat. Kebersihan perorangan adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan baik fisik maupun psikisnya, terutama selama masa nifas personal hygiene sangat penting bagi ibu post partum (Andarmoyo, 2017)

Dalam kenyataannya mayoritas partisipan tidak mencari informasi persiapan dirinya untuk menghadapi masa nifas. Mereka hanya menerima informasi yang didapatkan dari tenaga kesehatan setelah melahirkan dan akan pulang kerumah. Partisipan juga mencari informasi ketika ada masalah dan mendapatkan sumber informasi tersebut tanpa mengetahui kebenarannya sehingga pemahaman partisipan terhadap perawatan masa nifas ini hanya sebatas pengetahuan yang selama ini didapat dari media sosial sehingga jika mendapatkan saran dari keluarga dan masyarakat langsung diterima mentah-mentah tanpa mengkaji apakah informasi tersebut benar atau tidak dan membahayakan bagi dirinya atau tidak.

Seperti yang diungkapkan partisipan sebagai berikut:

“.. yang diberitahu oleh bidan seperti sering mengganti pembalut, menjaga kebersihan..’(P1), .. jangan gunakan air hangat saat membersihkan kemaluan, karena takut ada luka jahitan yang belum kering..” (P2)

Berdasarkan dari informasi yang didapat dan disimpulkan bahwa dari 13 partisipan yang diwawancarai tidak ada partisipan yang melakukan persiapan untuk menghadapi masa nifas.

Persiapan yang dilakukan partisipan hanya melakukan pemeriksaan ANC secara rutin dan mengakses informasi dari internet. Adapun partisipan yang lain mengutarakan seperti:

“..yang saya tahu, selama nifas mengeluarkan darah sama seperti kita menstruasi..”(P5).. “boleh menggunakan sabun pembersih kewanitaan, supaya tidak bau amis”..(P7)

“.. darah nifas saya kali ini berbeda dengan nifas saya yang lalu, kali ini saya cepat berhenti darahnya dibanding nifas lalu..”(P10) “..diawal-awal saya seperti mengeluarkan darah batu, banyak sekali, sehari bisa sampai 4 kali ganti pembalut..”(P12)

Menurut penelitian hubungan pengetahuan ibu nifas terhadap perilaku personal hygiene selama masa nifas di rumah bersalin mulia sungai raya dalam tahun 2021 didapatkan perilaku personal hygiene ibu nifas secara umum, menunjukkan bahwa dari 30 responden didapatkan lebih dari setengah responden yaitu sebanyak 20 orang (66,67%) memiliki perilaku personal hygiene yang kurang baik. Hal ini kemungkinan disebabkan karena pendidikan, lingkungan hidup dan sosial budaya tempat ibu berada serta sosial ekonomi yang dimiliki oleh setiap ibu. Karena sebagian besar ibu nifas yang berperilaku kurang baik merupakan ibu nifas yang kehidupan sosial ekonominya dalam kategori cukup dan hidup di lingkungan yang masih dalam kategori susah air bersih, karena dari beberapa faktor tersebut membuat ibu nifas kurang mendapatkan informasi yang akurat dan benar mengenai perilaku personal hygiene, sehingga menjadi dampak dalam tindakan ibu untuk menjaga kebersihan atau personal hygiene selama masa nifas.

Penelitian yang dilakukan oleh Dina Dewi (2010) dengan judul hubungan personal hygiene dengan kecepatan kesembuhan luka perineum ibu post partum di seluruh wilayah kerja puskesmas Singosari kabupaten Malang menyimpulkan ada hubungan yang bermakna antara personal hygiene dengan perawatan luka perineum dikarenakan semua responden di Klinik Sehat Harapan Ibu karena sebagian besar sudah mengetahui cara perawatan luka seperti cara menjaga luka bersih dan kering. Hal ini juga sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Johson (2005) bahwa Perilaku Personal hygiene (kebersihan diri) dapat memperlambat penyembuhan hal ini dapat menyebabkan adanya benda asing seperti debu dan kuman. Adanya benda asing, pengelupasan jaringan yang luas akan memperlambat penyembuhan luka dan kekuatan regangan luka menjadi tetap rendah. Berdasarkan teori kebersihan diri ibu membantu mengurangi sumber infeksi dan akan membuat rasa nyaman pada ibu. Merawat dan menjaga perineum ibu tetap selalu bersih dan kering serta membersihkan alat kelamin dari depan ke belakang itu akan membuat proses penyembuhan luka akan cepat sembuh. Melakukan perawatan atau personal hygiene bertujuan untuk mencegah resiko terjadinya infeksi (Hapsari, 2010).

Pengetahuan Partisipan adap menyusui dalam perspektif islami

Setiap partisipan memiliki cara pandang masing-masing dalam terhadap adap menyusui bayinya . Sumber informasi yang diperoleh partisipan berkaitan dengan menyusui berpengaruh terhadap

pengetahuan partisipan. Partisipan banyak mendapatkan arahan dari bidan dan keluarga bagaimana cara melakukan menyusui yang baik dan benar.

Seperti yang diungkapkan partisipan sebagai berikut:

..”mamak bilang kalau mau menyusui, selalu harus diawali dengan bismillah” (P3)..

.. “bidan memberitahu kalau harus berlama-lama saat menyusui”..(P5)

ASI adalah makanan terbaik untuk bayi, sehingga pola pemberian ASI pun perlu diperhatikan juga, termasuk juga Adab atau Etika ketika Menyusui Bayi. Adab ketika menyusui bayi diperlukan agar bayi kita menjadi generasi yang sholih dan sholihah.

Adapun beberapa adap dalam menyusui yaitu: pertama berwudhu dahulu sebelum hendak menyusui, kedua membaca bismillah sebelum menyusui, ketiga membaca doa saat menyusui, para ibu dapat mencoba membacakan doa-doa yang baik untuk bayi ketika menyusui, seperti surah Al-fatihah, atau surah-surah pendek lainnya, Keempat memberikan ASI dengan kedua payudaranya, Memberi ASI melalui kedua payudara secara bergantian sangat disarankan. Hal tersebut dapat memberi lebih banyak manfaat, salah satunya meningkatkan produksi ASI, kelima memiliki ilmu. Pentingnya ilmu untuk para orang tua, khususnya ibu menyusui. Terkadang, selama masa menyusui para ibu akan menemukan berbagai masalah yang dihadapi, yang membuat mereka menyerah menyusui bayi, lalu memberi alternatif lain, seperti susu formula.

Salah satu adab menyusui bayi menurut Islam yang juga tidak kalah penting adalah memiliki ilmu. Pentingnya ilmu untuk para orang tua, khususnya ibu menyusui. Terkadang, selama masa menyusui para ibu akan menemukan berbagai masalah yang dihadapi, yang membuat mereka menyerah menyusui bayi, lalu memberi alternatif lain, seperti susu formula. Padahal, di masa awal kehidupan bayi sangat memerlukan nutrisi yang hanya bisa didapatkan dari ASI. Bahkan, Nabi SAW mengatakan ASI adalah makanan dan minuman terbaik untuk bayi. Janganlah seorang ibu menderita kesengsaraan karena anaknya dan seorang ayah karena anaknya, dan warispun berkewajiban demikian. Apabila keduanya ingin menyapih (sebelum dua tahun) dengan kerelaan keduanya dan permusyawaratan, maka tidak ada dosa atas keduanya. Dan jika kamu ingin anakmu disusukan oleh orang lain, maka tidak ada dosa bagimu apabila kamu memberikan pembayaran menurut yang patut.

Adapun partisipan mengutarakan seperti berikut:

..”Menyusui sampai 6 bulan sebelum dikasih makan, tetapi ASI saya sedikit, jadi saya tambahkan dengan susu formula”..(P4) ...”Saya bekerja, sepertinya tidak sanggup kalo harus ASI Eksklusif”..(P8)

Dan partisipan lain mengutarakan:

..”bayi saya selalu menangis, sepertinya ASI saya tidak buat kenyang”..(P13) ..”ASI saya tidak keluar setelah persalinan, akhirnya saya berikan susu formula”..(P6)

Pada penelitian ini partisipan yang memiliki paritas primipara dan multipara masih merasakan sindrom ASI kurang dan memiliki pengetahuan yang kurang mengenai laktasi yang benar. Partisipan yang merasa ASI nya kurang langsung memberikan susu formula dan makanan sebagai penambah ASI. Hal ini dikarenakan kurangnya konseling pada partisipan mengenai ASI dan Laktasi dengan tenaga kesehatan. Penelitian ini selaras dengan Fahriani et al. (2014) yang mengatakan bahwa tidak ada hubungan antara paritas dengan pemberian ASI Eksklusif. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya adalah konseling menyusui, sehingga partisipan yang mendapatkan konseling ASI sejak kehamilan memiliki peluang lebih tinggi dalam memberikan ASI Eksklusif. Faktor psikis ibu juga berpengaruh terhadap keberhasilan ASI Eksklusif. Ibu yang memiliki percaya diri dan yakin ASI nya cukup dapat menunjang keberhasilan ASI. Partisipan yang merasa produksi ASI kurang memilih untuk memberikan pendamping ASI seperti susu formula dan makanan bayi. Menurut Rahmawati & Prayogi (2017) penambahan susu formula dapat berdampak terhadap kurangnya permintaan bayi terhadap ASI. Hal ini dapat menghambat pengosongan alveoli mammae sehingga produksi ASI akan turun.

Seperti penelitian yang dilakukan oleh Asnawati (2019) tentang pemberian ASI pada anak dalam perspektif AlQuran mengutarakan Ayat Q.S. Al-Baqarah [2]: 233 terdapat kewajiban kedua orang tua mensejahterakan anak, terutama dalam memenuhi kebutuhan jasmani anak yang terkandung dalam Q.S. AlBaqarah: [2]: 233 di antaranya: a.) Kewajiban mendidik anak, b) Memenuhi kebutuhan anak, c) seorang ibu menyusui anaknya dengan masa penyempurnaannya selama 2 tahun, d) kewajiban seorang ayah memberi nafkah kepada anak dan isterinya dengan cara yang baik dan halal. Kandungan surat tersebut berisi tentang kesejahteraan anak secara jasmani yang harus dipenuhi oleh orang tuanya dengan cara yang makruf. Selain mendapatkan kebutuhan jasmani anak, anak juga mendapatkan kebutuhan secara rohani ketika anak menyusu ibunya makan akan timbul rasa rohani anak antara ibu dan anak dengan curahan kasih sayang saat menyusui anaknya. Kebutuhan terpenting jasmani anak untuk kelangsungan hidup agar anak mampu tumbuh dan berkembang sesuai fitrah yang dianugerahkan Allah Subhanahu Wata’ala pada dirinya. Dengan demikian kewajiban yang Allah Subhanahu Wata’ala berikan kepada orang tua yang terdapat dalam kandungan ayat tersebut, menjelaskan betapa pentingnya kebutuhan fisik (jasmani anak). Jika kebutuhan jasmani terpenuhi maka anak merasa bahagia karena, kesejahteraan jasmaninya terpenuhi dengan baik dari orang tuanya diantaranya: kewajiban seorang ibu menyusui anak hingga batas yang paling sempurna 2 tahun dan seorang ayah menafkahi anak dengan cara yang baik.

KESIMPULAN

Kesimpulan yang dapat diambil dalam penelitian ini adalah masih adanya partisipan yang kurang paham terkait dengan personal hygiene pada masa nifas. Kurangnya persiapan partisipan untuk menghadapi masa nifas. Dalam perawatan masa nifas masih ada unsur budaya yang diterapkan dalam keluarga dan partisipan tidak dapat menolak apa yang diintervensikan kepada dirinya. Keluarga dan suami sangat berperan dalam perawatan masa nifas. Partisipan harusnya selalu dibantu oleh keluarga dan suami selama masa nifas. Selain itu untuk Pengetahuan Partisipan adap menyusui dalam perspektif islami masih sangat rendah, dimana masih ada partisipan yang belum mengetahui beberapa adap yang harus diterapkan dalam melalui masa menyusui, diantaranya ilmu yang sangat penting dalam hal menyusui, di dalam alquran telah disurahkan untuk menyempurnakan pemebrian ASI selama 2 tahun.

DAFTAR PUSTAKA

- Asnawati, dkk (2019). *Pemberian ASI pada anak dalam perspektif Islam*.
- Andarmoyo, S. 2017. *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta: ArRuzz Media
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Dina, Dewi (2010). *Hubungan personal hygiene dengan kecepatan kesembuhan luka perineum pada ibu post partum di seluruh wilayah kerja puskesmas singosari kabupaten malang*
<http://ejournal.umm.ac.id/index.php/kep>
- Fahriani R, Rohsiswatmo R, Hendarto A. *Faktor yang Memengaruhi Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi Cukup Bulan yang Dilakukan Inisiasi Menyusu Dini (IMD)*. J Sari Pediatr. 2014;15
- Hapsari (2010). *Health education, personal hygiene, istirahat dan tidur ibu nifas*.
- Johnson R., dan W. Taylor 2005. *Buku Ajar Praktik Kebidanan*. Jakarta: EGC
- Kompas (2021). *Angka Kematian Ibu dan Bayi Meningkat*. Diunduh dari https://www.kompas.id/baca/ilmu-pengetahuanteknologi/2021/03/08/angka-kematian-ibu-dan-bayi-meningkat/?status=sukses_login&status_login=login
- Nursalam, 2008. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* : Jakarta: Salemba Medika
- Rahmawati, A., & Prayogi, B. (2017). *Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Produksi Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Menyusui Yang Bekerja (Analysis Of Factors Affecting Breastmilk Production On Breastfeeding Working Mothers)*. Jurnal Ners Dan Kebidanan, 4 No 2, 134–140.