

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Konsep Masa Nifas (Post Partum)**

##### **2.1.1 Definisi Masa Nifas**

Masa nifas atau masa puerperium adalah masa setelah persalinan selesai sampai 6 minggu atau 42 hari. Selama masa nifas, organ reproduksi secara perlahan akan mengalami perubahan seperti keadaan sebelum hamil. Perubahan organ reproduksi ini disebut involusi (Mastiningsih, 2019). Masa nifas adalah masa yang dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil. Masa nifas berlangsung selama 6 minggu (Dewi, 2014). Dalam bahasa latin waktu mulai tertentu setelah melahirkan anak ini disebut *puerperium* yaitu dari kata *puer* yang artinya bayi. *Puerperium* adalah masa pulih kembali, mulai dari persalinan selesai sampai alat-alat kandungan kembali seperti pra hamil.

##### **2.1.2 Tujuan Asuhan Masa Nifas**

Tujuan Asuhan Masa Post Partum Menurut Sutanto (2018) :

1. Mendeteksi adanya perdarahan masa nifas

Pendeteksian adanya perdarahan masa nifas dan infeksi ini mempunyai porsi besar. Alasan mengapa asuhan masa nifas harus dilaksanakan mengingat bahwa perdarahan dan infeksi menjadi faktor penyebab tingginya AKI. Oleh karena itu, penolong persalinan sebaiknya tetap waspada, sekurang-kurangnya satu jam

postpartum untuk mengatasi kemungkinan terjadinya komplikasi persalinan. Menurut Prawirohardjo dalam Sutanto (2018), Perdarahan persalinan menyebabkan perubahan tanda vital (pasien mengeluh lemah, limbung, berkeringat dingin, menggigil, tekanan darah sistolik <90 mmHg, nadi >100 x/menit, kadar Hb <8 gr%)

## 2. Menjaga kesehatan ibu dan bayinya

Menjaga kesehatan ibu dan bayinya baik fisik maupun psikologis harus diberikan oleh penolong persalinan. Kesehatan fisik yang dimaksud adalah memulihkan kesehatan umum ibu dengan jalan. Ibu dianjurkan untuk mengkonsumsi 500 kalori setiap hari dengan makan diet berimbang untuk mendapatkan karbohidrat, protein, lemak, mineral, dan vitamin, serta minum sedikitnya 3 liter setiap hari. Bidan juga melakukan pencegahan terhadap infeksi dengan memperhatikan keberhasilan dan sterilisasi.

## 3. Melaksanakan skrining secara komprehensif

Melaksanakan skrining yang komprehensif dengan mendeteksi masalah, mengobati, dan merujuk bila terjadi komplikasi pada ibu maupun bayinya. Pada keadaan ini, bidan bertugas melakukan pengawasan kala IV persalinan yang meliputi pemeriksaan plasenta, pengawasan Tinggi Fundus Uteri (TFU), pengawasan Tanda-tanda Vital (TTV), Pengawasan konsistensi rahim dan pengawasan keadaan umum ibu.

4. Memberikan pendidikan kesehatan diri

Bidan memberikan pelayanan kesehatan tentang perawatan diri, perawatan kebersihan pada daerah kelamin bagi ibu bersalin secara normal lebih kompleks daripada ibu bersalin secara operasi karena mempunyai luka episiotomi pada daerah perineum. Bidan mengajarkan bagaimana membersihkan daerah kelamin dengan sabun dan air. Mengajarkan ibu cara merawat luka episiotomi dan merawat perineum ibu melahirkan normal.

5. Memberikan pendidikan mengenai laktasi dan perawatan payudara, dengan cara :

- a. Menjaga payudara tetap bersih dan kering
- b. Menggunakan bra yang menyokong payudara atau menggunakan bra menyusui
- c. Mengajarkan ibu tentang teknik menyusui dan pelekatan yang benar.
- d. Apabila puting susu lecet, oleskan kolostrum ASI yang keluar pada sekitar puting susu setiap kali menyusui.
- e. Lakukan pengompresan apabila bengkak dan terjadi bendungan ASI.
- f. Memberikan semangat kepada ibu untuk tetap menyusui walaupun masih merasakan sakit setelah persalinan.

6. Memberikan konseling mengenai KB, antara lain:
  - a. Idealnya pasangan harus menunggu sekurang-kurangnya 2 tahun sebelum ibu hamil kembali.
  - b. Biasanya wanita akan menghasilkan ovulasi sebelum ia mendapatkan lagi haidnya setelah persalnan, oleh karena itu penggunaan KB sangat dibutuhkan sebelum haid pertama untuk mencegah kehamilan baru.
  - c. Sebelum menggunakan KB sebaiknya dijelaskan efektivitasnya, efek samping, untung ruginya, serta kapan metode tersebut dapat digunakan.
  - d. Jika ibu dan pasangan telah memilih metode KB tertentu, dalam 2 minggu ibu dianjurkan untuk kembali.

### **2.1.3 Tahapan Masa Nifas**

Tahapan masa nifas terbagi menjadi tiga periode, yaitu:

1. Periode Pasca Salin Segera (Immediate Postpartum) 0-24 jam  
Masa segera setelah plasenta lahir sampai dengan 24 jam. Pada masa ini sering terdapat masalah, misalnya perdarahan karena tonia uteri. Oleh sebab itu, tenaga kesehatan harus dengan teratur melakukan pemeriksaan kontraksi uterus, pengeluaran lochea, tekanan darah dan suhu. Perdarahan merupakan masalah terbanyak pada masa ini.
2. Periode Pasca Salin Awal (Early Postpartum) 24 jam – 1 minggu

Masa dimana involusi uterus harus dipastikan dalam keadaan normal, tidak ada perdarahan abnormal, lochea tidak berbau busuk, tidak demam, ibu cukup mendapatkan makanan dan cairan, serta ibu dapat menyusui dengan baik dan melakukan perawatan ibu dan bayinya sehari-hari.

### 3. Periode Pasca Salin Lanjut (Late Postpartum) 1-5 minggu

Masa dimana perawatan dan pemeriksaan kondisi sehari-hari, serta konseling KB (Mastiningsih, 2018).

#### **2.1.4 Perubahan Fisiologis Masa Nifas**

Involusi pada ibu nifas terjadi perubahan yaitu kembalinya seperti sebelum hamil yang meliputi system tubuh manusia diantaranya sistem kardiovaskular, sistem haematologi, sistem reproduksi, sistem pencernaan, sistem perkemihan, sistem musculoskeletal dan perubahan tanda-tanda vital.

Perubahan-perubahan yang terjadi yaitu :

##### 1. Sistem Kardiovaskular

Denyut jantung, volume dan curah jantung meningkat segera setelah melahirkan karena terhentinya aliran darah ke plasenta yang mengakibatkan beban jantung meningkat yang dapat diatasi dengan haemokonsentrasi sampai volume darah kembali normal, dan pembuluh darah kembali ke ukuran semula.

a. Volume darah

Perubahan pada volume darah tergantung pada beberapa variable. Contohnya kehilangan darah selama persalinan, mobilisasi dan pengeluaran cairan ekstrasvaskular. Kehilangan darah mengakibatkan perubahan volume darah tetapi hanya terbatas pada volume darah total. Kemudian, perubahan cairan tubuh normal mengakibatkan suatu penurunan yang lambat pada volume darah. Dalam 2 sampai 3 minggu, setelah persalinan volume darah seringkali menurun sampai pada nilai sebelum kehamilan.

b. *Cardiac Output*

*Cardiac output* terus meningkat selama kala I dan kala II persalinan. Puncaknya selama masa nifas dengan tidak memperhatikan tipe persalinan dan penggunaan anastesi. *Cardiac output* tetap tinggi dalam beberapa waktu sampai 48 jam *postpartum*, akibat dari peningkatan *venous return*, *bradycardi* terlihat selama waktu ini. *Cardiac output* akan kembali pada keadaan semula seperti sebelum hamil 2-3 minggu. (Walyani, 2017)

2. Sistem Haematologi

Selama minggu-minggu terakhir kehamilan, kadar fibrinogen dan plasma, serta faktor-faktor pembekuan darah makin meningkat. Pada hari pertama *postpartum*, kadar fibrinogen dan plasenta akan sedikit menurun, tetapi darah akan mengental sehingga meningkatkan faktor pembekuan darah. Leukositosis yang meningkat dengan jumlah sel darah putih dapat

mencapai  $15.000/\text{mm}^3$  selama proses persalinan akan tetap tinggi dalam beberapa hari *postpartum*. Jumlah sel darah tersebut masih dapat naik lagi sampai 25.000-30.000 tanpa adanya kondisi patologis jika wanita tersebut mengalami persalinan yang lama.

Jumlah Hb, Hmt dan eritrosit sangat bervariasi pada saat awal masa *postpartum* sebagai akibat dari volume darah, plasenta dan tingkat volume darah yang berubah-ubah. Semua tingkatan ini akan dipengaruhi oleh status gizi dan hidrasi wanita tersebut. Selama kelahiran dan *postpartum*, terjadi kehilangan darah sekitar 200-500 ml. penurunan volume dan peningkatan sel darah pada kehamilan diasosiasikan dengan peningkatan Hmt dan Hb pada hari ke-3 sampai hari ke-7 *postpartum*, yang akan kembali normal dalam 4-5 minggu. (Sulistyawati, 2015)

### 3. Sistem Reproduksi

#### a. Uterus

Uterus secara berangsur-angsur menjadi kecil (involusi) sehingga akhirnya kembali seperti sebelum hamil.

1. Bayi lahir fundus uteri setinggi pusat dengan berat uterus 1000 gr
2. Akhir kala III persalinan tinggi fundus uteri teraba 2 jari bawah pusat dengan berat uterus 750 gr
3. Satu minggu *postpartum* tinggi fundus uteri teraba pertengahan pusat simpisis dengan berat uterus 500 gr
4. Dua minggu *postpartum* tinggi fundus uteri tidak teraba diatas simpisis dengan berat uterus 350 gr

5. Enam minggu *postpartum* fundus uteri bertambah kecil dengan berat uterus 50 gr

b. Lochea

Lochea adalah cairan secret yang erasal dari cavum uteri dan vagina dalam mas nifas. Macam-macam lochea :

1. Lochea rubra (cruenta): berisi darah segar dan sisa-sisa selaput ketuban, sel-sel desidua, verniks kaseosa, lanugo, dan meconium, selama 2 hari *postpartum*
2. Lochea sanguinolenta: berwarna kuning berisi darah dan lendir, hari 3-7 *postpartum*
3. Lochea serosa : berwarna kuning cairan ini tidak berdarah lagi, pada hari ke 7-14 *postpartum*
4. Lochea alba : cairan putih, setelah 2 minggu
5. Lochea purulenta : terjadi infeksi, keluar cairan seperti nanah berbau busuk
6. Locheastasis : lochea tidak lancer keluaranya.

b. Serviks

Serviks mengalami involusi bersama sama uterus. Setelah persalinan, ostium eksterna dapat dimasuki oleh 2 hingga 3 jari tangan, setelah 6 minggu persalinan serviks tertutup

c. Vulva dan vagina

Vulva dan vagina mengalami penekanan serta peregangan yang sangat besar selama proses melahirkan bayi, dan dalam beberapa hari pertama

sesudah proses tersebut, kedua organ ini tetap berada dalam keadaan kendur. Setelah 3 minggu vulva dan vagina kembali kepada keadaan tidak hamil dan rugae dalam vagina secara berangsur-angsur akan muncul kembali sementara labia menjadi lebih menonjol.

#### d. Perineum

Segera setelah melahirkan, perineum menjadi kendur karena sebelumnya teregang oleh tekanan kepala bayi yang bergerak maju. Pada *postnatal* hari ke 5, perineum sudah mendapatkan kembali sebagian besar tonusnya sekalipun tetap lebih kendur daripada keadaan sebelum melahirkan (Walyani, 2017).

#### 4. Sistem pencernaan

Ibu *postpartum* biasanya akan mengalami konstipasi setelah persalinan ini disebabkan karena pada waktu persalinan, alat pencernaan mengalami tekanan yang menyebabkan kolon menjadi kosong, pengeluaran cairan berlebih pada waktu persalinan, kurangnya asupan cairan dan makanan, serta kurangnya aktivitas tubuh.

Supaya buang air besar kembali normal, dapat diatasi dengan diet tinggi serat, peningkatan asupan cairan, dan ambulasi awal. Bila ini tidak berhasil, dalam 2-3 hari dapat diberikan obat laksansia.

Selain konstipasi, ibu juga mengalami anoreksia akibat penurunan dari sekresi kelenjar pencernaan dan mempengaruhi perubahan sekresi, serta penurunan kebutuhan kalori yang menyebabkan kurang nafsu makan.

## 5. Sistem perkemihan

Setelah proses persalinan berlangsung, biasanya ibu akan sulit untuk buang air kecil dalam 24 jam pertama. Kemungkinan penyebab keadaan ini adalah terdapat *spasme sfinkter* dan edema leher kandung kemih sesudah bagian ini mengalami kompresi (tekanan) antara kepala janin tulang pubis selama persalinan berlangsung.

Urine dalam jumlah besar akan dihasilkan dalam 12-36 jam *postpartum*. kadar hormone estrogen yang bersifat menahan air akan mengalami penurunan yang mencolok. Keadaan tersebut disebut “diuresis”. Ureter yang berdilatasi akan kembali normal dalam 6 minggu.

Dinding kandung kemih memperlihatkan odem dan *hyperemia*, kadang kadang odem *trigonum* yang menimbulkan *alostaksi* dari uretra sehingga menjadi retensio urine. Kandung kemih dalam masa nifas menjadi kurang sensitive dan kapasitas bertambah sehingga setiap kali kencing masih tertinggal urine residul (normal kurang lebih 15 cc). dalam hal ini, sisa urine dan trauma pada kandung kemih sewaktu persalinan dapat menyebabkan infeksi. (Sulistyawati, 2015)

## 6. Sistem musculoskeletal

Setelah persalinan dinding perut longgar karena diregang begitu lama, tetapi biasanya pulih dalam 6 minggu. Ligamen, fasia, dan diafragma pelvis yang meregang pada waktu persalinan, setelah bayi lahir, secara berangsur angsur menjadi ciut dan pulih kembali sehingga tidak jarang uterus jatuh ke belakang dan menjadi retrofleksi. Alasannya, ligamen

rotundum menjadi kendur. Stabilisasi secara sempurna terjadi pada 6-8 minggu setelah persalinan. Akibat putusnya serat-serat elastic kulit dan distensi yang berlangsung lama akibat besarnya uterus pada saat hamil, dinding abdomen masih lunak dan kendur untuk sementara waktu. Pemulihannya dibantu dengan latihan (Sutanto, 2018).

## 7. Sistem Endokrin

### a. Hormone plasenta

Hormone plasenta menurun dengan cepat setelah persalinan. HCG (*Human Chorionic Gonadotropin*) menurun dengan cepat dan mentaap sampai 10% dalam 3 jam hingga hari ke-7 *postpartum* dan sebagai onset pemenuhan *mamae* pada hari ke-3 *postpartum*.

### b. Hormone Pituitary

Prolactin darah akan meningkat dengan cepat. Pada wanita yang tidak menyusui, prolactin menurun dalam waktu 2 minggu. FSH dan LH akan meningkat pada fase konsentrasi folikuler (minggu ke-3) dan LH tetap rendah hingga ovulasi terjadi.

### c. Hypotalamik pituitary ovarium

Lamanya seorang wanita mendapat menstruasi juga dipengaruhi oleh faktor menyusui. Seringkali menstruasi pertama ini bersifat anovulasi karena rendahnya kadar estrogen dan progesterone.

d. Kadar estrogen

Setelah persalinan, terjadi penurunan kadar estrogen yang bermakna sehingga aktivitas prolactin yang juga sedang meningkat dapat mempengaruhi kelenjar mammae dalam menghasilkan ASI.

8. Perubahan Tanda-tanda vital

a. Suhu badan

Dalam 1 hari (24 jam) *postpartum*, suhu badan akan naik sedikit ( $37,5^{\circ}$  –  $38^{\circ}$  C) sebagai akibat kerja sewaktu melahirkan kehilangan cairan, dan kelelahan. Apabila keadaan normal, suhu badan menjadi biasa. Biasanya, pada hari ke-3 suhu badan naik lagi karena ada pembentukan ASI. Payudara menjadi bengkak dan berwarna merah karena banyaknya ASI. Bila suhu tidak turun, kemungkinan adanya infeksi pada endometrium (*mastitis, tractus genitalis* atau sistem lain).

b. Nadi

Denyut nadi normal pada orang dewasa adalah 60-80 kali per menit. Denyut nadi sehabis melahirkan biasanya akan lebih cepat. Setiap denyut nadi yang melebihi 100 kali per menit adalah abnormal dan hal ini menunjukkan adanya kemungkinan infeksi.

c. Tekanan darah

Tekanan darah biasanya tidak berubah. Kemungkinan tekanan darah akan lebih rendah setelah ibu melahirkan karena adanya perdarahan. Tekanan darah yang tinggi pada saat *postpartum* dapat menandakan terjadinya *pre eklampsi postpartum*. (Sulistiyawati, 2015).

### 2.1.5 Proses Adaptasi Psikologis Ibu Masa Nifas

Proses adaptasi psikologis menurut Rukiyah, dkk (2018) yaitu :

#### 1. *Bounding Attachment*

Proses suatu interaksi terus menerus antara orang tua dan bayi yang bersifat saling mencintai, emosional dan saling membutuhkan. Proses ikatan batin antara ibu dengan bayinya ini diawali dengan kasih sayang terhadap bayi yang dikandung, dan dapat dimulai sejak kehamilan. Ikatan batin antara bayi dan orang tuanya berkaitan erat dengan pertumbuhan psikologi sehat dan tumbuh kembang bayi.

Beberapa pemikiran dasar dari keterikatan ini antara lain:

- a. Keterikatan ini dimulai saat kelahiran. Tetapi si ibu telah memelihara bayinya selama kehamilan, baik si ibu maupun si ayah telah berangan-angan tentang bayi mereka kelak. Hal ini bisa menjadi perasaan positif, negatif, netral.
- b. Kelahiran merupakan sebuah momen di dalam kontinum keterikatan ibu dengan bayinya ketika si bayi bergerak keluar dari dalam tubuhnya.
- c. Hubungan antara ibu dan bayi adalah suatu simbiosis yang saling membutuhkan rasa cinta menimbulkan ikatan batin/keterikatan. Untuk memperkuat ikatan ibu dengan bayi (*Marshall Kalus*) menyarankan ibu agar menciptakan waktu berduaan bersama bayi

untuk saling mengenal lebih dalam dan menikmati kebersamaan yang disebut *babymoon*.

## 2. Respon Ayah dan Keluarga

Jika ibu sudah mengandung bayi selama sembilan bulan, ayah benar-benar merasakan kebersamaan dengan bayi saat lahir. Perkenalan ayah dengan bayi dimulai saat mereka saling bertatapan. Seperti halnya ikatan ibu dengan bayi, kedekatan ayah dengan bayi penting bagi tumbuh kembang bayi, hasil penelitian Robert A Veneziano dalam *the importance of father love* menyebutkan kedekatan ayah dan bayi sangat membantu mengembangkan kemampuan sosial, kecerdasan emosi dan perkembangan kognitif bayi. Hasil penelitian menunjukkan 62% ayah mengalami depresi pasca lahir atau baby blues, perasaan cemas, khawatir dan takut dapat muncul saat seorang pria menyadari dirinya kini memiliki peran baru yaitu sebagai ayah.

Respon keluarga seperti kakek atau nenek akan merasakan kepuasan besar karena melihat satu generasi baru dalam keluarganya dan bahagia karena cucunya akan mengetahui warisan dan tradisi mereka. Dengan adanya anggota keluarga lain seperti kakek, nenek, dan para sepupu akan memberikan kesempatan yang ideal bagi bayi untuk membentuk lebih dari satu ikatan dan masing-masing ikatan akan mempunyai nilai sendiri.

Bagaimana ibu dan ayah serta keluarga berperilaku terhadap bayi baru lahir sebagian dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal.

a. Faktor Internal

Bagaimana mereka diurus orang tua bila si ayah atau individu lain pada waktu kecil dia dididik orang tua mereka dengan keras atau sering diberikan hukuman apabila salah sehingga kemungkinan kedekatan antara ayah dan bayi akan sulit terbentuk. Kebudayaan di banyak masyarakat masih terdapat kepercayaan bahwa ibu dan bayi tidaklah bersih maka harus diisolasi dari ayahnya. Nilai-nilai kehidupan seperti kepercayaan dan nilai-nilai dalam kehidupan mempengaruhi perilaku dan respon seseorang.

b. Faktor Eksternal

Pasangan suami istri yang sangat menginginkan anak tentu saja akan merespon kelahiran bayi dengan bangga dan bahagia. Perhatian yang didapat ibu selama kehamilan, persalinan dan post partum akan menciptakan perasaan bangga akan perannya sebagai ibu bersalin. Sikap pengunjung dengan memberikan pujian dan ucapan selamat dan melihatkan perasaan bangga terhadap si bayi, hal ini akan menumbuhkan perasaan bahagia akan kehadiran si bayi.

3. *Sibling Rivalry*

Merupakan suatu perasaan cemburu atau menjadi pesaing dengan bayi atau saudara kandung yang baru dilahirkan. Kenyataannya semua anak akan merasa terancam oleh kedatangan seorang bayi baru meskipun dengan derajat yang berbeda-beda, baik selama

kehamilan maupun setelah kelahiran. Anak yang lebih tua yang telah membentuk semacam independensi dan ikatan batin yang kuat biasanya tidak merasa terancam akan kedatangan bayi baru daripada anak-anak yang belum mencapai kekuatan ikatan batin yang sama.

Anak-anak yang berusia 3 tahun atau lebih akan cenderung menunggu-nunggu kelahiran adiknya sedangkan anak-anak yang lebih muda dari usia tersebut mungkin akan merasa cemas dalam pembentukan ikatan batin. Jika anak tersebut merasa terancam akan kedudukannya maka perasaan saudara kandung sebagai pesaing/rival akan muncul.

Beberapa hal terpenting untuk meminimalkan masalah yaitu :

- a. Memperkenalkan kepada kakaknya kepada bayi yang ada di dalam kandungan, libatkan kakaknya pada saat mengantar ke dokter, belanja baju bayi.
- b. Menjelaskan soal perubahan fisik dan mental seperti gampang lelah disertai permintaan maaf karena tidak bisa menggendong
- c. Dihari-hari pertama kelahiran bayi bersikaplah sewajarnya seperti biasanya dan libatkan ia dalam menyambut tamu dan tugas-tugas ringan perawatan bayi.

#### 4. Adaptasi Psikologis Ibu Masa Nifas

Kesejahteraan emosional ibu selama periode pascanatal dipengaruhi oleh banyak faktor, seperti kelelahan, pemberian makan yang sukses, puas dengan perannya sebagai ibu, cemas dengan kesehatannya

sendiri. Perubahan mendadak dan dramatis pada status hormonal menyebabkan ibu berada dalam masa nifas yang sensitif, disamping perubahan hormonal, cadangan fisiknya sering sudah terkuras. Sebagian ibu merasa tidak berada dalam waktu yang singkat, namun perasaan ini umumnya menghilang setelah kepercayaan pada diri mereka dan bayinya tumbuh. Rubin melihat beberapa tahap fase aktifitas penting sebelum seseorang menjadi ibu.

a. Taking On

Pada fase ini disebut meniru, pada taking in fantasi wanita tidak hanya meniru tapi sudah membayangkan peran yang dilakukan pada tahap selanjutnya. Pengalaman yang berhubungan dengan masa lalu dirinya (sebelum proses) yang menyenangkan, serta harapan untuk masa yang akan datang. Pada tahap ini wanita akan meninggalkan perannya pada masa lalu.

b. Taking In

Fase ini merupakan periode ketergantungan. Periode ini terjadi 1-2 hari sesudah melahirkan, ibu baru pada umumnya pasif terhadap lingkungannya dan perhatiannya tertuju pada tubuhnya. Peningkatan nutrisi ibu mungkin dibutuhkan karena selera makan ibu biasanya bertambah, kurangnya nafsu makan menandakan tidak berlangsung normal. Ketidaknyamanan yang dialami antara lain mules, nyeri pada luka jahitan, kurang tidur, kelelahan. Hal yang perlu diperhatikan pada fase ini adalah istirahat cukup, dan

komunikasi yang baik. Gangguan psikologis yang dapat dialami ibu pada fase ini adalah :

- 1) Kekecewaan pada bayinya.
- 2) Ketidaknyamanan sebagai akibat perubahan fisik yang dialami
- 3) Rasa bersalah karena belum bisa menyusui bayinya
- 4) Kritikan keluarga tentang perawatan bayinya.

c. Taking Hold

Fase ini berlangsung antara 3-10 hari setelah melahirkan. Ibu merasa khawatir akan ketidakmampuan dan rasa tanggung jawab dalam perawatan bayinya, muncul perasaan sedih (*baby blues*). Perasaan ibu lebih sensitif sehingga mudah tersinggung. Hal yang perlu diperhatikan adalah komunikasi yang baik, dukungan dan pemberian pendidikan kesehatan tentang perawatan diri dan bayinya. Kemungkinan ibu untuk mengalami depresi *postpartum* karena merasa tidak mampu membesarkan bayinya. Pada fase ini ibu cenderung terbuka menerima nasehat bidan dan kritikan pribadi.

d. Letting Go

Fase ini merupakan periode menerima tanggung jawab akan peran barunya. Fase ini berlangsung 10 hari setelah melahirkan. Ibu sudah mulai dapat menyesuaikan diri dengan ketergantungan bayinya. Terjadi peningkatan akan perawatan diri dan bayinya. Ibu merasa percaya diri akan peran barunya, lebih mandiri dalam

memenuhi kebutuhan dirinya dan bayinya. Dukungan suami dan keluarga dapat membantu merawat bayi. Kebutuhan akan istirahat masih diperlukan ibu untuk menjaga kondisinya.

Hal-hal yang harus dipenuhi selama nifas adalah :

- 1) Fisik: istirahat, asupan gizi, lingkungan bersih.
- 2) Psikologi: dukungan dari keluarga sangat diperlukan
- 3) Psikososial: perhatian, kasih sayang, menghibur ibu saat sedih dan menemani saat ibu merasa kesepian.

#### 5. Depresi *Post Partum*

Depresi post partum merupakan perasaan tidak nyaman yang dialami wanita pasca melahirkan yang bisa disebabkan oleh hormon dan gangguan psikologi. Depresi post partum dapat dilihat dari beberapa gejala seperti: sering merasa marah, sedih berlarut-larut, kurang nafsu makan, dan mencemaskan keadaan bayinya.

Setelah ibu melahirkan perubahan hormonal yang terjadi dalam tubuh perempuan dapat memicu terjadinya depresi. Selama kehamilan terjadi lonjakan jumlah estrogen dan progesteron. Dalam 24 jam setelah melahirkan jumlah estrogen dan progesteron kembali normal seperti saat sebelum kehamilan.

Faktor lain yang dapat menyebabkan depresi:

- a. Kelelahan saat melahirkan, berubahnya pola tidur dan kurang istirahat, seringkali menyebabkan ibu yang baru melahirkan

belum kembali ke kondisi normal meskipun setelah berminggu-minggu dari saat melahirkan.

- b. Kegagalan dan kebingungan dengan kelahiran bayi yang baru, perasaan tidak percaya diri dengan kemampuan diri untuk merawat bayi yang baru sementara masih merasa bertanggung jawab dengan semua pekerjaan yang ada.
- c. Perasaan stres dari perubahan dengan pekerjaan maupun kerutinan dalam rumah tangga. Sementara banyak perempuan yang merasa berkewajiban untuk menjadi super woman yang tidak realistis dan sulit dicapai, malahan akan menambah stres yang ada.
- d. Perasaan kehilangan akan identitas diri, akan kemampuan diri akan figure tubuh sebelum kehamilan, akan perasaan dapat mengontrol diri sebelum kehamilan.
- e. Kurangnya waktu untuk diri sendiri, tidak dapatnya mengontrol waktu sebagaimana yang dapat dilakukan sebelum dan selama kehamilan, harus tinggal di dalam rumah dalam jangka waktu lama.

Gejala-gejala depresi berat:

- a. Perubahan pada mood disertai dengan tangisan tanpa sebab
- b. Gangguan pada pola tidur dan pola makan
- c. Perubahan mental dan libido

- d. Dapat pula muncul fobia, serta ketakutan akan menyakiti dirinya sendiri dan bayinya.
- e. Tidak memiliki tenaga atau hanya sedikit saja tenaga yang dimiliki.
- f. Tidak dapat berkonsentrasi
- g. Adanya perasaan bersalah dan tidak berharga pada dirinya.
- h. Menjadi tidak tertarik dengan bayi atau terlalu memperhatikan dan mengkhawatirkan bayinya.
- i. Terdapat perasaan takut untuk menyakiti dirinya sendiri dan bayinya.
- j. Depresi berat biasanya terjadi pada keluarga yang mempunyai riwayat kelainan psikiatrik.

Penatalaksanaan depresi berat:

- a. Dukungan keluarga dan lingkungan sekitar
- b. Terapi psikologis dari psikiater
- c. Kolaborasi dengan dokter untuk memberikan antidepresan
- d. Jangan ditinggal sendirian dirumah
- e. Jika diperlukan lakukan perawatan di rumah sakit.
- f. Tidak dianjurkan rawat gabung dengan bayinya pada penderita depresi berat.

#### 6. *Postpartum Blues (baby blues)*

Postpartum blues dikenal juga dengan kemurungan masa nifas. Keadaan ini umumnya terjadi pada ibu yang baru pertama kali

melahirkan. Biasanya disebabkan oleh perubahan-perubahan yang terjadi dengan sifat yang berbeda secara drastis antara perubahan satu dengan perubahan yang lain. Baik perubahan pada kehamilan, melahirkan, sampai pada cara hidupnya sesudah bayinya lahir. Postpartum blues adalah bentuk depresi yang paling ringan, biasanya timbul antara hari ke-2 sampai ke-14. Biasanya ditandai dengan gejala-gejala seperti sedih, cemas tanpa sebab, menangis tanpa sebab, tidak sabar, tidak percaya diri, sensitive, mudah tersinggung, dan merasa kurang menyayangi bayinya.

Faktor-faktor yang penyebab *postpartum blues*:

a. Faktor hormonal

Perubahan hormonal pada pertengahan masa *postpartum*. Perubahannya terjadi pada kadar estrogen, progesterone, prolaktin, serta estriol yang terlalu rendah. Kadar estrogen turun secara tajam setelah melahirkan dan estrogen memiliki efek supresi aktivitas enzim non-adrenalin maupun serotonin yang berperan dalam suasana hati dan kejadian depresi. Disaat yang sama, kadar hormone kortisol (hormon pemicu stress) pada ibu naik hingga mendekati kadar orang yang mengalami depresi.

b. Faktor demografik

Faktor penyebab yang berhubungan dengan umur dan paritas. Biasanya umur ibu yang terlalu muda saat melahirkan cenderung memiliki kemungkinan lebih besar terkena kondisi ini karena

mereka memikirkan tentang tanggung jawab sebagai ibu untuk mengurus anak. Tindakan itu merupakan sebuah bentuk ketidaksiapan terhadap perubahan peran yang terjadi pada mereka.

c. Faktor psikologis

Berkurangnya perhatian keluarga terutama suami karena semua perhatian tertuju pada anak yang baru lahir. Padahal usia persalinan si ibu yang merasa lelah dan sakit pasca persalinan membuat ibu membutuhkan perhatian. Kecewa terhadap penampilan fisik bayi karena tidak sesuai dengan harapannya juga bisa memicu *baby blues*.

d. Faktor fisik

Kelelahan fisik karena aktifitas mengasuh bayi, menyusui, memandikan, mengganti popok dan menimang sepanjang hari bahkan tidak jarang di malam buta sangatlah menguras tenaga. Apalagi jika tidak ada bantuan dari suami atau anggota keluarganya yang lain.

e. Faktor sosial

Ibu merasa sulit menyesuaikan dengan peran baru sebagai ibu. Apalagi kini gaya hidupnya akan berubah drastis. Ibu merasa dijauhi oleh lingkungannya dan merasakan rasa terikat terus pada si kecil.

Gejala-gejala terjadinya *postpartum blues*:

- a. Sering menangis
- b. Mudah tersinggung dan lupa
- c. Cemas
- d. Labilitas perasaan
- e. Cenderung menyalahkan diri sendiri
- f. Gangguan tidur dan gangguan nafsu makan
- g. *Mood* mudah berubah, cepat menjadi sedih maupun gembira
- h. Perasaan terjebak dan juga marah pada pasangan atau bayinya

Penatalaksanaan *postpartum blues*:

- a. Persiapan diri yang baik selama kehamilan
- b. Komunikasikan segala permasalahan yang ingin disampaikan
- c. Bersikap ikhlas terhadap apa yang dialami
- d. Cukup istirahat
- e. Mendapat dukungan dari keluarga, suami, atau saudara

### **2.1.6 Peran Bidan dalam Masa Nifas**

Peran dan tanggung jawab bidan secara komprehensif dalam asuhan masa nifas sebagai berikut:

1. Memberikan dukungan secara berkesinambungan selama masa nifas sesuai dengan kebutuhan ibu untuk mengurangi ketegangan fisik dan psikologis selama masa nifas atau dapat dikatakan sebagai teman

terdekat sekaligus pendamping ibu nifas dalam menghadapi saat-saat kritis masa nifas,

2. Sebagai promotor yang memfasilitasi hubungan antara ibu dan bayi serta keluarga.
3. Mendorong ibu menyusui serta meningkatkan rasa nyaman ibu dan bayi.
4. Mendeteksi penyulit maupun komplikasi selama masa jifas dan menyusui serta melaksanakan rujukan secara aman dan tepat waktu sesuai dengan indikasi.
5. Memberikan konseling untuk ibu dan keluarganya mengenai cara mencegah perdarahan, mengenali tanda-tanda bahaya pada masa nifas dan menyusui, pemenuhan nutrisi yang baik, serta mempraktekkan personal hygiene yang baik.
6. Melakukan manajemen asuhan kebidanan dengan langkah-langkah; pengkajian, melakukan interpretasi data serta menetapkan diagnosa, antisipasi tindakan segera terhadap permasalahan potensial, menyusun rencana asuhan serta melakukan penatalaksanaan dan evaluasi untuk mempercepat proses pemulihan, mencegah komplikasi, serta untuk memenuhi kebutuhan ibu dan bayi selama periode nifas.
7. Memberikan asuhan kebidanan nifas dan menyusui secara etis professional

8. Mendukung pendidikan kesehatan termasuk pendidikan dalam peranannya sebagai orang tua.
9. Pelaksana asuhan kepada pasien dalam hal tindakan perawatan, pemantauan, penanganan masalah, rujukan, dan deteksi dini komplikasi masa nifas (Sutanto,2018)

## **2.2 Konsep *Bounding Attachment***

### **2.2.1 Definisi *Bounding Attachment***

Jam-jam pertama segera setelah kelahiran merupakan suatu masa yang unik yang disebut dengan masa sensitif ibu dan bayi, dimana keterikatan ini akan terjalin. Agar terjadi suatu keterikatan adalah sangat penting agar ibu dan bayi bisa bersama. Dengan demikian dapat dilihat dan menandai permulaan dari keterikatan tersebut. Orang tua mampu menciptakan ikatan emosional kuat dengan anak akan lebih mudah membentuk karakter anak dan mengisinya dengan nilai-nilai yang baik. *Bounding* memberikan rasa aman pada anak yang bisa dipupuk melalui kontak fisik atau juga tatapan penuh kasih sayang (Rohani dkk, 2011).

*Bounding* adalah proses pembentukan, sedangkan *attachment* adalah melakukan ikatan. Jadi, *bounding attachment* adalah peningkatan hubungan kasih sayang dengan keterikatan batin antara orang tua dan bayi (Mastiningsih, dkk, 2019).

Menurut Mastiningsih, dkk (2019), *bounding attachment* adalah sentuhan atau kontak kulit seawal mungkin antara bayi dengan ibu atau ayah

di masa sensitif pada menit pertama dan beberapa jam setelah kelahiran bayi. Kontak ini menentukan tumbuh kembang bayi menjadi optimal. Pada proses ini terjadi penggabungan berdasarkan cinta dan penerimaan yang tulus dari orang tua terhadap anaknya dan memberikan dukungan asuhan dalam perawatannya secara terus menerus

Dapat disimpulkan bahwa *bounding attachment* merupakan sebuah peningkatan hubungan kasih sayang dengan keterikatan batin antara orang tua dan bayi, dimulai pada kala III sampai dengan masa nifas. Hal ini merupakan proses dimana hasil dari suatu interaksi terus-menerus antara bayi dengan orang tua yang bersifat saling mencintai memberikan keduanya pemenuhan emosional dan saling membutuhkan.

### **2.2.2 Prinsip-prinsip *Bounding Attachment***

Prinsip-prinsip pada *bounding attachment* adalah sebagai berikut:

1. Dilakukan segera pada menit pertama jam pertama
2. Sentuhan orang tua pertama kali
3. Adanya ikatan yang baik dan sistematis berupa kedekatan antara orang tua ke anak.
4. Terlibat pemberian dukungan dalam proses persalinan
5. Persiapan PNC sebelumnya
6. Adaptasi
7. Kontak sedini mungkin sehingga dapat memberi kehangatan bayi, memberi rasa nyaman serta menurunkan rasa sakit ibu

8. Fasilitas untuk memberi kontak lebih lama
9. Penekanan pada hal-hal yang positif
10. Perawat maternitas khusus (bidan)
11. Melibatkan anggota keluarga yang lain atau dukungan sosial dari keluarga, teman
12. Informasi bertahap mengenai *bounding attachment* (Mastiningsih, dkk, 2019)

### **2.2.3 Manfaat *Bounding Attachment* bagi Ibu**

Manfaat *bounding attachment* bagi psikologi ibu antara lain sebagai berikut (Rohani dkk, 2011):

1. Ibu lebih percaya diri
2. Ibu menjadi lebih sensitif terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi.
3. Ibu dapat merespon isyarat dari bayi
4. Ibu dapat merespon bayi sesuai dengan intuisinya
5. Ibu dapat mengendalikan tempramen bayi
6. Ibu dapat membentuk anak yang disiplin

#### **2.2.4 Manfaat *Bounding Attachment* bagi Bayi**

Manfaat *bounding attachment* bagi perkembangan bayi adalah sebagai berikut (Rohani dkk., 2011):

1. Rasa Percaya diri

Perhatian dan kasih sayang orang tua yang stabil, menumbuhkan keyakinan bahwa dirinya berharga bagi orang lain. Jaminan adanya perhatian orang tua yang stabil, membuat anak belajar percaya pada orang lain.

2. Kemampuan membina hubungan yang hangat

Hubungan yang diperoleh anak dari orang lain menjadi pelajaran baginya untuk kelak diterapkan dalam kehidupannya setelah dewasa. Kelekatan yang hangat akan menjadi tolak ukur dalam membentuk hubungan dengan teman hidup dan sesamanya.

3. Mengasihi sesama dan peduli terhadap orang lain

Anak yang tumbuh dalam hubungan kelekatan yang hangat akan memiliki sensitivitas atau kepekaan yang tinggi terhadap kebutuhan sekitarnya. Dia mempunyai kepedulian yang tinggi dan kebutuhan untuk membantu kesusahan orang lain.

4. Disiplin

Kelekatan hubungan dengan anak, membuat orang tua dapat memahami anak sehingga lebih mudah memberikan arahan secara lebih proporsional, empati, penuh kesabaran dan pengertian yang dalam. Anak juga akan belajar mengembangkan kesadaran diri dari

sikap orang tua yang menghargai anak. Sikap menghukum hanya akan menyakiti harga diri anak dan tidak mendorong kesadaran diri. Anak patuh karena takut.

5. Pertumbuhan intelektual dan psikologi

Bentuk kelekatan yang terjalin kelak anak mempengaruhi pertumbuhan fisik, intelektual, dan kognitif, serta perkembangan psikologis anak.

Menurut Nugroho dkk (2017) manfaat *bounding attachment* untuk bayi yaitu :

1. Perumbuhan

Bayi akan mendapatkan gizi yang adekuat melalui ASI yang diperlukan untuk proses metabolisme dan pertumbuhan sel tubuh. Bayi akan merasa nyaman sehingga terlindungi dari faktor lingkungan yang dapat menimbulkan gangguan kesehatan.

2. Perkembangan

a. Meningkatkan perkembangan emosional bayi

Interaksi antara orang tua dan bayi akan memberikan stimulus terhadap perkembangan emosi melalui sentuhan, kontak mata, suara, dll.

b. Meningkatkan perkembangan psikososial manusia pada tahap pertama (sejak lahir sampai satu tahun)

Merupakan pembentukan rasa percaya sebagai dasar bagi keberhasilan tahap-tahap perkembangan selanjutnya. Hal ini terpenuhi apabila bayi merasa aman dan nyaman.

### **2.2.5 Elemen-elemen *Bounding Attachment***

#### **1. Sentuhan**

Sentuhan merupakan suatu saat yang digunakan orang tua untuk mengenali bayinya. Ibu akan meraih bayinya, memeluknya, kemudian memulai eksplorasi dengan ujung jarinya dan telapaknya untuk membelai bayinya. Gerakan-gerakan lembut dari ibu atau ayah dapat menenangkan bayi (Rohani dkk, 2011).

Penelitian telah menemukan suatu pola sentuhan yang hampir sama yakni pengasuh memulai eksplorasi jari tangan ke bagian kepala dan tungkai kaki. Tidak lama kemudian pengasuh memakai telapak tangannya untuk mengelus badan bayi dan akhirnya memeluk dengan tangannya. Gerakan ini dipakai untuk menenangkan bayi (Rubin, 1963; Kennell 1982; Tulman, 1985 dalam Muslihatun, 2010).

#### **2. Kontak Mata**

Menurut Rohani, dkk (2011), dalam mengembangkan suatu hubungan dengan orang lain, bayi memiliki kemampuan untuk mengadakan kontak mata. Bayi dapat melihat dan mengikuti benda yang bergerak dengan jarak optimal 10-12 inci. Interaksi tersebut dapat dibangun dengan cara berikut.

- a. Orang tua menghabiskan waktu yang lama bersama bayinya untuk membuat bayi membuka matanya dan melihatnya
- b. Memposisikan bayi baru lahir cukup dekat agar bayi dapat melihat orang tuanya.

Ketika Bayi baru lahir mampu secara fungsional mempertahankan kontak mata. Orang tua dan bayi akan menggunakan lebih banyak waktu untuk saling memandang. Beberapa ibu mengatakan dengan melakukan kontak mata mereka merasa lebih dekat dengan bayinya (Kennel, 1982 dalam Muslihatun, 2010). Kontak mata memiliki efek yang erat terhadap perkembangan dimulainya hubungan dan rasa percaya sebagai faktor yang penting dalam hubungan manusia pada umumnya.

### 3. Suara

Mendengarkan dan merespon suara antara orang tua dan bayinya sangat penting, orang tua menunggu tangisan pertama bayi mereka dengan senang. Suara tersebut membuat mereka yakin bahwa bayinya dalam keadaan sehat. Tangis tersebut membuat mereka melakukan tindakan menghibur. Sedangkan orang tua berbicara dengan nada suara tinggi, bayi akan menjadi tenang dan berpaling kearah mereka (Mastiningsih, dkk, 2019). Respon antara ibu dan bayi berupa suara masing-masing. Bayi dapat mendengar sejak dalam rahim, jadi tidak mengherankan jika ia dapat mendengarkan suara-suara dan membedakan nada dan kekuatan sejak lahir,

meskipun suara-suara itu terhalang selama beberapa hari oleh amniotik dari rahim yang melekat pada telinga (Maryunani, 2016).

#### 4. Aroma

Menurut Mastiningsih, dkk (2019), perilaku lain yang terjalin antara orang tua dan bayi ialah respon terhadap aroma/bau masing-masing. Ibu berkomentar ketika baru lahir dan mengetahui bahwa setiap anak memiliki aroma yang unik. Ibu suka dengan wangi yang dimiliki bayi dan merasa nyaman ketika dekat bayi, dengan cara menciumi tubuh bayinya. Bayi belajar dengan cepat untuk membedakan aroma susu ibunya. Indera penciuman bayi akan sangat kuat, jika seorang ibu dapat memberikan bayinya ASI pada waktu tertentu (Maryunani, 2016).

#### 5. Entrainment

Bayi mengembangkan irama akibat kebiasaan. Bayi baru lahir bergerak-gerak sesuai dengan struktur pembicaraan orang dewasa. Mereka menggoyangkan tangan, mengkat kepala, menendang-nendang kaki, seperti sedang berdansa mengikuti nada suara orang tuanya. Entrainment terjadi pada saat anak mulai bicara. Irama ini berfungsi memberi umpan balik positif kepada orang tua dan menegakkan suatu pola komunikasi efektif yang positif (Sujiyatini, 2011).

## 6. Bioritme

Anak yang belum lahir atau baru lahir dapat dikatakan senada dengan ritme alamiah ibunya. Salah satu tugas bayi adalah membentuk ritme personal (bioritme). Orang tua dapat membantu proses ini dengan memberi kasih sayang yang konsisten dan dengan memanfaatkan waktu saat bayi mengembangkan perilaku responsif. Janin dalam rahim dapat dikatakan menyesuaikan diri dengan irama alamiah ibunya seperti halnya denyut jantung. Orang tua dapat membantu proses ini dengan memberikan perawatan penuh kasih sayang secara konsisten dan dengan menggunakan tanda keadaan bahaya bayi. Hal ini dapat meningkatkan interaksi sosial dan kesempatan bayi untuk belajar (Mastiningsih, dkk, 2019).

## 7. Inisiasi Dini

Setelah bayi lahir, dengan segera bayi ditempatkan diatas ibu. Ia akan merangkak dan mencari puting susu ibunya. Dengan demikian, bayi dapat melakukan *reflek sucking* dengan segera dan secara langsung bayi akan mengalami kontak kulit dengan ibunya yang menjadikan ibu merasa bangga (Rukiyah, 2012). Menurut Klaus dan Kennel (1982, dalam Bobak 2005) ada beberapa keuntungan fisiologis yang dapat diperoleh dari kontak dini, yaitu sebagai berikut :

- a. Kadar oksitosin dan prolaktin meningkat.

- b. Refleks menghisap dilakukan secara dini.
- c. Proses pembetulan kekebalan aktif dimulai
- d. Mempercepat proses ikatan antara orang tua dan anak.

*Bounding Attachment* dapat dilakukan segera setelah persalinan.

Bayi akan diletakkan di perut ibu sesaat setelah dilahirkan agar ibu dan bayi dapat saling merasakan, membaui, dan menyentuh. Riset membuktikan bahwa ikatan yang kuat dimulai sejak menit-menit atau jam-jam pertama sesudah kelahiran. Peranan ibu dan suami sangat diperlukan dalam pembentukan *bounding attachment* ini.

Tanda kelekatan yang positif antara orang tua dan bayi antara lain sebagai berikut (Mastiningsih, dkk, 2019) :

- a. Memegang bayi ketika memberi makan
- b. Menjalin kontak mata dengan bayi
- c. Berbicara dan bersenandung dengan bayi
- d. Mengenali karakteristik fisik untuk mengagumi bayinya
- e. Mengartikan tingkah laku bayi, diantaranya *reflek grasping* (memegang ke jari)
- f. Memperkenalkan bayi dengan namanya
- g. Tidak bingung dengan kotorannya
- h. Membelai dan memijat bayi agar bayi diam dan tenang

### **2.2.6 Tahap-tahap *Bounding Attachment***

Menurut Rini dkk (2016) tahap-tahap *bounding attachment* yaitu :

1. Perkenalan (*acquaintance*) dengan melakukan kontak mata, menyentuh, berbicara, dan mengeksplorasi segera setelah mengenal bayinya.
2. *Bounding* (keterikatan)
3. *Attachment*, perasaan kasih sayang yang mengikat individu dengan individu lain.

### **2.2.7 Periode Keterikatan Antara Ibu dan Bayi Berkembang**

Ada tiga dasar periode dimana keterikatan antara ibu dan bayi berkembang (Rini dkk, 2016):

#### **1. Periode Prenatal**

Merupakan periode selama kehamilan, dalam masa prenatal ini ketika wanita menerima fakta kehamilan dan mendefinisikan dirinya sebagai seorang ibu, mengecek kehamilan, mengidentifikasi bayinya sebagai individu yang terpisah dari dirinya, bermimpi dan berfantasi tentang bayinya serta membuat persiapan untuk bayi. Para peneliti telah memperlihatkan bahwa melodi yang menenangkan dengan ritme yang tetap, seperti musik klasik atau blues membantu menenangkan kebanyakan bayi, sedang sebagian besar dari mereka menjadi gelisah dan menendang-nendang jika yang dimainkan adalah music rock, ini berarti bahwa para ibu dapat berkomunikasi dengan calon bayinya, jadi proses pembentukan ikatan batin yang begitu penting dapat dimulai sejak kehamilan.

#### **2. Waktu kelahiran dan sesaat setelahnya**

Ketika persalinan secara langsung berpengaruh terhadap proses keterikatan ketika kelahiran bayi. Faktor yang paling menonjol yang bisa mempengaruhi keterikatan selama periode ini adalah pengaruh pengobatan. Proses keterikatan ini dapat terhenti apabila si ibu maupun bayi mengantuk akibat pengaruh pengobatan. Ketika pada waktu kelahiran ini dapat dimulai dengan ibu menyentuh kepala

bayinya pada bagian introitus sesaat sebelum kelahiran, bahkan ketika si bayi ditempatkan di atas perut ibu sesaat setelah kelahiran.

### 3. Postpartum dan pengasuhan awal

Suatu hubungan berkembang sering berjalannya waktu dan bergantung pada partisipasi kedua pihak yang terlibat. Ibu mulai berperan mengasuh bayinya dengan kasih sayang, kemampuan untuk mengasuh agar menghasilkan bayi yang sehat dapat menciptakan perasaan puas, rasa percaya diri, perasaan berkompeten, dan sukses terhadap diri ibu.

#### **2.2.8 Faktor Yang Mempengaruhi *Bounding Attachment***

Faktor-faktor yang mempengaruhi bounding attachment yang terkait dengan ibu adalah sebagai berikut (Rohani dkk,2011):

##### 1. Usia atau tingkat paritas ibu

Usia ibu dihubungkan dengan peningkatan risiko kondisi fisik yang mungkin berpengaruh pada kemampuan ibu membangun suatu hubungan dengan bayi yang baru dilahirkannya. Sementara itu, paritas ibu dihubungkan dengan pengalaman ibu memiliki anak.

##### 2. Kesehatan Ibu

Kesehatan fisik dan psikologis ibu akan berpengaruh pada perilaku kelekatan. Ibu yang memiliki masalah pada kesehatan fisiknya tidak akan memiliki kekuatan untuk membangun hubungan atau ikatan dengan bayi yang baru dilahirkannya. Begitu pula pada ibu

yang memiliki masalah pada psikologisnya, ia tidak akan merespon isyarat yang dilontarkan bayi dengan baik.

### 3. Konsep diri

Konsep diri ibu atau bagaimana perasaan ibu tentang dirinya dapat mempengaruhi adaptasi dengan peran barunya dan evaluasi diri dalam perilaku menjadi orang tua.

Menurut Nugroho dkk (2017), jika ibu nifas senang dalam kehadiran bayinya maka proses *bounding attachment* akan berjalan baik. Sebaliknya jika ibu nifas tidak senang akan kehadiran bayinya maka sulit rasanya untuk melakukan *bounding attachment*.

### 4. Budaya

Latar belakang budaya dapat mempengaruhi bagaimana perilaku dan interaksi ibu dengan bayi baru lahirnya pada periode postpartum.

### 5. Dukungan sosial

Menurut pendapat Friedman 1998 dalam (Rohani dkk,2011), bahwa dukungan dari ayah terhadap bayi dan dari keluarga berhubungan dengan rendahnya tingkat stress ibu dan besarnya perasaan bahwa ibu mampu menjadi orang tua.

### 6. Status sosial ekonomi

Status sosial ekonomi sering dihubungkan dengan tingkat pendidikan ibu, materi dan sumber emosional ibu yang dapat menjadi stressor saat menjadi orang tua. Pengalaman hidup dan

pendidikan mempengaruhi pengetahuan ibu mengenai bagaimana perawatan bayi dan kesehatannya (Rohani dkk, 2011)

#### 7. Pengalaman persalinan

Pengalaman persalinan meliputi hal-hal sebagai berikut

- a. Kontak dini dengan bayinya
- b. Pengalaman yang positif pada saat persalinan
- c. Besarnya dukungan fisik dan emosi selama persalinan
- d. Besarnya konsep diri yang positif
- e. Kesehatan bayi pada waktu lahir
- f. Sedikitnya komplikasi selama persalinan
- g. Perasaan yang positif terhadap kehamilannya
- h. Hasrat untuk melahirkan anak

#### **2.2.9 Faktor Penghambat *Bounding Attachment***

Faktor-faktor penghambat dilakukannya *Bounding Attachment* adalah sebagai berikut (Marmi, 2015):

1. Kurang *support* dari keluarga, orang tua, dan tenaga kesehatan
2. Proses persalinan dengan tindakan SC
3. Bayi dan ibu dengan resiko (tidak rawat gabung)
4. Kehadiran bayi yang tidak diharapkan (*Unwanted child*)

### 2.2.10 Dampak tidak dilakukan *Bounding Attachment*

Anak-anak yang membutuhkan emosionalnya tidak terpenuhi akibat terganggunya *bounding attachment* berpotensi mengalami masalah intelektual, masalah emosional, dan masalah moral dan sosial dikemudian hari. Menurut Nugroho, dkk (2017) yaitu :

#### 1. Masalah Intelektual

##### a. Mempengaruhi kemampuan

Dampaknya akan meluas pada kemampuannya dalam memahami kejadian yang dialami sehari-hari. Akibatnya anak sulit belajar dari kesalahan yang pernah ibu lakukan.

##### b. Kesulitan belajar

Kurangnya kelekatan dengan orang lain membuat anak lamban dalam memahami baik itu instruksi maupun pola-pola yang seharusnya bisa dipelajari dari perlakuan orang tua atau kebiasaan yang dilihat atau dirasakan.

##### c. Sulit mengendalikan dorongan

Kebutuhan emosional yang tidak pernah terpenuhi, membuat anak sulit menemukan kepuasan sehingga ia tidak terdorong untuk selalu mencari dan mendapatkan perhatian orang lain. Untuk itu, ia berusaha sekuat tenaga dengan caranya sendiri untuk mendapatkan jaminan bahwa dirinya bisa mendapatkan apa yang ia inginkan.

## 2. Masalah Emosional

### a. Gangguan bicara

Menurut sebuah penelitian, masalah kelekatan yang di alami anak usia dini dapat mempengaruhi kemampuan berbicaranya. Dalam dunia psikologi, hingga usia 2 tahun dikatakan sebagai masa oral, dimana seorang anak mendapatkan kepuasan melalui mulut (menghisap/mengunyah makanan dan minuman). Oleh sebab itu, proses menyusui menurut para ahli merupakan proses yang amat penting untuk membangun rasa aman yang didapat dari pelukan dan kehangatan tubuh sang ibu nifas.

### b. Gangguan Pola Makan

Ada banyak orang tua yang kurang responsif terhadap tangisan bayinya. Padahal tangisan bayi adalah suatu cara mengkomunikasikan adanya kebutuhan rasa lapar dan haus.

### c. Perkembangan konsep diri yang negatif

Ketiadaan perhatian orang tua, sering mendorong anak membangun image bahwa dirinya mandiri dan mampu hidup tanpa bantuan siapapun. Padahal dalam dirinya tersimpan ketakutan, rasa kecewa, marah, sakit hati terhadap orang tua. Tanpa sadar semua perasaan itu di ekspresikan melalui tingkah laku yang aneh-aneh yang di istilahkan “nakal”, “liar”, “menyimpang”.

### 3. Masalah Moral dan Sosial

Orang tua tidak memberikan patokan moral dan norma pada anaknya sehingga anak kesulitan dalam memenuhi kebutuhan emosionalnya sendiri. Akibatnya anak hanya meniru apa yang di lihatnya dari orang tua dan mencari cara agar tidak terkena hukuman berat. Tidak jarang anak-anak tersebut memunculkan sikap dan tindakan seperti; suka berbohong (yang sudah tidak wajar), mencuri (karena ingin mendapatkan keinginannya), suka merusak dan menyakiti (baik diri sendiri maupun orang lain) kejam dan menurut sebuah penelitian, mereka cenderung tertarik pada darah, api, dan benda tajam.

#### **2.2.11 Keberhasilan *Bounding Attachment***

Menurut Rukiyah (2012), berhasil atau tidaknya proses *bounding attachment* ini sangat dipengaruhi oleh kondisi sebagai berikut :

##### 1. Kesehatan emosional orang tua

Orang tua yang mengharapkan kehadiran si anak dalam kehidupannya tentu akan memberikan respon emosi yang berbeda dengan orang tua yang tidak menginginkan kelahiran bayi tersebut.

##### 2. Tingkat kemampuan, komunikasi dan keterampilan untuk merawat anak

Dalam berkomunikasi dan keterampilan dalam merawat anak, orang tua satu dengan yang lain tentu tidak sama tergantung pada kemampuan yang dimiliki masing-masing.

3. Dukungan sosial seperti keluarga, teman dan pasangan

Dukungan dari keluarga, teman, terutama pasangan merupakan faktor yang juga penting untuk diperhatikan karena adanya dukungan dari orang-orang terdekat akan memberikan suatu semangat/dorongan positif yang kuat bagi ibu untuk memberikan kasih sayang yang penuh kepada bayinya.

4. Kedekatan orang tua ke anak

Dengan metode rooming in ini kedekatan antara orang tua dan anak dapat terjalin secara langsung dan menjadikan cepatnya ikatan batin terwujud diantara keduanya

5. Kesesuaian antara orang tua dan anak (keadaan anak, jenis kelamin)

Anak akan lebih mudah diterima oleh anggota keluarga yang lain ketika keadaan anak sehat/normal dan jenis kelamin sesuai dengan yang diharapkan.

### 2.2.12 Interaksi Ibu dan Bayi Baru Lahir

Menurut Ellemes (2016) interaksi antara ibu dan bayi baru lahir yaitu :

#### 1. Inisiasi Menyusu Dini (*Early Breastfeeding*)

IMD (Inisiasi Menyusu Dini) adalah saat dimana bayi segera mulai untuk menyusu setelah lahir. Kontak kulit antara bayi dan ibunya dilakukan setidaknya selama satu jam segera setelah bayi lahir, selanjutnya bayi akan mencari puting payudara ibu dengan sendirinya. Cara yang dilakukan bayi untuk melakukan IMD ini disebut *The Breast Crawl* atau merangkak mencari payudara (Sondakh, 2013).

Inisiasi Menyusui dini sangat penting untuk mendukung proses *bounding attachment* antara ibu dan bayinya. Dengan proses inisiasi menyusui dini (IMD) para ibu mengalami perannya sebagai seorang ibu dan proses inisiasi menyusu dini membuat ibu lebih dekat dengan bayinya. Ibu dapat merasakan bagaimana ibu dapat melihat dan menyusui bayinya untuk pertama kali. Perasaan itu tumbuh menjadi kasih ibu kepada bayinya.

#### a. Manfaat dilakukan Inisiasi Menyusu Dini (Maryunani, 2012) :

##### 1) Keuntungan Kontak Kulit dengan kulit untuk bayi

- a) Kontak Kulit antara ibu dan bayi dapat menghangatkan bayi, karena suhu pada ibu bisa menyesuaikan dengan suhu tubuh bayi. Sehingga bayi yang diletakkan pada dada

ibu setelah melahirkan bisa mengurangi kejadian hipotermi yang merupakan penyebab dari kematian bayi.

- b) Bayi yang diletakkan pada dada ibu akan merasa lebih tenang dan mengurangi stress pada bayi, hal ini menyebabkan pernafasan dan detak jantung bayi menjadi lebih stabil.
- c) Bayi lebih dahulu akan terpapar dengan bakteri yang tidak berbahaya dan memiliki anti nya pada ASI, kemudian bakteri baik tersebut akan membentuk koloni pada usus bayi sehingga bayi siap untuk melawan bakteri ganas di lingkungan luar.
- d) Kolostrum merupakan cairan yang memiliki banyak kandungan antibodi dan sangat penting untuk pertumbuhan usus dan ketahanan terhadap infeksi yang sangat dibutuhkan bayi.
- e) Pemberian makanan awal ada bayi selain ASI menyebabkan terganggunya pertumbuhan fungsi usus bayi
- f) Bayi yang diberikan kesempatan untuk menyusu dini memiliki kesempatan lebih besar untuk berhasil mendapatkan ASI Eksklusif. Rangsangan pada saat proses menyusu dini merangsang pembentukan oksitosin yang memiliki manfaat untuk:

- Merangsang kontraksi rahim sehingga membantu proses pengeluaran plasenta dan mengurangi perdarahan.
- Merangsang keluarnya hormon-hormon lain yang dapat menyebabkan ibu menjadi lebih tenang dan rileks.
- Merangsang keluarnya ASI dari payudara.

## 2) Keuntungan IMD untuk Ibu

Keluarnya beberapa hormon akibat proses IMD memberikan manfaat bagi ibu, meliputi:

### a) Oksitosin

Merangsang kontraksi uterus, sehingga dapat menurunkan resiko perdarahan pascapersalinan akibat melemahnya kontraksi uterus; merangsang pengeluaran kolostrum dan meningkatkan produksi ASI; ibu menjadi lebih tenang sehingga membantu ibu untuk pengalihan rasa nyeri dari berbagai prosedur pascapersalinan.

### b) Meningkatkan produksi ASI

Membantu ibu mengurangi stress terhadap rasa kurang nyaman akibat tindakan pascapersalinan; memberikan efek relaksasi pada ibu; menunda ovulasi.

## 3) Keuntungan IMD untuk bayi

Bayi mendapatkan makanan dengan kualitas dan kuantitas yang optimal; memberikan kekebalan pasif kepada bayi,

meningkatkan kecerdasan; merangsang refleks pada bayi seperti kemampuan menghisap, menelan, dan bernafas; meningkatkan *bounding attachment* ibu dan bayi; mencegah kehilangan panas; meningkatkan berat badan bayi.

## 2. Keterlibatan Ibu dalam Merawat Bayi Baru Lahir

Menurut Marmi (2015) Ibu berperan penting dalam perawatan bayi baru lahir karena dapat melatih ibu untuk percaya diri dalam merawat bayinya. Dengan merawat bayi ibu dapat mengenal bayi lebih dekat seperti *bounding attachment*. Seperti inisiasi menyusui dini, dengan pemberian ASI seawal mungkin lebih baik paling sedikit 30 menit setelah lahir. Tahapan pemberian ASI tidak terlepas dengan teknik atau posisi ibu dalam menyusui. Tahap-tahap tersebut yaitu :

- a. Dalam proses melahirkan ibu disarankan untuk tidak menggunakan obat kimiawi.
- b. Petugas kesehatan membantu proses melahirkan
- c. Setelah lahir bayi secepatnya dikeringkan tanpa menghilangkan vernix (kulit putih).
- d. Bayi ditengkurapkan di dada atau perut ibu. Dengan kulit bayi melekat pada kulit ibu. Ibu memegangi bayi dengan kedua tangan ibu, dan ibu memasang topi pada kepala bayi untuk mencegah kedinginan dengan dibantu petugas kesehatan.

- e. Bayi ditengkurapkan di dada atau perut ibu, dibiarkan untuk mencari sendiri puting susu ibunya (bayi tidak dipaksakan ke puting susu). Bayi memiliki naluri kuat untuk mencari puting susu ibu.
- f. Saat bayi dibiarkan mencari puting susu ibunya, ibu didukung dan dibantu untuk mengenali perilaku bayi sebelum menyusui. Pada saat bayi menangis ibu menenangkan bayinya.
- g. Bayi dibiarkan tetap dalam posisi kulitnya bersentuhan dengan kulit ibu sampai mencapai puting susu ibu. Ibu membantu memposisikan bayi supaya tidak jauh dengan puting ibu. Kemudian menyelimuti bayi dengan selimut.
- h. Setelah selesai menyusui awal, bayi baru dipisahkan untuk ditimbang diukur, dicap, diberi vitamin K dan tetes mata.
- i. Ibu dan bayi tetap bersama dan dirawat gabung. Rawat gabung juga akan meningkatkan ikatan batin antara ibu dengan bayinya, bayi jadi jarang menangis karena selalu merasa dekat dengan ibunya selain itu memudahkan ibu untuk beristirahat dan menyusui.

### **2.2.13 Respon Antara Ibu dan Bayi Sejak Kontak Awal Hingga Tahap Perkembangannya**

Menurut Marmi (2015) respon antara ibu dan bayi sejak kontak awal hingga tahap perkembangannya yaitu :

#### **1. Sentuhan (*Touch*)**

Ibu memulai dengan ujung jarinya untuk memeriksa bagian kepala dan ekstremitas bayinya. Dalam waktu singkat secara terbuka perabaan digunakan untuk membelai tubuh, dan mungkin bayi akan di peluk di lengan ibu. Gerakan dilanjutkan sebagai usapan lembut untuk menenangkan bayi, bayi akan merapat pada payudara ibu kemudian bayi akan menggenggam satu jari atau seuntai rambut dan terjadilah ikatan antara keduanya.

#### **2. Kontak Mata (*Eye To Eye Contact*)**

Kesadaran untuk membuat kontak mata dilakukan kemudian dengan segera. Kontak Mata mempunyai efek yang erat terhadap perkembangan dimulainya hubungan dan rasa percaya sebagai faktor yang penting dalam hubungan manusia pada umumnya. Bayi baru lahir dapat memusatkan perhatian kepada suatu obyek, satu jam setelah kelahiran pada jarak sekitar 20-25 cm, dan dapat memusatkan pandangan sebaik orang dewasa pada usia kira-kira 4 bulan. Dengan demikian perlu diperhatikan dalam praktek kesehatan, adanya faktor-faktor yang menghambat proses tersebut, misalnya untuk pemberian salep atau tetes mata pada bayi dapat

ditunda beberapa waktu sehingga tidak mengganggu adanya kontak mata dan bayi.

### 3. Aroma (*Odor*)

Indra penciuman pada bayi baru lahir sudah berkembang dengan baik dan masih memainkan peran dalam nalurinya untuk mempertahankan hidup. Penelitian menunjukkan bahwa kegiatan seorang bayi, detak jantung dan pola bernapasnya berubah setiap kali hadir bau yang baru, tetapi bersama dengan semakin dikenalnya bau itu bayi pun berhenti bereaksi. Pada akhir minggu pertama, seorang bayi dapat mengenali ibu dari bau tubuh dan air susu ibunya. Indra penciuman bayi akan sangat kuat, jika seorang ibu dapat memberikan bayinya ASI pada waktu tertentu.

### 4. Kehangatan Tubuh (*Body Warm*)

Jika tidak ada komplikasi yang serius seorang ibu akan dapat langsung meletakkan bayinya di atas perut ibu, baik setelah tahap kedua dari proses melahirkan atau sebelum tali pusat dipotong. Kontak yang segera ini memberi banyak manfaat baik bagi ibu maupun si bayi yaitu terjadinya kontak kulit yang membantu agar bayi tetap hangat.

### 5. Suara (*Voice*)

Respon antara ibu dan bayi berupa suara masing-masing. Orang tua akan menantikan tangisan pertama bayinya. Dari tangisan tersebut, ibu menjadi tenang karena merasa bayinya baik-baik saja. Bayi

dapat mendengar sejak dalam rahim jadi tidak mengherankan jika ia dapat mendengarkan suara-suara, membedakan nada dan kekuatan sejak lahir meskipun suara itu terhalang selama beberapa hari oleh cairan ketuban dari rahim yang melekat pada telinga. Banyak penelitian memperlihatkan bahwa bayi baru lahir bukan hanya mendengar secara pasif melainkan mendengarkan dengan sengaja dan mereka nampaknya lebih dapat menyesuaikan diri dengan suara tertentu contohnya suara detak jantung ibu.

#### 6. Gaya Bahasa (*Entrainment*)

Bayi baru lahir menemukan perubahan struktur pembicaraan dari orang dewasa, artinya perkembangan bayi dalam bahasa dipengaruhi kultur jauh sebelum ia menggunakan bahasa dalam berkomunikasi. Dengan demikian terdapat salah satu yang akan lebih banyak dibawanya dalam memulai berbicara. Selain itu juga mengisyaratkan umpan balik positif bagi orang tua dan membentuk komunikasi yang efektif.

#### 7. Irama Kehidupan (*Bioritme*)

Janin dalam rahim dapat dikatakan menyesuaikan diri dengan irama alamiah ibunya seperti halnya denyut jantung. Salah satu tugas bayi setelah lahir adalah menyesuaikan irama dirinya sendiri. Orang tua dapat membantu proses ini dengan memberikan perawatan penuh kasih sayang secara konsisten dengan

menggunakan tanda keadaan bahaya bayi, untuk mengembangkan respon bayi dan interaksi sosial serta kesempatan untuk belajar.

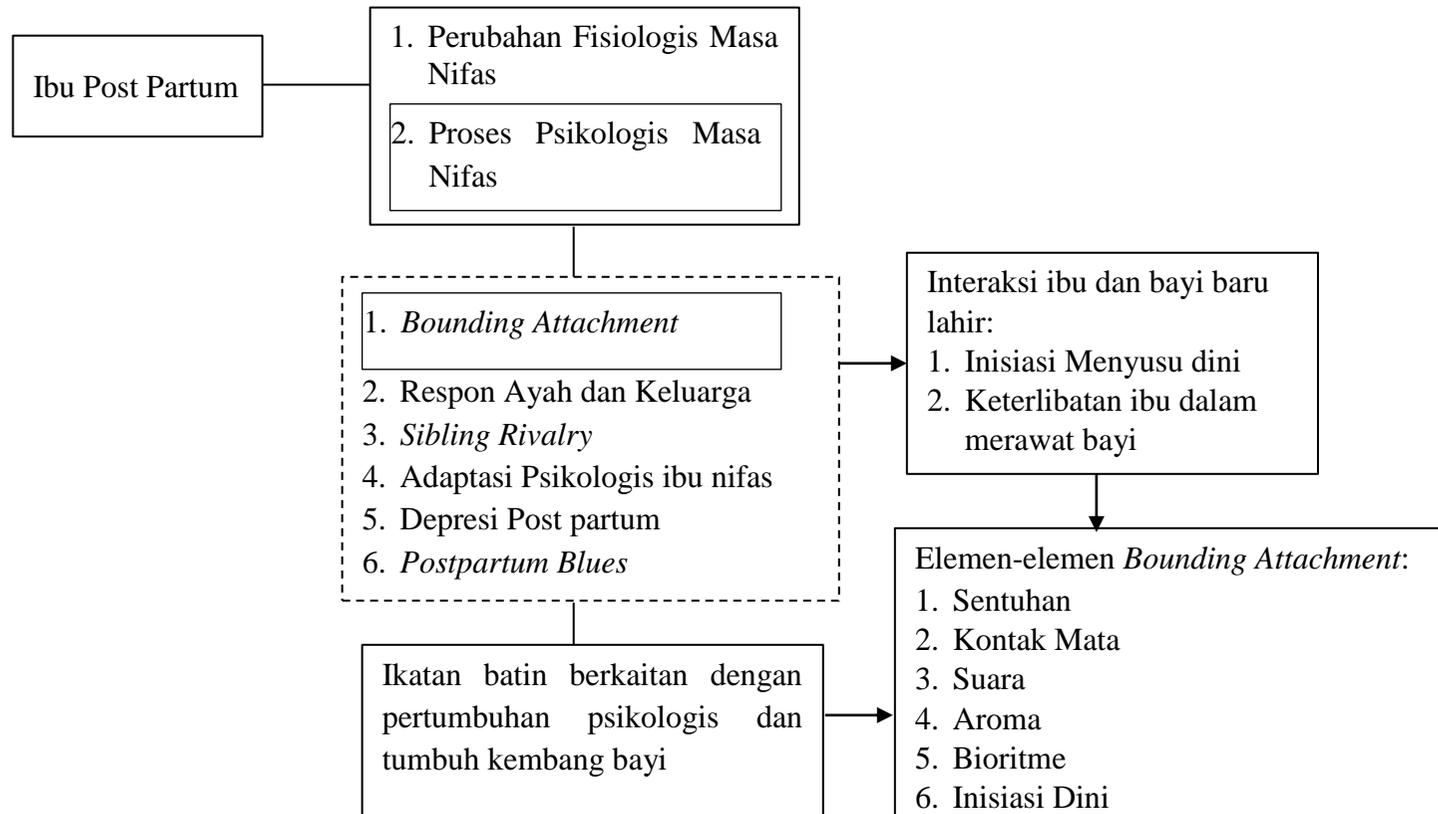
#### **2.2.14 Peran Bidan Dalam Mendukung Terjadinya *Bounding Attachment***

Ada beberapa peran bidan dalam mendukung terjadinya *Bounding Attachment* (Dewi, 2014) diantaranya ialah :

1. Membantu menciptakan terjadinya ikatan antara ibu dan bayi dalam jam pertama pasca kelahiran.
2. Memberikan dorongan pada ibu dan keluarga untuk memberikan respons positif tentang bayinya, baik melalui sikap maupun ucapan dan tindakan.
3. Sewaktu pemeriksaan ANC, bidan selalu mengingatkan ibu untuk menyentuh dan meraba perutnya yang semakin membesar.
4. Bidan mendorong ibu untuk selalu mengajak janin berkomunikasi.
5. Bidan juga men-*support* ibu agar dapat meningkatkan kemampuan dan keterampilannya dalam merawat anak, agar saat sesudah kelahiran nanti ibu tidak merasa kecil hati karena tidak dapat merawat bayinya sendiri dan tidak memiliki waktu yang seperti ibu inginkan.
6. Ketika dalam kondisi yang tidak baik memungkinkan untuk melaksanakan satu cara *Bounding Attachment* dalam beberapa saat setelah kelahiran hendaknya bidan tidak benar-benar memisahkan ibu dan bayi, melainkan bidan mampu untuk mengundang rasa

penasaran ibu untuk mengetahui keadaan bayinya dan ingin segera memeluk bayinya. Pada kasus atau bayi resiko, ibu dapat tetap melakukan *Bounding Attachment* ketika ibu memberikan ASI bayinya atau ketika mengunjungi bayinya diruang *perinatal*.

### 2.3 Kerangka Konsep Penelitian



Keterangan : ————— : Diteliti      - - - - - : Tidak Diteliti

**Gambar 2.3 Kerangka Konsep Penelitian Gambaran Pelaksanaan Bounding Attachment pada Ibu Post Partum**