

# KESIAPAN MENJADI ORANGTUA dan DUKUNGAN MASA NIFAS

Claudia Fauzizah (1910106045)

Alifia Haris Lili Prisanti (1910106049)

Frida Meirizqia Khairunisa (1910106050)

# Yang perlu disiapkan menjadi orangtua

NHS menyampaikan beberapa point penting yang harus ada dalam pendidikan antenatal tentang kesiapan menjadi orang tua yaitu:

- (a) Bayi yang sedang berkembang perlu diperhatikan perkembangan fisik, kognitif, sosial dan emosional bayi selama kehamilan dan pada hari-hari pertama dan minggu setelah kelahiran, serta faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan ini.
- (b) Perubahan untuk orang tua mencakup topik yang berkaitan dengan perubahan praktis dan emosional yang ibu dan ayah hadapi sebagai orang tua, sebagai pasangan dan sebagai keluarga.
- (c) Melahirkan dan bertemu bayi berfokus pada aspek psikologis, sosial dan fisik persalinan dan kelahiran, serta pada pengalaman dari beberapa jam pertama setelah lahir.
- (d) Merawat bayi berkaitan dengan aspek emosional, keterampilan praktis dan tugas yang dihadapi ibu dan ayah dalam mengasuh, merawat dan mengenal bayi baru mereka.

(e) Kesehatan dan kesejahteraan mencakup pilihan kesehatan pribadi - kesehatan dan kesejahteraan ibu dan ayah mempengaruhi perkembangan bayi mereka, adaptasi mereka dalam menjadi orang tua dan kemampuan mereka untuk mengatasi tekanan dan ketegangan.

(f) Orang-orang yang ada untuk mendukung orang tua berkonsentrasi pada cara orang tua memanfaatkan teman dan keluarga yang ada selama kehamilan hingga menjadi orang tua awal, dan bagaimana mereka buat hubungan dengan ibu dan ayah baru lainnya. Ini berkaitan dengan cara terbaik orang tua memanfaatkan layanan dan sumber daya yang tersedia bagi mereka.



# Kapan harus dipersiapkan

Persiapan menjadi orang tua ini sebaiknya dilakukan sejak sebelum menikah. Oleh karena itu adanya pembekalan pranikah penting untuk diberikan kepada calon suami istri. pembekalan pra nikah adalah proses transformasi perilaku dan sikap di dalam kelompok atau unit sosial terkecil dalam masyarakat terhadap calon mempelai. Persiapan kearah perkawinan perlu dilakukan agar mereka yang akan memasukinya betul-betul siap, baik mental maupun material, terutama dalam mewujudkan fungsi-fungsi keluarga. Fungsi-fungsi keluarga itu adalah fungsi pengaturan seksual, fungsi sosialisasi, fungsi penentuan status, fungsi perlindungan dan fungsi ekonomi. Kemudian diperkuat lagi dengan kelas prenatal bagi pasangan yang merencanakan memiliki keturunan. Kelas Pendidikan prenatal merupakan suatu bentuk persiapan yang adekuat bagi orang tua baru dalam menjalani masa transisi menjadi orangtua, pada elemen kehamilan, persalinan dan kelahiran bayi, serta keterampilan umum sebagai orang tua (Ahlden et al, 2012). Dalam kelas prenatal hendaknya menjelaskan dan mendiskusikan tentang berbagai elemen seperti pendidikan kepada orangtua tentang bagaimana menjalani persalinan dan kelahiran, informasi tentang keterampilan yang harus dimiliki orangtua, elemen kepercayaan diri, kesehatan emosional, serta hubungan antara pasangan.



# Daftar Pustaka

<http://ejurnal.stikesprimanusantara.ac.id/>

<https://journal.uii.ac.id/Millah/article/download/7133/6341/12606>

<https://jurnal.pkr.ac.id/index.php/jebima/article/download/273/177>

SELESAI

