

Terapi Kebidanan Komplementer

Nama Kelompok 2 :

Friescha Fricillia Martin
(2010101040)

Natasya Riskya Aprilianti
(2010101046)

Ramona (2010101049)



Skenario

Seorang perempuan, umur 23 tahun, melahirkan anak pertama 3 minggu yang lalu, datang periksa ke praktik mandiri bidan. Keluhan utama yang dirasakan ASI tidak lancar, payudara terasa agak penuh, badan terasa mudah lelah dan kurang fit. Ibu merasa cemas, tidak percaya diri, dan khawatir ASI nya tidak cukup. Saat ditimbang, berat badan bayi ibu masih sama seperti saat lahir. Bayi nya sering rewel dan saat diperiksa perutnya kembung.

Pertanyaan :

01

Apakah asuhan kebidanan komplementer yang aman dan tepat diberikan pada ibu dan bayi tersebut?

02

Apakah manfaat dan tujuan dari diberikannya terapi tersebut?

03

Apakah ada efek samping yang mungkin timbul setelah diberikan terapi tersebut?

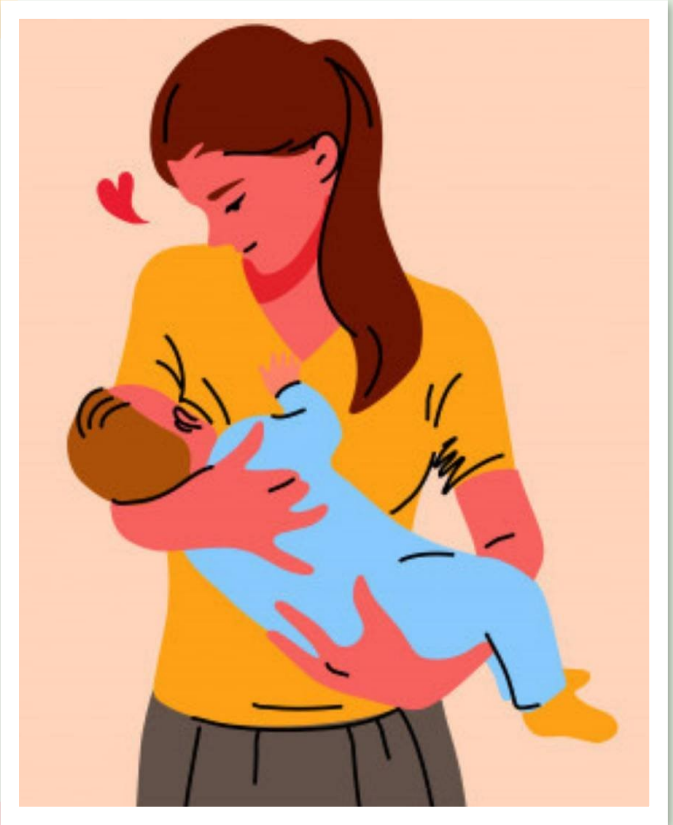


Asuhan Kebidanan Komplementer Pada Ibu

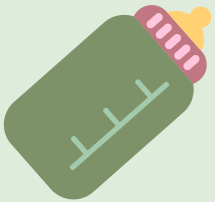
- Akupresure

Teknik pemberian akupresure dapat memberikan perintah kepada hipofisis untuk mengeluarkan hormon prolaktin dan oksitosin, pemberian akupresure dilakukan dengan cara penekanan di beberapa titik tertentu yang kemudian akan memberikan rangsangan pada otak untuk mengeluarkan hormon prolaktin dan hormon oksitosin pada darah yang akhirnya akan membuat produksi ASI meningkat. (Wulandari et al., 2019).

Akupresur juga dapat meningkatkan perasaan rileks pada ibu postpartum, akupresur dapat meningkatkan kadar endorfin dalam darah, dan berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kadar prolaktin titik yang digunakan untuk pijat akupresur ialah tangan, dan dititik lokal pada payudara sehingga membantu pengeluaran ASI secara maksimal (Khabibah & Mukhoirotin, 2019).



Asuhan Kebidanan Komplementer Pada Ibu



- **Hypnobreastfeeding**

Hypnobreastfeeding merupakan teknik relaksasi untuk membantu kelancaran proses menyusui. Caranya memasukkan kalimat-kalimat afirmasi yang positif yang membantu proses menyusui di saat ibu dalam keadaan rileks atau sangat berkonsentrasi pada suatu hal. Definisi hipnosis sendiri adalah suatu kondisi nirsadar yang terjadi secara alami, dimana seseorang mampu menghayati pikiran dan sugesti tertentu untuk mencapai perubahan psikologis, fisik maupun spiritual yang diinginkan. Dalam teknik ini, perubahan yang diinginkan adalah segala hal yang mempermudah dan memperlancar proses menyusui. Contoh kalimat sugestinya: "ASI saya keluar lancar", saya merasa bahagia bisa menyusui", "saya bangga bisa ASI", "saya selalu merasa tenang dan rileks" (Armini, 2016).

- **Yoga**

Yoga merupakan seni meditasi yang berarti penyatuan tubuh dengan pikiran, dan jiwa untuk mencapai kebahagiaan, keseimbangan hidup. Yoga dapat meningkatkan produksi ASI dengan cara mempengaruhi sistem hormon tubuh (Susan, 2010). Ada beberapa gerakan yoga yang juga dapat meningkatkan produksi ASI seperti Gerakan Pranayama dan Asana latihan ini yang dapat mempengaruhi sistem hormon tubuh, dalam melakukan yoga ini dapat meningkatkan hormon prolaktin maka akan terjadinya peningkatan produksi ASI (Yesia Aprillia, 2011).

Asuhan Kebidanan Komplementer Pada Bayi



- **Menggendong Bayi dengan Posisi Football Hold**

Pertama, angkat bayi dalam posisi tengkurap dengan perut menempel di lengan. Posisi kaki mengangkang di pergelangan tangan. Ibu bisa meletakkan dagu bayi agar beristirahat di dekat siku tangan. Menggendong bayi dengan posisi ini membantu memberikan tekanan pada perut bayi sehingga dapat membantu menenangkan dan melepaskan udara. Gerakan menggosok punggung bayi dengan lembut bisa memberikan tekanan tambahan pada perut bayi.

- **Membuat Bayi Tengkurap**

Terapi fisik untuk mengatasi perut kembung pada bayi yang selanjutnya adalah membuat bayi tengkurap. Memposisikan bayi tengkurap menjadi salah satu terapi fisik ketika bayi mengalami perut kembung. Ibu bisa meletakkan bayi dalam posisi tengkurap sambil mengamati bayi. Dengan posisi tengkurap, perut bayi akan mendapat tekanan lembut sehingga membantu mendorong keluar udara yang menyebabkan perut kembung. Posisi tengkurap pada bayi juga membantu untuk mengembangkan kekuatan badan, lengan, dan leher bayi.

Asuhan Kebidanan Komplementer Pada Bayi



- **Pijat Perut Bayi**

Terapi fisik untuk mengatasi perut kembung pada bayi yang selanjutnya adalah memijat perut bayi. Ibu bisa membantu meredakan perut kembung pada bayi dengan melakukan pemijatan perut. Bayi diposisikan dalam keadaan berbaring secara telentang. Kemudian, Ibu bisa menggosok perut bayi dengan lembut dengan gerakan searah jarum jam sampai ke arah bawah lekuk perut bayi. Ibu bisa mengulangi gerakan ini beberapa kali untuk membantu melepaskan udara berlebih pada perut bayi yang membuat perut kembung.

- **Menggendong Bayi dalam Posisi Tegak**

Terapi fisik untuk mengatasi perut kembung pada bayi yang selanjutnya adalah menggendong bayi dengan posisi tegak. Ibu bisa memperhatikan jika bayi dalam keadaan berbaring, udara dalam perut bayi tidak akan mudah keluar. Untuk membantu bayi mengeluarkan udara berlebih penyebab perut kembung, Ibu bisa menggendong bayi dengan posisi tegak. Dengan begitu, membantu udara turun ke bawah.

Manfaat Dan Tujuan Dari Diberikannya Terapi Tersebut

Terapi Akupunktur

Akupunktur merupakan salah satu metode yang digunakan untuk merangsang produktivitas ASI Teknik yang diterapkan dapat membantu memperlancar aliran energi sirkulasi darah sehingga dapat mempengaruhi cara kerja metabolisme hormon. Terapi akupunktur dilakukan sebagai upaya meningkatkan hormon prolaktin dalam proses menyusui. (Patimah et al., 2019)

Terapi Akupressur

Teknik pemberian akupresure dapat memberikan perintah kepada hipofisis untuk mengeluarkan hormon prolaktin dan oksitosin, pemberian akupresure dilakukan dengan cara penekanan di beberapa titik tertentu yang kemudian akan memberikan rangsangan pada otak untuk mengeluarkan hormon prolaktin dan hormon oksitosin pada darah yang akhirnya akan membuat produksi ASI meningkat. (Wulandari et al., 2019). Terapi Hypnobreastfeeding.

Lanjutan...

Terapi Hypnobreastfeeding

Hypnobreastfeeding merupakan teknik relaksasi untuk membantu kelancaran proses menyusui. Caranya memasukkan kalimat-kalimat afirmasi yang positif yang membantu proses menyusui di saat ibu dalam keadaan rileks atau sangat berkonsentrasi pada suatu hal. Dalam teknik ini, perubahan yang diinginkan adalah segala hal yang mempermudah dan memperlancar proses menyusui. Contoh kalimat sugestinya: "ASI saya keluar lancar", saya merasa bahagia bisa menyusui". (Armini, 2016).

Terapi pada Bayi untuk mengurangi rasa kembung

Salah satu penyebab bayi tidak mau menyusu yaitu karena perut bayi merasa kembung. Hal tersebut juga bisa menyebabkan bayi menjadi rewel, terdapat beberapa cara untuk mengatasi perut kembung pada bayi, diantaranya :

1. Menggendong Bayi dengan Posisi Football Hold.

Terapi fisik untuk mengatasi perut kembung pada bayi yang pertama adalah menggendong bayi dengan posisi football hold. Moms bisa melakukan football hold pada bayi dengan menggendong bayi dalam posisi tengkurap. Posisi ini membantu meredakan perut kembung pada bayi.

2. Menggerakkan Kaki Bayi Seperti Mengayuh Sepeda.

Terapi fisik untuk mengatasi perut kembung pada bayi adalah dengan menggerakkan kaki bayi seperti mengayuh sepeda. Gerakan kaki yang melingkar akan menyebabkan gerakan diusus yang akan membantu melepaskan udara berlebihan yang terperangkap di perut.

Efek Samping Yang Mungkin Timbul Setelah Diberikan Terapi Tersebut

Efek samping dari terapi akupuntur yaitu terjadinya nyeri, memar, dan terjadinya perdarahan pasca menusukan. Namun hal tersebut merupakan efek yang sementara. Sedangkan pada terapi akupressure dan hypnobreastfeeding tidak memiliki efek samping pada ibu. Sama halnya dengan terapi yang diberikan pada bayi untuk mengatasi perut kembung juga tidak memiliki efek samping sama sekali.



THANKS!

!!