

Risk Assessment Psikologi dan Laktasi

- Kristian Meri Ngali 1910106036
- Ajeng Dwi Lestari 1910106038

psikologis ibu nifas melalui tahapan seperti

- 1. Fase Taking In
- 2. Fase Taking Hold
- 3. Fase Letting GO

FASE TAKING IN

- Masa ketergantungan → 1-2 hari PP
- Dalam memenuhi kebutuhannya ibu sangat tergantung pada orang lain → Bersikap pasif
- Segala sesuatu berfokus pada diri sendiri
- Terkenang pengalaman saat melahirkan
- Kebutuhan → Istirahat dan makan
- Ketidaknyamanan yang dialami: rasa mulas, nyeri pada luka jahitan, kurang tidur, kelelahan

GANGGUAN PSIKOLOGI YANG DIRASAKAN IBU

- Kekecewaan karena tidak mendapatkan apa yang diinginkan tentang bayinya
- Ketidaknyamanan sebagai akibat perubahan fisik yang dialami oleh Ibu
- Rasa bersalah karena belum bisa menyusui bayinya
- Suami dan keluarga mengkritik ibu tentang cara perawatan bayinya

FASE TAKING HOLD

- Masa ketergantungan → hari ke-3 s/d 10 PP
- Fokus perhatian mulai meluas pada bayinya
- Mandiri dalam perawatan diri sendiri
- Terbuka dalam menerima nasehat → perawatan diri & bayinya
- Saat terbaik memberikan konseling
- Tenaga ibu meningkat & merasa nyaman

FASE LETTING GO

- Merupakan fase menerima tanggungjawabakan peran barunya
- Meningkatnya kemandirian dalam perawatan diri dan bayinya
- Ibu Sibuk dengan tugas tugas sebagai IRT
- Adaptasi psikologis pada periode postpartum merupakan penyebab stress emosional terhadap ibu bahkan menyulitkan bila terjadi perubahan fisik yang hebat.

Laktasi

- Laktasi (pengeluaran ASI) adalah suatu yang berhubungan dengan ibu nifas, bagaimana seorang ibu yang baru melahirkan menyusui bayinya untuk kecukupa gizi sang bayi. Pada masa nifas ibu melalui proses adaptasi.

lanjutan

- hubungan antara laktasi dengan depresi pascasalin pada ibu nifas karena keadaan ibu yang terjadi pada saat trimester ketiga pada kehamilan terjadi proses laktogenesis dimana terjadi proses produksi ASI, dan pengeluaran ASI yang dapat menjadi salah satu pemicu emosional ibu tidak stabil karena pada saat yang bersamaan terjadi penurunan hormon progesteron dan peningkatan kadar estrogen dimana hormon itu seharusnya dalam keadaan stabil. dan terjadinya pembengkakan mammae yang mengakibatkan kesakitan pada ibu, serta kelelahan pada saat menyusui begitu juga peran dan tanggung jawab baru sebagai seorang ibu.

Faktor-Faktor yang mempengaruhi keberhasilan Laktasi

Pengertian

Laktasi adalah keseluruhan proses menyusui mulai dari ASI diproduksi sampai proses menyusu dengan mengisap & menelan ASI

Hormon

- Estrogen
- Progesteron
- Prolaktin
- Somatomammotropin korionik
- G. Hormon

Masalah yang sering timbul pada masa laktasi

- Putting susu datar / terbenam (flat nipple)
 - Putting susu ditarik-tarik sampai menonjol / dengan bantuan pompa susu
- Putting lecet dan nyeri
 - Posisi & cara menyusui yang salah

Cara mengatasi :

- Mulai menyusui pada puting yang tidak sakit
- Susui bayi sebelum bayi sangat lapar
- Perbaiki cara menghisap, bibir bayi menutup areola
- Jangan bersihkan puting dengan sabun atau alkohol

Payudara Bengkak

- Sekitar hari ke 3 – 4 payudara sering terasa lebih penuh atau tegang disertai rasa nyeri.
- *Cara mengatasi*
 1. Susukan bayi tanpa jadwal
 2. Keluarkan ASI dgn pompa atau dgn tangan bila ASI melebihi kebutuhan bayi
 3. Kompres dgn air hangat
 4. Lakukan pengurutan dari puting ke arah pangkal payudara

PERAN BIDAN DALAM MENDUKUNG PROSES LAKTASI

- Yakinkan bahwa bayi memperoleh makanan yang mencukupi dari payudara ibunya.
- Bantulah ibu sedemikian rupa sehingga dia mampu menyusui bayinya sendiri.
- Bidan dapat memberikan dukungan dalam pemberian ASI di antaranya:
- Biarkan bayi bersama ibunya segera sesudah dilahirkan selama beberapa jam pertama.
- Ajarkan cara merawat payudara yang sehat pada ibu untuk mencegah masalah umum yang timbul.
- Bantulah ibu pada waktu pertama kali memberi ASI.
- Bayi harus ditempatkan dekat ibunya di kamar yang sama (rawat tabung, rooming-in).
- Memberikan ASI pada bayi sesering mungkin (setiap 2jam)
- Hanya berikan kolostrum dan ASI saja.
- Hindari susu botol dan dot empeng.
- Tidak menerima sponsor sufor

Referensi

- "View of Hubungan Antara Laktasi Dengan Depresi Pascasalin Pada Ibu Nifas Di RSKD Pertiwi Makassar" <https://uit.e-journal.id/JKKM/article/view/1099/799>

Terima
Kasih

