

Dukungan Sosial Selama Nifas Komplementer

Okta Zenita Siti fatimah^a, Seventina Nurul Hidayah^b, Nora Rahmanindar^c

^aSTIKES Bhakti Pertiwi Indonesia, Jakarta selatan, Indonesia

^{b, c}Politeknik Harapan Bersama, Tegal, Indonesia

Email korespondensi: oktazenitasiti@gmail.com

Abstract

This research is a qualitative study aimed at exploring the experiences of mothers undergoing complementary postpartum period in the village of Bandasari, with a focus on the social support they receive during this period. Data were collected through in-depth interviews with mothers who had recently given birth and through participatory observation in the village. The results of this study indicate that social support plays a significant role in helping mothers cope with the physical and psychological challenges during the complementary postpartum period. This support comes from family, neighbors, and local community members. Furthermore, culture and local values also influence the types of support available and received by mothers. This study provides important insights into the significance of social support in maternal recovery after childbirth and underscores the crucial role of the community in providing support during the complementary postpartum period.

Keywords: Social Support, Complementary Postpartum Period, Experiences

Abstrak

Penelitian ini merupakan studi kualitatif yang bertujuan untuk menggali pengalaman ibu-ibu yang menjalani nifas komplementer di Desa Bandasari, dengan fokus pada dukungan sosial yang mereka terima selama periode nifas komplementer. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan ibu-ibu yang baru melahirkan dan melalui observasi partisipatif di desa tersebut. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki peran yang signifikan dalam membantu ibu-ibu mengatasi tantangan fisik dan psikologis selama nifas komplementer. Dukungan ini berasal dari keluarga, tetangga, dan anggota komunitas lokal. Selain itu, budaya dan nilai-nilai lokal juga mempengaruhi jenis dukungan yang tersedia dan diterima oleh ibu-ibu. Studi ini memberikan wawasan penting tentang pentingnya dukungan sosial dalam pemulihan ibu setelah persalinan dan menggarisbawahi peran penting komunitas dalam menyediakan dukungan selama nifas komplementer.

Kata kunci: Dukungan Sosial, Nifas Komplementer, Pengalaman

PENDAHULUAN

Nifas komplementer sebagai salah satu fase kritis dalam perjalanan keibuan, memerlukan perhatian khusus dalam pemahaman dan dukungan yang diberikan kepada ibu-ibu yang baru melahirkan. (Widaryanti, 2020) Desa Bandasari adalah bagian Desa di

Kecamatan Dukuhturi dengan budaya nifas komplementer yang kental memberikan alasan yang unik untuk memahami bagaimana dukungan sosial mempengaruhi pengalaman ibu-ibu selama periode nifas komplementer. Dalam konteks ini, dukungan sosial dapat menjadi penentu utama dalam pemulihan fisik dan psikologis ibu, serta dalam memperkuat kualitas

perawatan yang diberikan kepada bayi yang baru lahir. (Hayati, 2022)

Periode nifas komplementer, yang sering kali berlangsung selama 40 hari atau lebih setelah persalinan, merupakan tahap penting dalam perjalanan ibu menuju pemulihan total. (Ilmiah & Imelda, 2023) Selama periode ini, ibu menghadapi tantangan fisik, emosional, dan sosial yang khas. Dukungan yang mereka terima dari keluarga, tetangga, dan komunitas setempat dapat memiliki dampak signifikan pada kemampuan ibu untuk mengatasi tantangan-tantangan ini. (Mayasari et al., 2022)

Penelitian sebelumnya telah menyoroti peran penting dukungan sosial dalam pemulihan pasca persalinan dan kesejahteraan ibu. Namun, hanya sedikit penelitian yang fokus pada nifas komplementer, terutama dalam konteks perdesaan. (Suryanti et al., 2021) Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan pengetahuan ini dengan menggali lebih dalam pengalaman ibu-ibu yang menjalani nifas komplementer di Desa Bandasari.

Studi ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam tentang bagaimana dukungan sosial dipersepsikan dan dialami oleh ibu-ibu dalam desa ini. Melalui wawancara mendalam dan observasi partisipatif, kami berharap dapat memberikan wawasan yang berharga tentang bagaimana komunitas lokal berperan dalam memberikan dukungan sosial selama periode nifas komplementer. Pemahaman yang lebih baik tentang peran dukungan sosial dalam nifas komplementer dapat membantu dalam merancang

program-program perawatan kesehatan yang lebih efektif dan berfokus pada pasien serta memastikan bahwa ibu-ibu mendapatkan dukungan yang mereka butuhkan untuk memulihkan diri secara optimal setelah melahirkan. Penelitian ini bertujuan untuk mendalami pengalaman ibu-ibu selama masa nifas komplementer dan menganalisis peran dukungan sosial dalam konteks tersebut.

METODE

Penelitian ini melibatkan 20 ibu-ibu baru melahirkan sebagai sampel yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi yang mencakup variasi usia, paritas, dan latar belakang sosioekonomi di Desa Bandasari. Metode pengumpulan data melibatkan wawancara mendalam dan observasi partisipatif. Instrumen wawancara terdiri dari daftar pertanyaan terbuka yang mencakup aspek fisik, emosional, dan sosial dari pengalaman nifas komplementer. Observasi dilakukan dengan mencatat situasi dan interaksi relevan dalam kehidupan sehari-hari ibu-ibu. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan metode analisis isi (content analysis) untuk mengidentifikasi tema dan konsep utama dalam pengalaman nifas komplementer. Etika penelitian dijaga dengan mendapatkan persetujuan tertulis dari partisipan dan menjaga kerahasiaan data dengan memberikan kode pada data dan tidak mengidentifikasi nama atau informasi pribadi lainnya.

HASIL

Dukungan Sosial dari Keluarga dan Komunitas

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial dari keluarga dan komunitas memainkan peran yang sangat penting selama nifas komplementer di Desa Bandasari. Ibu-ibu yang memiliki jaringan sosial yang kuat dalam keluarga dan komunitas lokal cenderung mengalami tingkat kesejahteraan yang lebih baik. Keluarga, terutama suami dan ibu mertua, adalah sumber dukungan utama dalam bentuk bantuan dalam tugas rumah tangga dan perawatan bayi. Selain itu, komunitas lokal juga memberikan dukungan dalam bentuk kerja sama dalam tugas sehari-hari, seperti memasak bersama atau merawat bayi secara bergantian.

Peran Penting Nilai-Nilai Budaya Lokal

Temuan lainnya adalah bahwa budaya dan nilai-nilai lokal di Desa Bandasari memiliki pengaruh yang signifikan dalam pengalaman nifas komplementer. Praktek-praktek tradisional, seperti konsumsi makanan khusus atau ritual tertentu, merupakan bagian integral dari periode nifas komplementer. Ibu-ibu merasakan bahwa mengikuti praktek-praktek ini adalah cara untuk memastikan pemulihan yang optimal dan untuk menjaga hubungan baik dengan komunitas.

Variabilitas Dukungan Sosial

Namun, penelitian juga mengungkapkan bahwa variabilitas dalam dukungan sosial terjadi berdasarkan faktor-faktor sosial dan ekonomi. Ibu-ibu dengan keterbatasan sosial atau ekonomi mungkin menghadapi kesulitan dalam menerima dukungan yang mereka butuhkan. Hal ini menyoroti perlunya perhatian lebih terhadap mereka yang mungkin rentan terhadap kurangnya dukungan.

Temuan-temuan ini menunjukkan bahwa nifas komplementer adalah periode yang unik dalam pengalaman ibu-ibu dan tidak dapat dipahami hanya dari perspektif fisik. Konteks sosial dan budaya yang melingkupinya memiliki peran sentral dalam pengalaman ini, dan dukungan sosial dari keluarga dan komunitas lokal adalah aspek yang penting dalam perjalanan pemulihan ibu-ibu. Implikasi dari temuan ini dapat membantu perencanaan program perawatan kesehatan dan sosial yang lebih baik untuk ibu-ibu selama nifas komplementer di Desa Bandasari.

PEMBAHASAN

Peran Penting Dukungan Sosial

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial dari keluarga, terutama suami dan ibu mertua, serta dari komunitas lokal, memainkan peran penting dalam membantu ibu-ibu selama nifas komplementer di Desa Bandasari. Keluarga, seperti yang disebutkan oleh responden Siti, berperan dalam membantu tugas-tugas rumah tangga dan merawat bayi. Dukungan emosional juga merupakan aspek penting dari dukungan sosial ini. Hal ini sejalan dengan Ariyanti R bahwa dukungan keluarga sangat berpengaruh dalam pemulihan masa nifas terutama sebagai upaya pencegahan depresi postpartum. (Ariyanti, 2020)

Dalam wawancara dengan Responden Hani, kami melihat bahwa dalam situasi di mana tidak ada keluarga dekat, dukungan dari tetangga memiliki dampak yang signifikan. Tetangga membantu dengan pekerjaan rumah tangga dan merawat bayi, yang memungkinkan ibu untuk beristirahat. Hal ini sejalan dengan penelitian Yulianti R

bahwa dukungan social juga sangat dibutuhkan oleh ibu nifas. (Yulianti et al., n.d.).

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa peran dukungan sosial, baik dari keluarga maupun tetangga, sangat krusial dalam memfasilitasi ibu-ibu selama masa nifas komplementer di Desa Bandasari. Integrasi dukungan sosial ini menjadi aspek penting dalam perancangan intervensi dan program kesehatan reproduksi guna meningkatkan kesejahteraan ibu pasca-melahirkan di tingkat komunitas.

Variabilitas Dukungan Sosial

Penelitian juga mengungkapkan bahwa variabilitas dalam dukungan sosial terjadi berdasarkan faktor-faktor sosial dan ekonomi. Responden Hani mengalami kesulitan karena kurangnya dukungan keluarga dekat. Ini menyoroti perlunya perhatian lebih terhadap ibu-ibu yang mungkin rentan terhadap kurangnya dukungan sosial. Oleh karena itu, perlu ada upaya untuk memastikan bahwa semua ibu-ibu, terlepas dari situasi sosial dan ekonomi mereka, mendapatkan dukungan yang mereka butuhkan selama nifas komplementer. Pernyataan ini sejalan dengan penelitian Widaryanti R 2020 bahwa dukungan selama masa nifas membuat ibu merasakan nyaman selama menjalani proses masa nifas. (Widaryanti, 2020). Dalam mengomentari variabilitas dukungan sosial, bahwa perlunya strategi intervensi yang lebih spesifik dan terarah, terutama untuk ibu-ibu yang mungkin menghadapi kekurangan dukungan. Opini ini didasarkan pada penekanan pentingnya dukungan sosial dalam menciptakan pengalaman nifas yang positif, seiring

dengan penelitian sebelumnya. Oleh karena itu, disarankan untuk mengembangkan program dukungan sosial yang sensitif terhadap kondisi sosial dan ekonomi individu, guna memastikan bahwa setiap ibu mendapatkan dukungan yang sesuai dengan kebutuhannya selama nifas komplementer.

Pengaruh Budaya Lokal

Penting juga untuk mencatat bahwa budaya dan nilai-nilai lokal di Desa Bandasari memainkan peran dalam pengalaman nifas komplementer. Ini termasuk praktek-praktek tradisional yang memengaruhi cara ibu-ibu menjalani nifas komplementer. Penghormatan terhadap nilai-nilai budaya lokal adalah aspek yang penting dalam merencanakan program perawatan yang memadai dan berfokus pada pasien. Integrasi nilai-nilai budaya dalam perancangan program perawatan kesehatan sangat penting. Hal ini karena memahami dan menghargai praktik-praktik tradisional yang dilakukan oleh masyarakat setempat dapat meningkatkan efektivitas dan penerimaan program perawatan. Opini ini sejalan dengan pendekatan kultural kompeten dalam pelayanan kesehatan, di mana pengakuan dan penghargaan terhadap budaya lokal diperlukan untuk mencapai hasil yang optimal dalam pelayanan kesehatan maternal.

Implikasi untuk Perawatan Kesehatan

Temuan-temuan ini memiliki implikasi yang penting dalam perencanaan program perawatan kesehatan dan sosial yang lebih baik untuk ibu-ibu selama nifas komplementer di Desa Bandasari. Upaya dapat dilakukan untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya dukungan sosial dan nilai-nilai budaya dalam perawatan

pasien. Perawat dan petugas kesehatan juga dapat berperan dalam memberikan informasi dan mendukung ibu-ibu dalam mengakses sumber daya yang tersedia untuk mendukung mereka selama periode ini. Petugas kesehatan memiliki tanggung jawab penting dalam memberikan edukasi dan dukungan kepada ibu-ibu selama nifas komplementer. Pendapat ini didasarkan pada keyakinan bahwa pemberian informasi yang tepat dan penekanan pada nilai-nilai budaya dapat meningkatkan kemampuan ibu-ibu untuk mengakses sumber daya yang mendukung kesejahteraan mereka. Dengan demikian, perawat dan petugas kesehatan dapat berperan sebagai fasilitator dalam memperkuat dukungan sosial dan memahami kebutuhan budaya pasien.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa dukungan sosial memiliki peran krusial dalam membantu ibu-ibu selama nifas komplementer di Desa Bandasari. Keluarga, terutama suami dan ibu mertua, serta tetangga dan komunitas lokal, memberikan dukungan yang sangat penting dalam bentuk bantuan dalam tugas rumah tangga, perawatan bayi, dan dukungan emosional. Pengaruh budaya dan nilai-nilai lokal juga memainkan peran dalam cara ibu-ibu menjalani nifas komplementer. Meskipun demikian, variabilitas dalam dukungan sosial terjadi berdasarkan faktor sosial dan ekonomi, dan ibu-ibu yang kurang memiliki dukungan sosial mungkin menghadapi kesulitan yang lebih besar selama periode ini.

Saran

Berdasarkan temuan ini, kami merekomendasikan beberapa langkah untuk

meningkatkan perawatan selama nifas komplementer di Desa Bandasari. Pertama, pendidikan dan kesadaran tentang pentingnya dukungan sosial selama nifas komplementer perlu ditingkatkan di tingkat desa. Program-program pendidikan kesehatan dan sosial dapat membantu dalam memberikan informasi yang lebih baik kepada ibu-ibu dan komunitas tentang bagaimana mereka dapat memberikan dukungan yang lebih baik. Kedua, perlu ada strategi untuk memberikan dukungan tambahan kepada ibu-ibu yang mungkin kurang memiliki dukungan sosial, seperti mereka yang tidak memiliki keluarga dekat di desa. Komunitas lokal dapat memainkan peran penting dalam memberikan dukungan tambahan ini. Terakhir, pelatihan bagi perawat dan petugas kesehatan tentang sensitivitas budaya dan penghargaan terhadap nilai-nilai budaya lokal dapat membantu dalam memberikan perawatan yang lebih baik yang menghormati nilai-nilai budaya ibu-ibu. Dengan mengambil langkah-langkah ini, diharapkan bahwa perawatan selama nifas komplementer di Desa Bandasari dapat ditingkatkan secara signifikan, dan ibu-ibu dapat mendapatkan dukungan yang lebih baik yang sesuai dengan kebutuhan mereka selama periode ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih yang tulus kepada semua pihak yang telah berkontribusi dan mendukung penelitian ini. Terima kasih kepada para ibu yang telah berbagi pengalaman. Kami juga ingin mengucapkan terima kasih kepada keluarga dan komunitas di Desa Bandasari atas

keramahan dan kerja sama mereka dalam proses pengumpulan data.

Kami berharap temuan-temuan dari penelitian ini dapat memberikan manfaat dan wawasan yang berguna bagi upaya meningkatkan perawatan ibu-ibu selama nifas komplementer di Desa Bandasari dan mungkin juga di tempat-tempat lain.

DAFTAR PUSTAKA

Ariyanti, R. (2020). HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN RISIKO DEPRESI POSTPARTUM. *Jurnal Kebidanan Mutiara Mahakam*, 8(2), 94–101.

Hayati, F. (2022). Pendidikan Kesehatan tentang Terapi Komplementer pada Masa Nifas. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 4(1), 21.
<https://doi.org/10.36565/jak.v4i1.178>

Ilmiah, J., & Imelda, K. (2023). *JIKEBI* (Vol. 9, Issue 1). Online. <http://jurnal.uimedan.ac.id/index.php/JURNALKEBIDANAN>
mepage:<http://jurnal.uimedan.ac.id/index.php/JURNALKEBIDANAN>

Mayasari, S. I., Yuliyani, Y., & Jayanti, N. D. (2022). Implementasi Asuhan Komplementer pada Keluhan Ibu Postpartum Berbasis Homecare. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(4), 676–686.
<https://doi.org/10.33860/pjpm.v3i4.1070>

Suryanti, Y., Restianda, L., Arzella, S., Studi III Kebidanan, P. D., & Mitra Adiguna Palembang, S. (2021).

PENYULUHAN KONSELING MITOS DAN FAKTA MASA NIFAS. *Communnity Development Journal*, 2(2), 418–423.

Widaryanti, R. (2020). Pengetahuan dan Penerimaan Terapi Komplementer pada Ibu Nifas Berbasis Kearifan Lokal. *Medika Respati : Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 15(4), 267–272.

Yulianti, R., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Cirebon, M. (n.d.). *LITERATURE REVIEW KESEHATAN MASYARAKAT TENTANG KOMPLEMENTER KEBIDANAN*.