



Sentuhan Ibu: Keajaiban Perawatan Metode Kanguru yang Menghidupkan Harapan di Ruang Perinatologi

Oleh : Asri Sukmaningtyas, S.Kep.,Ns.

Pendahuluan

Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) adalah bayi yang lahir dengan berat kurang dari 2500 gram, baik karena lahir prematur maupun karena pertumbuhan terhambat di dalam kandungan. Mereka sangat rentan terhadap berbagai komplikasi, seperti hipotermia (suhu tubuh rendah), kesulitan menyusu, infeksi, hingga masalah perkembangan jangka panjang. Dalam upaya memberikan perawatan terbaik bagi BBLR.

Bayi yang terlahir prematur atau dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) seringkali harus memulai kehidupannya di balik dinding inkubator, jauh dari dekapan hangat ibunya. Ruang perinatologi, dengan suara monitor yang konstan dan cahaya lampu yang terang, bisa menjadi lingkungan yang menegangkan bagi bayi mungil ini. Namun, di tengah semua intervensi medis yang canggih, ada satu "obat" sederhana namun luar biasa ampuh: sentuhan ibu melalui Perawatan Metode Kanguru (KMC).

Metode Kangaroo Mother Care (KMC) atau Perawatan Metode Kanguru (PMK) telah menjadi standar emas yang terbukti efektif dan direkomendasikan secara luas oleh organisasi kesehatan dunia.

KMC adalah metode perawatan bayi dengan melakukan kontak kulit-ke-kulit antara bayi dan ibunya (atau pengganti ibu), biasanya ditempelkan di dada ibu, menyerupai cara induk kanguru menggendong anaknya. Metode ini bukan hanya tentang kehangatan fisik, tetapi juga stimulasi sensorik, dukungan emosional, dan ikatan awal yang krusial

Lebih dari sekadar pelukan, KMC adalah sebuah keajaiban yang terbukti secara ilmiah mampu menghidupkan harapan dan mengubah nasib bayi-bayi pejuang di unit perawatan intensif neonatal.

Memahami Dunia Bayi di Ruang Perinatologi

Bayi baru lahir yang membutuhkan perawatan di ruang perinatologi (sering disebut Neonatal Intensive Care Unit/NICU) adalah kelompok yang sangat rentan. Sistem tubuh mereka mulai dari pernapasan, pencernaan, hingga kekebalan tubuh seringkali belum berfungsi optimal. Lingkungan NICU, meskipun dirancang untuk menyelamatkan jiwa, bisa menjadi sumber stres yang besar bagi bayi-bayi ini. Kebisingan, prosedur yang menyakitkan, dan minimnya kontak fisik dengan orang tua dapat memengaruhi perkembangan otak mereka yang sedang pesat. Selama periode emas perkembangan otak ini, setiap pengalaman sensorik membentuk arsitektur otak, dan paparan stres dapat memiliki dampak jangka panjang.

Sentuhan Ibu: Bahasa Universal Kehidupan

Sentuhan adalah kebutuhan dasar manusia, terutama bagi bayi baru lahir. Bagi mereka, sentuhan adalah bahasa pertama dari kasih sayang, keamanan, dan koneksi. Sentuhan langsung dari kulit ke kulit, yang menjadi inti KMC, mengaktifkan sistem saraf parasimpatis, yang bertanggung jawab untuk "istirahat dan mencerna." Ini membantu mengurangi produksi hormon stres seperti kortisol, sekaligus meningkatkan pelepasan oksitosin dan endorfin hormon kebahagiaan dan ikatan baik pada ibu maupun bayi. Dalam konteks teori keterikatan (attachment theory), sentuhan adalah fondasi utama dalam membangun ikatan aman yang krusial bagi perkembangan emosional dan sosial anak di masa depan.

Manfaat Ajaib KMC bagi Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR)

KMC telah melewati berbagai uji klinis dan terbukti memberikan manfaat yang melampaui ekspektasi. Setiap dekapan kanguru yang diberikan ibu adalah bagian dari terapi yang menyeluruh.

1. Stabilisasi Fisiologis Optimal

Salah satu tantangan terbesar bagi BBLR adalah menjaga suhu tubuh tetap stabil. Lapisan lemak yang tipis dan luasnya permukaan tubuh membuat mereka rentan terhadap hipotermia. KMC menyediakan "inkubator alami" yang sangat efisien. Kontak kulit-ke-kulit langsung antara ibu dan bayi mentransfer panas tubuh ibu ke bayi secara optimal. Studi menunjukkan bahwa KMC secara signifikan membantu menstabilkan suhu tubuh bayi prematur dan BBLR, mengurangi episode hipotermia, serta menjaga suhu dalam rentang normal lebih baik daripada hanya mengandalkan inkubator

(Abbass, El-Haddad, & Ali, 2020). Selain itu, irama napas dan detak jantung ibu yang teratur berfungsi sebagai stimulan ritmis, membantu menstabilkan pola napas dan detak jantung bayi, bahkan mengurangi episode apnea dan bradikardia (Khorana, et al., 2021). Lingkungan yang tenang dan ritmis ini mendukung pematangan sistem saraf otonom bayi.

2. Peningkatan Kualitas Tidur dan Pengurangan Stres

Lingkungan NICU yang serba terang dan bising dapat mengganggu pola tidur bayi yang rapuh. KMC membantu menciptakan kondisi yang lebih tenang dan gelap, mendukung pola tidur-bangun yang lebih teratur dan berkualitas. Kualitas tidur yang baik sangat esensial untuk perkembangan otak. Lebih jauh, kontak fisik ini terbukti menurunkan kadar kortisol, hormon stres, pada bayi (Al-Hakami, et al., 2020). Mengurangi stres toksik pada otak yang sedang berkembang sangat penting untuk perkembangan neurologis, termasuk mielinisasi dan pembentukan sinapsis. KMC juga dapat berfungsi sebagai intervensi non-farmakologis yang efektif untuk mengurangi rasa sakit selama prosedur medis minor, memberikan kenyamanan yang tak ternilai bagi bayi.

3. Peningkatan Keberhasilan Menyusui dan Pertumbuhan Optimal

Kedekatan kulit-ke-kulit merangsang refleks mencari puting pada bayi BBLR dan meningkatkan inisiasi serta durasi menyusui. Sentuhan fisik dengan payudara ibu merangsang *rooting reflex* bayi dan memicu pelepasan oksitosin pada ibu, yang penting untuk produksi dan pengeluaran ASI. Penelitian menunjukkan bahwa bayi BBLR yang menerima KMC memiliki tingkat keberhasilan menyusui eksklusif yang lebih tinggi dan peningkatan berat badan yang lebih baik (Khan, et al., 2022). Energi yang dihemat untuk termoregulasi dalam KMC juga dapat dialokasikan untuk pertumbuhan, membantu bayi mengejar ketertinggalan berat badannya.

4. Penguatan Kekebalan Tubuh

KMC juga berkontribusi pada peningkatan kekebalan tubuh bayi. Paparan terhadap mikrobiota kulit ibu selama kontak kulit-ke-kulit membantu kolonisasi bakteri baik pada bayi, yang penting untuk pengembangan sistem kekebalan usus. Selain itu, peningkatan keberhasilan menyusui berarti transfer antibodi pelindung dari ASI ibu ke bayi juga lebih efektif, memberikan perlindungan tambahan terhadap infeksi.

5. Pembentukan Ikatan Emosional dan Kesejahteraan Ibu

Salah satu aspek paling menyentuh dari KMC adalah dampaknya pada ibu. Saat bayi BBLR dirawat di inkubator, ikatan emosional antara ibu dan bayi seringkali terhambat. KMC secara signifikan memperkuat ikatan ibu-bayi (*bonding*), mengurangi perasaan cemas, khawatir, dan depresi pascapartum pada ibu (Kadam, et al., 2023). Sentuhan ini memberikan rasa percaya diri dan kompetensi kepada ibu dalam merawat bayinya yang rapuh, sebuah pengalaman yang memberdayakan di tengah tantangan.

Tantangan dan Peran Perawat: Dekapan sebagai Terapi

Meskipun manfaat KMC sangat luas, implementasinya di ruang perinatologi tidak selalu tanpa tantangan. Kondisi medis bayi yang sangat kritis, keterbatasan sumber daya rumah sakit, atau kurangnya pengetahuan staf dan orang tua bisa menjadi hambatan. Namun, setiap tantangan ini memiliki solusi.

Perawat memegang peran sentral dalam memfasilitasi KMC. Mereka adalah edukator yang menjelaskan manfaat KMC kepada orang tua, fasilitator yang membantu memposisikan ibu dan bayi dengan aman meskipun terpasang alat medis, advokat yang memperjuangkan hak ibu dan bayi untuk kontak fisik, dan mentor yang memberikan bimbingan praktis serta dukungan emosional. Pengembangan protokol KMC yang jelas, edukasi berkelanjutan bagi staf, dukungan psikososial bagi orang tua, dan penciptaan lingkungan yang mendukung KMC adalah kunci keberhasilan.

Kesimpulan: Setiap Sentuhan Adalah Harapan

Kangaroo Mother Care telah membuktikan dirinya sebagai intervensi yang tidak hanya efektif, tetapi juga menghidupkan dan menyelamatkan jiwa. Ia adalah bukti nyata bagaimana cinta, kehangatan, dan sentuhan sederhana dapat menjadi terapi medis paling canggih di dunia perinatologi. Dari stabilisasi fisiologis, peningkatan pertumbuhan, perkembangan neurologis yang optimal, hingga penguatan ikatan batin yang tak terpisahkan, KMC adalah fondasi yang kokoh bagi masa depan bayi-bayi BBLR.

Mari kita terus mendorong dan mengintegrasikan Perawatan Metode Kanguru sebagai bagian tak terpisahkan dari perawatan bayi baru lahir yang rentan. Karena dalam setiap dekapan ibu, ada keajaiban yang menghidupkan harapan, memungkinkan bayi-bayi pejuang ini untuk tumbuh dan berkembang, menatap masa depan dengan peluang terbaik yang bisa kita berikan.

Daftar Pustaka:

1. Abbass, A., El-Haddad, A., & Ali, A. (2020). Effect of Kangaroo Mother Care on Thermoregulation and Physiological Stability of Preterm Neonates. *Journal of Clinical Nursing Research*, 29(7), 428-435.
2. Al-Hakami, A., et al. (2020). The Impact of Kangaroo Mother Care on Stress Parameters and Neurobehavioral Development in Preterm Infants: A Randomized Controlled Study. *Early Human Development*, 149, 105151.

3. Kadam, S., et al. (2023). Effect of Kangaroo Mother Care on Maternal Anxiety and Bonding in Mothers of Preterm Infants. *Journal of Clinical Nursing and Health Care*, 7(2), 1-6.
4. Khan, J., et al. (2022). Effect of Kangaroo Mother Care on Breastfeeding Outcomes in Low Birth Weight Infants: A Randomized Controlled Trial. *Journal of Perinatology*, 42(5), 603-609.
5. Khorana, S., et al. (2021). Impact of Kangaroo Mother Care on Cardiorespiratory Stability in Preterm Infants: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Pediatric Research*, 90(4), 785-792.
6. WHO Guidelines on Kangaroo Mother Care for low birthweight infants. (2023). World Health Organization.