

Peran Penting Inisiasi Menyusu Dini (IMD)

dr. Clara Petrisiela Indah Atmaja, dr. Annisa Yulman, Sp.A

Kelahiran sang Buah Hati tentunya menjadi momentum yang sangat membahagiakan bayi seluruh anggota keluarga, terutama bagi sang ibu. Saat-saat awal kehidupan bayi yang lahir dengan sehat dan bugar ini-pun merupakan kesempatan berharga untuk dapat memberikan kebutuhan yang ia perlukan yaitu kehangatan serta asupan kalori. Tanpa disadari bahwa kebutuhan tersebut dapat langsung dipenuhi melalui langkah sederhana yang disebut dengan Inisiasi Menyusu Dini (IMD).

Inisiasi Menyusu Dini (IMD) merupakan permulaan menyusui dini yang dilakukan dengan usaha bayi sendiri segera setelah ia lahir. IMD dapat dilakukan dengan meletakkan bayi dalam posisi tengkurap pada dada atau perut ibu tanpa terhalang oleh kain, selama minimal satu jam dimulai segera setelah bayi lahir. Dengan demikian terjadi kontak langsung antara kulit bayi dan kulit ibu (skin-to-skin contact), sehingga secara alami sang bayi akan mulai aktif merangkak untuk mencari payudara ibu (breast crawl) dan akan menemukan puting susu lalu segera menyusui. Peristiwa menakjubkan ini tentu saja memerlukan dukungan dari seluruh anggota keluarga maupun tim kesehatan yang membantu proses persalinan dengan menciptakan suasana yang tenang, nyaman bagi ibu serta bayi, dan juga kesabaran bagi keberhasilan bayi menemukan puting payudara sang ibu.

Kontak langsung antara kulit bayi dan kulit ibu segera setelah lahir ini memiliki dampak menguntungkan bagi keduanya. Selain tercipta ikatan kasih sayang antara ibu dan bayi sejak awal kehidupan, suhu tubuh ibu secara alami akan memberikan kehangatan bagi bayi. Kulit ibu ini bersifat termoregulasi bagi bayi, ibu akan memberikan suhu hangat ketika bayi merasa kedinginan dan kulit ibu akan menurunkan suhu tubuhnya saat bayi merasa kepanasan. Dalam melakukan IMD, tenaga kesehatan telah mengeringkan tubuh bayi termasuk kepalanya secara cepat, memberikan topi bayi untuk mengurangi pengeluaran panas dari kepalanya, dan tanpa dibedong bayi diposisikan tengkurap pada perut atau dada ibu lalu keduanya diselimuti bersama-sama sehingga bayi tidak akan mengalami kedinginan. Manfaat lainnya yaitu gerakan bayi selama berada di atas tubuh ibu akan membantu pengeluaran hormon oksitosin (hormon

kasih sayang) yang berperan dalam produksi Air Susu Ibu (ASI). Kontak kulit bayi dan kulit ibu juga akan membantu menstabilkan frekuensi napas dan denyut jantung bayi sehingga bayi akan lebih jarang menangis, ibu pun juga merasa lebih tenang. Aktivitas bayi merangkak, menjilat dan menyusui pada payudara ibu juga berperan sebagai kontak mikrobiom, yaitu proses mendapatkan bakteri baik dari kulit ibu. Bakteri baik yang tertelan bayi ini berperan dalam menurunkan risiko infeksi pada bayi baru lahir serta dapat meningkatkan imunitas bayi untuk melawan bakteri jahat dari lingkungan.

Bagi bayi yang diberi kesempatan untuk melakukan IMD memiliki peluang keberhasilan menyusui eksklusif yang lebih baik. Bayi juga akan mendapatkan ASI kolostrum, yaitu cairan ASI yang pertama kali keluar sejak hari pertama sampai dengan hari kelima setelah persalinan. Kolostrum ini berwarna kuning pekat dengan konsistensi yang kental dan lengket. Kandungannya sangat kaya akan antibodi, tinggi protein, serta kaya akan vitamin larut lemak dan mineral. Kolostrum sangat penting bagi daya tahan tubuh bayi terhadap infeksi dan akan melindungi dinding usus bayi, sehingga pemberian ASI eksklusif yang dimulai sejak bayi lahir ini sangat berperan dalam mengurangi risiko kematian pada bayi. Ibu tidak perlu merasa khawatir akan produksi ASI yang masih sedikit atau merasa ASI tidak keluar, karena sebenarnya setiap ibu yang baru melahirkan, tubuhnya secara alami memproduksi ASI. Ibu tetap perlu menyusui bayi setiap 2 – 3 jam sekali untuk merangsang hormon oksitosin dan payudara. Sejauh tidak ada masalah yang berarti dan didukung dengan posisi perlekatan bayi pada puting payudara ibu sudah tepat, bayi yang diberi kesempatan secara aktif menghisap puting ibu maka produksi ASI akan bertambah secara bertahap secara alami.

Keberhasilan proses IMD tersebut juga memerlukan peran aktif serta dukungan positif dari seluruh anggota keluarga, terutama dukungan ayah bagi sang ibu. Peran ayah dalam mendampingi ibu sejak proses persalinan hingga selama IMD dilakukan dapat meningkatkan rasa percaya diri serta rasa aman bagi ibu. Mari dukung keberhasilan Inisiasi Menyusui Dini dan pilihan memberikan ASI eksklusif bagi sang Buah Hati yang direncanakan sejak masa kehamilan. Silakan berkonsultasi secara lengkap dengan para dokter berkompeten di Rumah Sakit Universitas Indonesia. Salam Sehat!

Dipublikasikan pada: 22 Agustus 2022