

**BUKU SAKU SELF-CARE SEBAGAI MEDIA EDUKASI BAGI IBU DALAM PENERAPAN METODE KANGURU
PADA BAYI PREMATUR**

Self-Care Pocketbook as an Educational Media for Mothers in the Application of the Kangaroo Method for Premature Infants

Sitti Rahmatia, Suhartatik, Kurnia Rahma Syarif, Naharia Laubo, Muh.Basri, Sitti Safira Al Haya

Poltekkes Kemenkes Makassar

Email: rahmatiahakp@gmail.com

ABSTRACT

Prematurity remains one of the leading causes of infant mortality, and limited maternal knowledge regarding premature infant care often leads to anxiety and difficulties in providing optimal care. This study aimed to describe mothers' experiences in implementing the kangaroo method and to evaluate the usefulness of a self-care pocketbook as an educational tool. A descriptive qualitative design was used with three mothers of premature infants at RSIA Sitti Khadijah 1 Muhammadiyah Makassar, selected through convenience sampling. Data were collected through interviews, observations, and documentation, and analyzed descriptively. The findings showed that mothers initially experienced high levels of anxiety after their babies were born prematurely. However, after applying the kangaroo method, mothers reported increased confidence, stronger bonding, and improvements in their infants' conditions, including temperature stability and calmness. Health workers played an important role in providing education and support throughout the process. The self-care pocketbook was perceived as helpful in guiding mothers through the steps of the kangaroo method in a simple and practical manner. In conclusion, the kangaroo method offers both physiological and psychological benefits for premature infants and their mothers, while the self-care pocketbook serves as an effective educational medium for home-based care..

Keywords: Self-Care Pocket Book, Kangaroo Method, Premature Babies.

ABSTRAK

Prematuritas merupakan salah satu penyebab utama kematian bayi, dan kurangnya pengetahuan ibu mengenai perawatan bayi prematur sering menimbulkan kecemasan serta kesulitan dalam perawatan. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan pengalaman ibu dalam menerapkan metode kanguru serta menilai manfaat buku saku self-care sebagai media edukasi. Penelitian menggunakan desain kualitatif deskriptif dengan tiga informan ibu yang memiliki bayi prematur di RSIA Sitti Khadijah 1 Muhammadiyah Makassar, dipilih melalui teknik convenience sampling. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi, kemudian dianalisis secara deskriptif. Hasil menunjukkan bahwa ibu mengalami kecemasan pada awal kelahiran bayi, namun setelah menerapkan metode kanguru, ibu merasakan peningkatan kepercayaan diri, ikatan emosional, dan perbaikan kondisi bayi seperti kestabilan suhu dan ketenangan. Tenaga kesehatan memberikan dukungan penting melalui edukasi dan pendampingan. Buku saku self-care dinilai membantu ibu memahami langkah perawatan secara praktis dan mudah diikuti. Penelitian menyimpulkan bahwa metode kanguru memberikan manfaat fisik dan psikologis bagi bayi dan ibu, sementara buku saku self-care efektif sebagai media edukasi pendukung di rumah.

Kata Kunci: Buku Saku Self-Care, Metode Kanguru, Bayi prematur.

PENDAHULUAN

Prematuritas adalah situasi dimana seorang bayi yang dilahirkan belum mencapai 37 minggu usia kehamilan (WHO, 2023). Bayi yang lahir premature mengalami sejumlah tantangan fisik, termasuk kesulitan bernapas, hipotermia, gangguan kardiovaskuler dan masalah saraf yang disebabkan oleh organ yang belum berkembang sempurna. Jika kelahiran premature tidak ditangani dengan baik, hal ini dapat berakibat fatal. Menjaga bayi yang baru lahir dengan kondisi kesehatan yang buruk atau yang memiliki berat badan rendah (berat <2.500 gram atau usia kehamilan <37 minggu) memerlukan peningkatan kehangatan tubuh serta pengontrolan

suhu tubuh.

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) kurang lebih diperkirakan pada tahun 2022 terdapat 13,4 juta kelahiran prematur (yang terjadi sebelum 37 minggu kehamilan). Kondisi ini adalah faktor utama penyebab kematian anak dibawah usia lima tahun, yang mengakibatkan sekitar 900.000 kematian ditahun 2022 karena berbagai komplikasi yang terkait dengan kelahiran prematur, dan banyak dari yang selamat mengalami disabilitas seumur hidup, termasuk kesulitan belajar serta gangguan pendengaran dan penglihatan (WHO, 2023).

Indonesia masih tergolong tinggi,

berkisar antara 7 hingga 14 persen, dan di beberapa daerah hingga mencapai 16%. Untuk prevalensi nasional, angka bayi berat lahir rendah (BBLR) mencapai 11,5%. Data dari Dinkes Sulawesi Selatan tahun 2023 menunjukkan angka bayi prematur atau Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) sebesar 6,53 per 1.000 kelahiran hidup. Sementara itu, di Kota Makassar angka BBLR mencapai 12,2% di tahun 2022, menempatkan Kota Makassar sebagai urutan ke-2 tertinggi setelah Kota Bulukumba (13,9%). Ibu mengalami kurangnya rasa percaya diri dan merasa khawatir saat melihat keadaan bayi di ruang perawat intensif neonatal.

Kurangnya Pengetahuan yang dimiliki oleh ibu tentang sumber informasi yang dapat dipercaya dan dukungan yang cukup juga memperparah permasalahan ini. Tidak semua ibu memiliki kesempatan untuk menghadiri kelas pendidikan khusus tentang perawatan bayi prematur atau melakukan konsultasi rutin dengan tenaga medis yang kompeten. Sering kali, informasi yang beredar di masyarakat tidak akurat atau tidak relevan dengan kondisi bayi prematur. Hal ini dapat menimbulkan kebingungan, kecemasan, dan keputusan yang kurang tepat dalam merawat anak mereka. Dukungan dari sanak keluarga dan teman juga sangat penting, namun terkadang mereka sendiri tidak memiliki pengetahuan yang memadai mengenai perawatan bayi prematur. Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan pendidikan dan menyediakan informasi yang akurat mudah dipahami bagi para ibu mengenai perawatan bayi prematur. Kehadiran buku saku tentang perawatan mandiri serta metode kanguru dapat membantu membangun rasa percaya diri, meningkatkan hubungan emosional antara ibu dan bayi yang bersifat fungsional. Dengan pemahaman yang lebih baik, ibu dapat memberikan peran penting dalam kesejahteraan bayi prematur.

Kurangnya Pengetahuan yang dimiliki oleh ibu tentang sumber informasi yang dapat dipercaya dan dukungan yang cukup juga memperparah permasalahan ini. Tidak semua ibu memiliki kesempatan untuk menghadiri kelas pendidikan khusus tentang perawatan bayi prematur atau melakukan konsultasi rutin dengan tenaga medis yang kompeten. Sering kali, informasi yang beredar di masyarakat tidak akurat atau tidak relevan dengan kondisi bayi prematur. Hal ini dapat menimbulkan kebingungan, kecemasan, dan keputusan yang kurang tepat dalam merawat anak mereka. Dukungan dari sanak keluarga dan teman juga sangat penting, namun terkadang mereka sendiri tidak memiliki

pengetahuan yang memadai mengenai perawatan bayi prematur. Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan pendidikan dan menyediakan informasi yang akurat mudah dipahami bagi para ibu mengenai perawatan bayi prematur. Kehadiran buku saku tentang perawatan mandiri serta metode kanguru dapat membantu membangun rasa percaya diri, meningkatkan hubungan emosional antara ibu dan bayi yang bersifat fungsional. Dengan pemahaman yang lebih baik, ibu dapat memberikan peran penting dalam kesejahteraan bayi prematur.

METODE

Desain, tempat dan waktu

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Proyek dilaksanakan di RSIA Sitti Khadijah 1 Muhammadiyah Cabang Makassar, pada tanggal 28 Mei dan 11 Juni 2025.

Wawancara dilakukan dengan teknik semi-terstruktur menggunakan pedoman wawancara yang berisi pertanyaan terbuka. Peneliti memberikan pertanyaan utama dan pertanyaan lanjutan (probes) untuk menggali pengalaman ibu secara lebih mendalam. Wawancara dilakukan secara langsung di ruang perawatan bayi, berlangsung selama 20–30 menit untuk setiap informan, dan direkam dengan persetujuan informan.

Keabsahan data dijaga dengan menggunakan triangulasi sumber dan teknik, yaitu membandingkan temuan dari wawancara, observasi penerapan metode kanguru, dan dokumentasi yang diperoleh selama penelitian. Selain itu dilakukan member checking, yakni mengonfirmasi kembali ringkasan hasil wawancara kepada informan untuk memastikan kebenaran data.

Jumlah dan cara pengambilan subjek

Subjek penelitian adalah 3 ibu yang memiliki bayi prematur dan menjalani perawatan metode kanguru. Sampel dipilih menggunakan teknik *convenience* sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi selama penerapan metode kanguru. Data dianalisis secara kualitatif deskriptif untuk mengeksplorasi pengalaman dan persepsi responden dalam merawat bayi prematur menggunakan metode kanguru.

HASIL

Penelitian ini dilakukan di RSIA Sitti Khadijah 1 Muhammadiyah Cabang Makassar hasil di dapatkan dari Informan pada 28 Mei 2025 & 11 Juni 2025. Dengan tujuan meningkatkan pemahaman ibu dalam penerapan metode kanguru pada bayi prematur, penelitian ini

menggunakan informan berjumlah 3 orang ibu yang memiliki bayi prematur. Selama proses pengambilan data informan merasa tidak keberatan untuk memberikan informasi yang di butuhkan oleh peneliti dan bersedia berpartisipasi dalam penelitian dan sumber informasi yang didapatkan dari hasil wawancara serta dokumentasi.

Tabel 1 Data informan

Inisial Informan	Usia	Jenis Kelamin	Pendidikan Terakhir
Ny. N	22 Tahun	Perempuan	SMP
Ny. A	25 Tahun	Perempuan	S1
Nn. D	33 Tahun	Perempuan	SMA

Sampel dalam penelitian ini adalah 3 orang tua bayi prematur untuk pemilihan sampel dilakukan dengan metode *convinien sampling* yaitu pemilihan sampel dilakukan dengan cara sesuai keinginan peneliti yang memenuhi kriteria, sehingga jumlah sampel yang di tetapkan adalah 3 informan. Adapun pengumpulan data dilakukan pada 28 Mei 2025 & 11 Juni 2025. Peneliti menganalisis tentang gambaran kesedian orang tua bayi prematur untuk menerapkan perawatan metode kanguru pada bayinya yang meliputi:

a. Pengalaman awal setelah ibu mengetahui bayi lahir prematur

Pada permulaan penelitian, dilakukan wawancara pada informan tentang pengalaman awal setelah ibu mengetahui bayi lahir prematur. Berikut keterangan yang disampaikan oleh ketiga informan:

"Yang paling bikin khawatir ka itu pasnya ku tau ini bayi ku prematur, bayinya tidak kuat dan mengalami komplikasi serius karena berat badannya kecil." (Kekhawatiran terbesar saya saat mengetahui bayi saya prematur adalah takut bayinya tidak kuat dan mengalami komplikasi serius karena berat badannya sangat kecil). (Ny.N, 22 Tahun)

"Cemas ka karena bayi ku lahir prematur baru harus di rawat lama di inkubator. Khawatir ka tidak panjang umur." (Saya sangat cemas karena bayi saya lahir prematur dan harus dirawat lama di inkubator. Saya khawatir dia tidak bisa bertahan). (Ny.A, 25 Tahun)

"Takut sekali ka dan bingung pasnya bayi ku lahir prematur, terutama karena saya belum pernah rawat anakku sendiri dengan kondisi seperti itu." (Saya merasa sangat takut dan bingung saat bayi saya lahir prematur, terutama karena saya belum pernah merawat bayi dengan

kondisi seperti itu). (Ny.D, 33 Tahun)

Berdasarkan pertanyaan yang diberikan kepada ketiga informan, pengalaman awal yang didapatkan dari orang tua bayi prematur memiliki kesamaan yaitu para ibu umumnya mengalami kekhawatiran dan kecemasan yang tinggi terkait kondisi bayi prematur mereka. Bayi prematur yang lahir dengan berat badan rendah dan sistem organ yang belum matang seringkali harus menjalani perawatan intensif di inkubator. Kondisi ini menimbulkan rasa takut akan risiko kematian dan komplikasi kesehatan.

b. Penerapan metode kanguru pada bayi prematur

Pada pertanyaan kedua yang diajukan peneliti mengenai penerapan metode kanguru pada bayi prematur, Berikut keterangan yang disampaikan oleh ketiga informan : *"ku tau metode ini dari kita ji pas ini sementara penelitian di RS. Tertarik ka karena dijelaskan dibukunya bisa membantu bayi ku tetap hangat dan mempercepat pertumbuhannya. Dan mulai ku terapkan sejak bayi ku stabil di ruang perawatan bayi. Pengalaman sekali, bayi ku jadi lebih tenang dan berat badannya mulai naik." (Saya mengetahui metode kanguru dari mahasiswa yang lagi penelitian di rumah sakit. Saya tertarik menerapkannya karena dijelaskan pada bukunya bahwa metode ini bisa membantu bayi tetap hangat dan mempercepat pertumbuhannya. Dan Saya mulai menerapkannya sejak bayi saya stabil di ruang perawatan bayi. Pengalaman saya cukup positif, bayi jadi lebih tenang dan berat badannya mulai naik). (Ny.N, 22 tahun)*

Selanjutnya, peneliti juga mengajukan pertanyaan yang sama kepada informan kedua, kemudian beliau memberikan keterangan sebagai berikut:

"Saya tau metode kanguru ini pertama kali dari kita yang sementara penelitian pas bayi ku mulai stabil. Saya tertarik karena metode ini bisa memperkuat ikatan batin ku dengan bayi baru membantu juga untuk kasi ASI langsung." (Saya mengetahui metode kanguru dari Mahasiswa penelitian saat bayi saya mulai stabil. Saya tertarik karena metode ini bisa memperkuat ikatan saya dengan bayi dan membantu saya memberikan ASI langsung). (Ny.A, 25 Tahun)

Kemudian informan ketiga juga diberikan pertanyaan yang sama seperti informan sebelumnya dan beliau memberikan informasi sebagai berikut:

"Ku tau ini metode kanguru dari teman ku dia pernah juga rawat bayi nya prematur. Baru tertarik ka karena bayi nya bedo cepet pulih. Mulai ku terapkan sejak bayi ku di pindahkan ke ruang perawatan." (Saya mengetahui metode kanguru dari teman yang juga pernah merawat

bayi prematur. Saya tertarik karena katanya bayi jadi lebih cepat pulih. Saya mulai menerapkannya sejak bayi dipindahkan ke ruang rawat biasa). (Ny.D, 33 Tahun)

Setelah menerapkan metode kanguru, para ibu melaporkan adanya perbaikan kondisi bayi dan peningkatan kepercayaan diri dalam merawat bayi. Metode kanguru yang menekankan kontak kulit ke kulit antara ibu dan bayi terbukti membantu menstabilkan suhu tubuh bayi prematur.

c. Pandangan tentang dukungan dari tenaga medis

Pertanyaan ketiga yang diajukan oleh peneliti terhadap informan penelitian. Berikut hasil penelitian yang didapatkan dari ketiga informan:

"Tenaga medis sangat membantu dikasi panduan cara menggendong bayi terus di pantau kondisi anakku selama metode kanguru." (Tenaga medis sangat membantu dengan memberikan panduan cara menggendong bayi dan memantau kondisi bayi selama metode kanguru diterapkan). (Ny.N, 22 Tahun)

Adapun pendapat Ny.A yang dikemukakan setelah diberikan pertanyaan yang sama dengan Ny.N adalah sebagai berikut: *"Dokter sama perawat selalu kasi info lengkap dan na motivasi ka untuk rutin lakukan metode kanguru. Terus na ajarkan juga teknik yang benar."* (Dokter dan perawat memberikan informasi lengkap dan selalu memotivasi saya untuk rutin melakukan metode kanguru. Mereka juga mengajarkan teknik yang benar). (Ny.A, 25 Tahun)

Selanjutnya peneliti mengajukan pertanyaan kepada Ny.D dan berikut jawaban yang diberikan. *"Dukungan dari tenaga medis nya bagus, selalu na kasi arahan dan siap menjawab pertanyaan ku"*(Dukungan tenaga medis cukup baik, mereka memberikan arahan dan selalu siap menjawab pertanyaan saya.). (Ny.D, 33 Tahun)

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan dari informan, ketiganya memberikan Informasi yang jelas dengan memberikan dukungan kepada ibu untuk memungkinkan melakukan perawatan mandiri dengan lebih baik di rumah. Ini penting mengingat metode kanguru dapat dilakukan secara kontinu di rumah setelah bayi stabil.

d. Pendapat Informan terhadap penggunaan buku saku self-care untuk penerapan metode kanguru.

Pertanyaan keempat yang diajukan oleh peneliti terhadap informan penelitian Berikut hasil penelitian yang didapatkan dari ketiga informan: *"Buku saku mudah sekali dibawa baru mudah*

juga ku pahami. Langkah - langkah metode kanguru, terutama saya yang masih ragu. Pengalaman ini bikin ka lebih percaya diri rawat bayi ku dalam keadaan prematur dan mau ka nanti tanya ibu-ibu lain untuk tidak takut coba ini metode kanguru"(Buku saku sangat mudah dibawa dan membantu saya memahami langkah- langkah perawatan metode kanguru, terutama saat saya merasa ragu. Pengalaman ini membuat saya lebih percaya diri merawat bayi prematur dan saya ingin menyampaikan kepada ibu lain untuk tidak takut mencoba metode kanguru). (Ny.N, 22 Tahun). Selanjutnya, Ny.A sebagai informan kedua memberikan pendapat yang positif dan tidak jauh berbeda dari dengan Ny.N mengenai penggunaan buku saku self-care untuk penerapan metode kanguru. Berikut penjelasan yang di berikan Ny.A :

"Buku saku ini membantu saya pahami langkah- langkah metode kanguru, terutama saya nanti yang ragu untuk lakukan dirumah. Metode kanguru ini merubah pandangan ku tentang perawatan bayi prematur, jadi lebih optimis ka." (Buku saku sangat membantu saya memahami langkah-langkah perawatan metode kanguru, terutama saat saya merasa ragu untuk melakukannya di rumah nanti. Metode kanguru mengubah pandangan saya tentang perawatan bayi prematur, saya menjadi lebih optimis). (Ny.A, 25 Tahun)

Adapun Ny.D sebagai informan ketiga memberikan pendapat yang tidak terlalu jauh berbeda dari kedua informan sebelumnya. *"Buku saku ini membantu untuk ku ingat langkah- langkah perawatan metode kanguru dan bikin ka tidak merasa sendirian dalam merawat bayi. Mauka sarankan orang tua bayi prematur tidak ragu untuk cari informasi dan bantuan."* (Buku saku membantu saya mengingat langkah- langkah perawatan dan membuat saya merasa tidak sendirian dalam merawat bayi. Saya ingin menyarankan agar orang tua tidak ragu mencari informasi dan bantuan). (Ny.D, 33 Tahun)

Berdasarkan pendapat dari ketiga informan penelitian, buku saku self-care merupakan media edukasi yang efektif untuk mendukung penerapan metode kanguru pada bayi prematur. Dengan buku saku, ibu dapat memperoleh informasi yang dibutuhkan secara mudah dan praktis, meningkatkan kepercayaan diri, serta memaksimalkan manfaat perawatan kanguru di rumah. Oleh karena itu, pembuatan buku saku yang tepat guna sangat direkomendasikan sebagai bagian dari program perawatan bayi prematur berbasis komunitas dan rumah tangga.

PEMBAHASAN

Berkaitan dengan pengelompokan dan pengelolaan data yang sudah dilakukan pada RSIA Sitti Khadijah 1 Muhammadiyah Cabang Makassar pada hasil wawancara yang dilakukan pada orang tua bayi prematur. Selanjutnya, dilakukan pembahasan yang didapatkan dari hasil penelitian setelah penerapan metode kanguru pada bayi sebagai berikut:

1. Pengalaman awal setelah ibu mengetahui bayi lahir prematur

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di RSIA Sitti Khadijah 1 Muhammadiyah Cabang Makassar telah didapatkan bahwa berdasarkan hasil wawancara dan dikaitkan dengan penelitian sebelumnya, menunjukkan adanya perasaan kecemasan dan kekhawatiran yang kuat pada fase awal. Para ibu yang diwawancarai umumnya mengungkapkan rasa takut, cemas, khawatir menghadapi kondisi bayi mereka yang lahir sebelum waktunya. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian (Aulia, 2024) yang menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua merasakan kecemasan sedang karena anak mereka harus dirawat di rumah sakit sebanyak 48 responden. Ketika orang tua menerima informasi atau mendengarkan keputusan dokter mengenai diagnosa penyakit bayi mereka, mereka mengalami masalah psikologi atau kecemasan (Aulia, 2024).

Penelitian juga didukung oleh penelitian yang dilakukan Astuti 2023 Kekhawatiran yang dirasakan oleh orang tua biasanya terkait dengan suara, penampilan bayi mereka, dan peran yang mereka jalani. Kekhawatiran yang dirasakan mungkin tidak hanya berupa kecemasan emosional (Pratama 2023). Kekhawatiran yang terjadi bukan hanya karena kondisi bayi yang menerima perawatan intensif, tetapi juga karena orangtua cenderung mudah merasa cemas karena faktor bawaan atau sifat mereka (Wahyu 2020). Kekhawatiran yang dialami orang tua adalah salah satu akibat dari dirawatnya bayi di rumah sakit karena perpisahan. Semakin lama bayi dirawat di NICU, Semakin lama pula waktu perpisahan antara orangtua dan bayi (Utami 2021).

Peneliti berasumsi bahwa Kondisi psikologis ibu yang membaik juga sangat penting karena kepercayaan diri ibu berpengaruh pada keberlanjutan perawatan dan stimulasi yang diberikan kepada bayi. Oleh karena itu, metode kanguru tidak hanya memberikan manfaat fisiologis bagi bayi, tetapi juga mendukung kesiapan dan kemampuan ibu dalam merawat bayi prematur secara optimal.

2. Penerapan Metode Kanguru pada Bayi Prematur.

Pengetahuan dalam penelitian ini merupakan segala bentuk pemahaman informan mengenai penerapan metode kanguru pada bayi prematur. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden menerapkan metode kanguru pada bayinya dan memahami manfaat dari metode kanguru pada bayi prematur. Hasil penelitian ini sejalan dengan (Ulis Indah Lestari, Regina VT Novita, 2024) yang menyatakan bahwa metode KMC memiliki dampak pada delapan manfaat bayi prematur dan bayi berat lahir rendah (BBLR). Mereka menunjukkan ada hubungan positif antara KMC dengan peningkatan berat badan dan kestabilan suhu.

Beberapa penelitian terdahulu yang berkaitan dengan manfaat dari pendekatan perawatan kanguru (PMK) dapat menghindari terjadinya hipotermia akibat tubuh ibu mampu memberikan kehangatan yang kontinu kepada bayi nya dengan metode menempatkan bayi di atas dada ibunya melalui pertemuan langsung antara kulit bayi dan kulit ibu. Hal ini dapat memperkuat ikatan antara ibu dan bayi, mempermudah dalam memenuhi kebutuhan gizi, menghindari infeksi, serta memperpendek waktu tinggal di rumah sakit yang dapat menekan biaya perawatan (W. Sari et al., 2021). Dengan PMK, peluang untuk menyusui secara langsung dapat membantu bayi yang tumbuh lambat untuk mendapatkan berat badan yang lebih baik. Selain ibu, Ayah juga bisa melakukan PMK. Dengan melakukan PMK, ayah bisa memperkuat hubungan dengan bayinya. Di india, penelitian dilakukan dengan 30 ayah yang melakukan PMK selama tujuh hari berturut-turut. Hasil yang didapat menunjukkan bahwa ayah yang melakukan PMK memiliki nilai yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang tidak melakukan. Ini berarti PMK dapat memperbaiki hubungan ayah dengan bayinya serta mengurangi kecemasan dan kemarahan ayah terhadap bayinya (Chavan, et al., 2023).

Penelitian lain yang dilakukan oleh Novita,dkk (2021) menyebutkan bahwa hasil sentuhan Kulit-ke-Kulit (SSC) kurang dari 30 menit memberikan manfaat positif sebanyak 16 kali, dan SSC selama 30 menit meningkatkan pemberian ASI Eksklusif sebesar 26,7 kali lipat. Metode kanguru adalah SSC, yang dapat memberikan efek fisik, memperbaiki sistem pencernaan, meningkatkan kestabilan sistem pernapasan dan jantung, mengurangi risiko infeksi, serta mempercepat pertumbuhan. KMC juga memberikan efek pada perilaku bayi, menangis lebih sedikit, dan merasa lebih nyaman saat menjalani prosedur yang menyakitkan.

Penelitian berpendapat bahwa pada penelitian ini, persepsi positif yang diberikan oleh ketiga informan dipengaruhi oleh pengalaman. Secara

konsisten mendukung bahwa metode kangaroo mother care adalah cara yang efektif untuk meningkatkan kestabilan fisik dan pertumbuhan bayi prematur, serta memperkuat hubungan emosional antara bayi dan orang tua.

3. Pandangan tentang dukungan dari tenaga medis

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di RSIA Sitti Khadijah 1 Muhammadiyah Cabang Makassar telah didapatkan bahwa berdasarkan hasil wawancara tenaga medis memberikan dukungan penting dalam penggunaan metode kanguru, termasuk mengajari dan melatih orang tua serta memantau kondisi bayi selama perawatan. Dukungan ini juga mencakup bantuan fisik dan emosional agar ibu bisa melakukan KMC dengan baik.

Kementerian kesehatan Indonesia juga mendukung penggunaan metode kanguru sebagai pilihan inkubator yang lebih murah dan mudah dilakukan, dengan memberikan informasi dan pelatihan untuk tenaga kesehatan agar metode ini dapat digunakan dengan luas dan efektif dalam merawat bayi prematur.

Peneliti berasumsi bahwa secara umum, petugas kesehatan melihat cara kanguru sebagai cara yang efisien, murah, dan mudah serta memberikan banyak keuntungan untuk bayi prematur dan keluarganya, dan membantu hubungan emosional antara orang tua dan bayi yang sangat penting untuk tumbuh kembang bayi.

4. Pendapat Informan terhadap penggunaan buku saku self-care untuk penerapan metode kanguru.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di RSIA Sitti Khadijah 1 Muhammadiyah Cabang Makassar telah didapatkan bahwa berdasarkan hasil wawancara mengenai buku saku self-care, sangat membantu orang tua bayi untuk mengingat langkah-langkah penerapan metode kanguru karena buku saku self-care sangat mudah dipahami dan desain yang menarik dan rinci dapat menarik perhatian pembaca dan menghindari rasa bosan saat membaca.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Wulandari 2022 yaitu dengan menyediakan informasi yang jelas, tips praktis, dan dukungan yang relevan dalam perawatan bayi prematur, buku saku ini dapat memberdayakan individu untuk mengambil kendali atas kesehatan bayi mereka dan meningkatkan kualitas hidup. Dalam konteks perawatan bayi prematur dengan metode kanguru, buku saku self-care yang dapat membantu orang tua mengatasi stres dan tantangan yang unik, serta

meningkatkan kemampuan mereka untuk merawat bayi mereka secara optimal.

Penelitian ini didukung juga oleh (Kusuma & Surakarta, 2023) salah satu alat pembelajaran yang efisien dan efektif, media ini memuat informasi penting yang disusun dengan cara yang jelas dan mudah dimengerti, menjadikan sebagai salah satu sumber pendukung dalam proses pembelajaran. Tujuan dari penggunaan media ini adalah agar masyarakat yang menjadi sasaran dapat mengerti dan menerapkan pesan yang ada di dalamnya. Keuntungan dari media booklet meliputi kemudahan untuk di bawa, penyajian yang lebih komprehensif, dapat disimpan dalam waktu yang lama, serta informasi yang disampaikan lebih rinci.

Berdasarkan pendapat informan mengenai sumber informasi yaitu buku saku self-care, maka peneliti menyimpulkan bahwa pendidikan dapat diperoleh dari berbagai sumber. Kemudian, individu cenderung menyebarkan informasi dan pengalaman yang menurutnya penting terhadap individu atau teman yang dianggap penting serta sebagai alat edukasi untuk membantu orang tua mengerti dan menggunakan metode kanguru di rumah. Buku saku ini yang berisi langkah-langkah praktis, gambar posisi bayi, tips keamanan, serta penjelasan tentang manfaat metode kanguru. Penggunaan buku saku ini terbukti memudahkan orang tua dalam melakukan perawatan secara teratur, bahkan setelah pulang dari rumah sakit.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah Ibu yang memiliki bayi prematur umumnya mengalami kekhawatiran dan kecemasan yang tinggi pada awal kelahiran bayi. Namun, setelah menerapkan metode kanguru, ibu merasa lebih percaya diri dan optimis dalam merawat bayinya. Kemudian Ibu menghadapi beberapa tantangan, seperti kelelahan fisik dan rasa cemas saat pertama kali menerapkan metode kanguru. Namun, dengan dukungan yang memadai, ibu dapat mengatasi tantangan tersebut. Melalui Buku saku self-care terbukti menjadi media edukasi yang efektif untuk membantu ibu memahami dan menerapkan metode kanguru dengan benar di rumah

SARAN

1. Untuk Ibu dan Keluarga.

Ibu dianjurkan untuk rutin menerapkan metode kanguru dan memanfaatkan buku saku self-care sebagai panduan perawatan bayi prematur di rumah. Keluarga juga diharapkan memberikan dukungan penuh agar proses perawatan berjalan lancar.

2. Untuk Tenaga Kesehatan

Tenaga medis perlu memberikan

edukasi dan pendampingan yang intensif kepada ibu mengenai metode kanguru, serta menyediakan media edukasi yang mudah dipahami seperti buku saku self-care.

3. Untuk Peneliti Selanjutnya

Disarankan melakukan penelitian dengan sampel yang lebih besar dan metode campuran (kualitatif dan kuantitatif) untuk mendapatkan gambaran yang lebih

komprehensif tentang efektivitas metode kanguru dan media edukasi pendukungnya.

4. Untuk Pengembangan Media Edukasi

Pengembangan buku saku self-care perlu terus diperbaiki dengan bahasa yang lebih sederhana, ilustrasi yang menarik, dan informasi yang lengkap agar lebih mudah dipahami oleh ibu dari berbagai latar belakang.

DAFTAR PUSTAKA

- Damayanti, N. A. K. K. (2022). *Gambaran smartphone addiction pada remaja di masa pembelajaran tatap muka terbatas di smp negeri 5 mengwi*. 1–45..
- Fadhol Riyadi, M., Widiastuti Fakultas Psikologi, M., Esa Unggul Jalan Arjuna Utara No, U., & Tomang Kebun Jeruk, T. (2023). Kecenderungan Kecanduan Smartphone Ditinjau Dari Kontrol Diri (Studi Pada Remaja Di DKI Jakarta). *"Optimalisasi Potensi Generasi: Membangun Pribadi Yang Tangguh Dalam Berbagai Bidang*, 65–76.
- Huda, U., & Efendi, I. L. (2025). *Sosialisasi Dampak Gadget Terhadap Perilaku Anak Di Nagari Padang Magek*. 2(11), 5163–5171.
- Mulyati & NRH. (2024). *Jenis kelamin pada siswa SMA Mardiswara Semarang survei APJII (asosiasi penyelenggara jasa Internet Indonesia)*. 7(Nomor 4), 152–161.
- Nur, M. Z. (2024). Kontrol Sosial Orang Tua Terhadap Penggunaan Smartphone Pada Remaja (Studi Di Desa Giring-Giring Kecamatan Bontompo Kabupaten Gowa). *Jurnal Ilmiah*, 1–11. http://eprints.unm.ac.id/13873/1/JURNAL_ILMIAH.pdf
- Nuramadan, D. K., Muttaqin, Z., Fauziah Fatah, V., & Z, D. (2023). Ketergantungan Handphone pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Indonesia Florence Nightingale*, 3(1), 31–36. <https://doi.org/10.34011/jkifn.v3i1.1377>
- Nurwijayanti, R. A., Fauzan, M., Afitio, R. I., & Putra, B. B. (2025). *Pengaruh Smartphone Terhadap Kesehatan Fisik dan Perkembangan Psikososial Remaja*. 2(1), 49–64.
- Ompi, C. P., Sompie, S. R. U. ., & Sugiarto, B. A. (2020). Video Animasi Interaktif 3d Dampak Penggunaan Gadget Pada Anak Sekolah Dasar Tingkat Awal. *Jurnal Teknik Elektro Dan Komputer*, 9(2), 127–136. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/elekdankom/article/view/29717>
- Ponidjan, T. S., Jocom, N. O., Sarimin, D. S., Yourisna, R., & Djoni, P. (2024). *Penggunaan Video Sebagai Media Edukasi Dalam Meningkatkan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Tentang Dampak Penggunaan Gadget Using Video as an Educational Media to Increase of Knowledge and Attitudes of Teenagers About the Impact of Using Gadgets*. 60–68.
- Saputra, R. (2023). Pengaruh Penggunaan Smartphone Terhadap Kesehatan Remaja (Literature Review). *Jurnal Kesehatan Lentera 'Aisyiyah*, 6(2), 774–779. <https://backup.politasumbar.ac.id/index.php/jl/article/view/177>
- Tita, V. E. (2024). *Pengembangan Media Video Animasi Dalam Pencegahan Kecanduan Media Sosial Di Sma Xaverius 4 Palembang*.
- Yunfahur, S., R, F. D., & Martina, M. (2022). Adiksi Media Sosial Pada Mahasiswa. *JIM FKep*, 6(3), 9– 16.
- Zen, D, N. &, & Wibowo, D, A. (2024). *Bahaya Gadget Terhadap Kesehatan Mental Remaja Pada Remaja* (Rusli (ed.)). Perkumpulan Rumah Cemerlang Indonesia ANGGOTA IKAPI JAWA BARAT