

Penerapan Metode Upright Position Untuk Pengurangan Frekuensi Gumoh Pada Bayi Usia 0-6 Bulan Di Posyandu Sakura, Senden, Colomadu, Karanganyar

Agus Widodo¹, Fitriya Ningsih², Bernadine Felicia Isdya Putri³, Firdho Muchdi Alwidian Anom⁴
^{1,2,3,4}Program Studi Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta
Email korespondensi: Agus.Widodo@ums.ac.id

Abstrak

Gumoh merupakan keluarnya kembali susu yang telah ditelan ketika atau setelah beberapa saat setelah minum dan jumlahnya hanya sedikit. Gumoh adalah kondisi normal yang biasa terjadi pada bayi, tetapi jika frekuensi gumoh berlebihan dan tidak ditangani dapat mengakibatkan komplikasi dan terganggunya pertumbuhan bayi. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi frekuensi gumoh yaitu dengan memberikan upright position pada bayi, minimnya tingkat pengetahuan ibu mengenai upright position dapat meningkatkan risiko komplikasi pada bayi dengan frekuensi gumoh berlebihan. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu dengan melakukan kegiatan penyuluhan mengenai upright position untuk pengurangan frekuensi gumoh pada bayi usia 0-6 bulan. Kegiatan pengabdian ini dilakukan dengan beberapa tahapan yaitu tahap observasi (*pre-test*), pelaksanaan, dan evaluasi (*posttest*). Setelah kegiatan pengabdian dilakukan menunjukkan hasil bahwa terjadi peningkatan pengetahuan dari yang kurang menjadi baik mengenai upright position sebesar 60%. Kegiatan ini terlaksana dengan lancar dan dapat disimpulkan bahwa pengetahuan ibu di Posyandu Sakura, Senden, Colomadu, Karanganyar meningkat setelah diberikan penyuluhan *upright position*.

Kata kunci: gumoh, *upright position*, pengetahuan

Abstract

“Gumoh” is the regurgitation of swallowed milk that occurs during or directly after feeding, and it is usually in small amounts. This is a normal condition that commonly happens in infants. However, excessive frequency of Gumoh, if not addressed, can lead to complications and disrupt the baby's growth. One of the efforts to reduce the frequency of Gumoh is by providing an upright position for the baby during feeding. Lack of knowledge about the upright position can increase the risk of complications in babies with excessive Gumoh. This community engagement project aims to increase the knowledge of mothers by conducting an educational program on upright positioning to reduce the frequency of Gumoh in infants aged 0-6 months. The study was carried out in several stages, namely observation (*pre-test*), implementation, and evaluation (*post-test*). After the service activities were carried out, it showed results that there was an increase in knowledge from less to good about upright position by 60%. It can be concluded that the knowledge of mothers at Posyandu Sakura, Senden, Colomadu, Karanganyar have increased after receiving education about upright position.

Keywords: regurgitation, *upright position*, knowledge

1. PENDAHULUAN

Gumoh (regurgitasi) merupakan ragam dari gastroesophageal refluks (GER) yang dialami oleh bayi. Gastroesophageal refluks merupakan keluarnya sebagian susu yang telah ditelan secara involunter tanpa adanya usaha dari bayi untuk mengeluarkannya (Lestari and Bernadus, 2012). Pada batasan tertentu gumoh ialah peristiwa secara alamiah khususnya untuk rentang usia pada kisaran 6 bulan pertama, hal tersebut terjadi akibat kerja katup yang membuka dan kembali menutup pada jalan diantara lambung dan esopagus belum sempurna. Frekuensi gumoh pada kategori yang berlebih akan mengakibatkan komplikasi yang bisa memberikan gangguan pada masa tumbuhnya bayi ketika keluarnya cairan tersebut tidak mempunyai keseimbangan terhadap cairan yang masuk, kemudian akan lebih berbahaya apabila cairan lambung sampai ke dalam paru dapat mengakibatkan infeksi (Susanti, 2015; Leung and Hon, 2019).

Di Indonesia 25% bayi mengalami gumoh sebanyak lebih dari empat kali per hari pada usia 0-1 bulan dan 50% bayi pada usia 1-3 bulan mengalami gumoh satu sampai empat kali per hari. Gumoh yang dialami oleh bayi dapat membuat sekitar 30% ibu di Indonesia mengalami kecemasan, dimana 66% kecemasan pada ibu berkaitan dengan frekuensi gumoh dan 9% kecemasan pada ibu berkaitan dengan volume gumoh (IDAI, 2016).

Terdapat beberapa faktor penyebab bayi mengalami gumoh selain karena faktor alamiah, yaitu tingkat pengetahuan ibu tentang teknik atau posisi menyusui yang kurang tepat, posisi bayi, banyaknya udara yang ditelan bayi ketika minum susu serta bayi sudah atau merasa kekenyangan (Triaeni, 2020). Bayi dengan usia 0-6 bulan belum mempunyai kesempurnaan sistem tubuh dalam konteks fungsinya (Triaeni, 2020). Dalam sistem pencernaan, bayi baru lahir mempunyai fungsi sfingter esofagus bawah belum sempurna, lidah yang terlihat besar dalam rongga mulut, palatum mole relatif panjang serta mulut yang masih pendek (Melinda and Ardani, 2012). Ketika usia bayi 18-24 bulan ukuran lambung sudah lebih besar dan katup lambung menjadi lebih kuat sehingga frekuensi gumoh pada usia ini akan berkurang dan menghilang (IDAI, 2016).

Dengan adanya komplikasi yang disebabkan oleh gumoh yang berlebihan, maka sebagai orang tua harus mengupayakan agar frekuensi gumoh pada bayi

berkurang. Pengabdian ini dilakukan di Posyandu Sakura, Senden, Colomadu, Karanganyar dimana ibu di posyandu tersebut sebagian besar memiliki pengetahuan kurang mengenai upright position untuk pengurangan frekuensi gumoh. Pengetahuan ibu dapat ditingkatkan dengan edukasi berupa penyuluhan dan penyebaran leaflet pada ibu mengenai upright position untuk mengurangi intensitas gumoh untuk bayi pada kisaran usia 0-6 bulan.

Tujuan pengabdian ini adalah meningkatkan pengetahuan ibu mengenai upright position untuk mengurangi intensitas gumoh untuk bayi pada kisaran usia 0-6 bulan sehingga dapat mencegah terjadinya komplikasi pada bayi yang mengalami gumoh berlebihan.

2. MASALAH

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Solekah *et al.*, 2022) pengetahuan bidan mengenai upright position untuk pengurangan frekuensi gumoh pada bayi usia 0-6 bulan masih rendah sehingga masyarakat tidak mendapatkan informasi mengenai hal tersebut. Kemudian berdasarkan observasi yang dilakukan di Posyandu Sakura, Senden, Colomadu, Karanganyar juga didapatkan hasil bahwa 65% ibu memiliki pengetahuan yang kurang mengenai upright position. Oleh sebab itu perlu dilakukan edukasi pada ibu-ibu tentang upright position untuk pengurangan frekuensi gumoh pada bayi usia 0-6 bulan

3. METODE

Metode yang dilaksanakan dalam pengabdian masyarakat ini ialah penyuluhan yang dilaksanakan di Posyandu Sakura, Senden, Colomadu, Karanganyar pada hari Rabu, 14 Juni 2023 dengan sasaran ibu dengan bayi usia 0-6 bulan. Kegiatan yang dilakukan meliputi tiga tahap yaitu observasi (*pre-test*), edukasi (penyuluhan & penyebaran leaflet), dan evaluasi (*post-test*).

Kegiatan *pre-test* dilakukan selama 15 menit, kemudian penyampaian edukasi atau penyuluhan dan tanya jawab selama 50 menit, dan melakukan *post-test* selama 15 menit.

a. Observasi (*pre-test*)

Dalam tahapan ini dilaksanakan upaya mengukur mengenai tingkat pengetahuan ibu sebelum diberikan penyuluhan mengenai upright position untuk pengurangan frekuensi gumoh pada bayi menggunakan kuisioner dengan 10 item pertanyaan.

b. Edukasi (penyuluhan & penyebaran leaflet)

Pada tahap edukasi dilakukan penyuluhan yang disampaikan secara langsung, yaitu membahas secara singkat tentang gumoh dan upaya pengurangan frekuensi gumoh yang mudah dilakukan pada ibu bayi di kehidupan sehari harinya. Selanjutnya dilakukan penyebaran leaflet yang berisi rincian penjelasan dari materi yang terdapat di penyuluhan kepada responden.

c. Evaluasi (*post-test*)

Dalam tahapan ini dilaksanakan upaya mengukur mengenai tingkatan wawasan ibu pasca diberikan sosialisasi mengenai upright position untuk pengurangan frekuensi gumoh pada bayi menggunakan kuisioner dengan 10 item pertanyaan yang sama seperti *pre-test*.



Gambar 1. Penyuluhan (penyampaian materi)



Gambar 2. Penyebaran leaflet

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

1) Hasil

Implementasi aktivitas pengabdian kepada masyarakat mengenai upright position untuk mengurangi intensitas gumoh terhadap bayi berusia 0 hingga 6 bulan pada ibu di Posyandu Sakura, Senden, Colomadu, Karanganyar berlangsung lancar. Hal tersebut dapat dilihat dari keaktifan respondem selama kegiatan

berlangsung dan jumlah kehadiran responden. Kegiatan ini dihadiri oleh 17 ibu dengan bayi usia 0-6 bulan.

Adapun hasil dari pengisian kuisioner pre-test mengenai upright position untuk pengurangan frekuensi gumoh pada bayi yang dilakukan sebelum penyuluhan berlangsung yaitu berupa 1 orang (6%) mempunyai pengetahuan pada kategori baik, 5 orang (29%) mempunyai pengetahuan pada kategori cukup serta 11 orang (65%) mempunyai pengetahuan pada kategori yang kurang.

Hasil dari pengisian kuisioner *post-test* mengenai *upright position* untuk pengurangan frekuensi gumoh pada bayi yang dilakukan setelah penyuluhan berlangsung yaitu berupa tidak ada satupun yang memiliki pengetahuan dalam kategori kurang, 6 orang memiliki pengetahuan dalam kategori cukup (35%) serta 11 orang (65%) memiliki pengetahuan dalam kategori baik.

Tabel. 1 Presentase Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test*

No.	Variabel	Jumlah	Presentase (%)
1.	Pengetahuan (sebelum penyuluhan)		
	a. Kurang	11	65
	b. Cukup	5	29
	c. Baik	1	6
2.	Pengetahuan (sesudah penyuluhan)		
	a. Kurang	0	0
	b. Cukup	6	35
	c. Baik	11	65

Sumber : Data primer yang diolah, 2023

2) Pembahasan

Parameter ketercapaian dari keberhasilan pengabdian terhadap masyarakat dilaksanakan melalui evaluasi yang menggunakan Post-test serta Pre-test guna menilai level pengetahuan ibu terhadap upright position untuk mengurangi intensitas gumoh untuk bayi berusia 0 hingga 6 bulan.

Item penilaian pada post-test serta pre-test yakni apabila responden responden memberikan jawaban benar 1 soal diberikan nilai 10 serta apabila responden memberikan jawaban salah diberikan nilai 0 dengan total skor 100. Hasil interpretasi kuisioner diklasifikasikan ke dalam tiga bentuk, yakni baik, cukup serta kurang. Tingkat pengetahuan dikatakan kurang jika nilai menjawab pertanyaan benar <60, dikatakan cukup jika nilai dalam memberikan jawaban

pertanyaan yang benar berjumlah 60-75, serta dikatakan baik apabila nilai dalam memberikan jawaban pertanyaan benar sejumlah 76-100.

Dari hasil evaluasi dapat dilihat bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dari yang kurang menjadi baik sebesar 60% mengenai upright position untuk mengurangi intensitas gumoh untuk bayi berusia 0 hingga 6 bulan. Hal ini dapat terjadi karena responden antusias dalam mengikuti kegiatan penyuluhan dan fokus ketika penyampaian edukasi berlangsung. Hasil akhir menunjukkan bahwa tidak ada ibu yang memiliki pengetahuan kurang mengenai upright position untuk mengurangi intensitas gumoh untuk bayi berusia 0 hingga 6 bulan.

5. KESIMPULAN

Berlandaskan pada pembahasan serta hasil diatas, bisa ditarik kesimpulan bahwasanya edukasi dan penyuluhan mengenai upright position untuk mengurangi intensitas gumoh terhadap bayi berusia 0 hingga 6 bulan mempunyai implikasi yang baik pada tataran memberikan bantuan peningkatan wawasan ibu di Posyandu Sakura, Senden, Colomadu, Karanganyar.

Saran terhadap responden yaitu diharapkan ibu-ibu di Posyandu Sakura dapat menerapkan upright position pada bayi untuk mengurangi intensitas gumoh yang berlebihan dan mengimplementasikannya dalam kehidupan. Tidak hanya itu, semoga dilain kesempatan bisa dijalankan penyuluhan serta edukasi kesehatan dengan topik yang lain guna bisa memberikan bantuan mengoptimalkan kesehatan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Lestari, I.D. and Bernadus, K. loisa (2012) 'Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Tentang Cara Menyendawakan Bayi Usia 0-6 Bulan Dengan Kejadian Gumoh Sesudah Menyusui Di Puskesmas Manukan Kulon.', *Embrio*, 1(April), pp. 12–16. Available at: <https://doi.org/10.36456/embrio.vol1.no0.a1201>.
- Leung, A.K.C. and Hon, K.L. (2019) 'Gastroesophageal reflux in children: An updated review', *Drugs in Context*, 8, pp. 1–12. Available at: <https://doi.org/10.7573/dic.212591>.
- Melinda, D.E. and Ardani, M.H. (2012) 'Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Regurgitasi Terhadap Praktik Ibu Dalam Mencegah Dan Menangani Regurgitasi Pada Bayi (0-3 bulan) Di Kelurahan Pudukpayung Kota Semarang', *Jurnal Nursing Studies*, 1(1), pp. 205–212.
- Solekah, U. *et al.* (2022) 'Pengaruh Upright Position terhadap Lama Waktu Kala I Fase Aktif pada Ibu Bersalin Multigravida di BPM Marfuah , SKM Desa Rambutan Kabupaten Banyuasin', 6, pp. 8224–8236.
- Susanti (2015) 'Hubungan menyendawakan bayi dengan kejadian gumoh pada bayi 0-6 bulan di desa manggong kecamatan ngadirejo kabupaten temanggung', *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 7(14)(14), p. 151. Available at: <http://jurnalgizi.unw.ac.id/index.php/JGK/article/view/149/111>.
- Triaeni, F., Anisa, D. N., & Purwati, Y. (2020). Pengaruh Pelaksanaan Sendawa Terhadap Frekuensi Regurgitasi Pada Bayi 0-6 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Pejawaran Banjarnegara (Doctoral dissertation, Universitas'Aisyiyah Yogyakarta).