

Mam, Ini Tanda Bayi Kuning yang Masih Normal dan Tidak Perlu Dikhawatirkan

JUL 1, 2025

Bayi yang tampak kuning pada minggu pertama kehidupannya memang sering kali membuat khawatir banyak orang tua, khususnya para Mam yang baru saja menyambut Si Kecil ke dunia. Namun, kondisi ini biasanya adalah sesuatu yang normal dan umum terjadi pada bayi baru lahir.

Dalam artikel ini, kita akan membahas seperti apa sih tanda bayi kuning yang normal, penyebab, hingga langkah tepat yang dapat Mam lakukan untuk menjaga kesehatan Si Kecil, serta tanda kapan harus segera berkonsultasi dengan dokter. Mari, simak bersama!

Mengenal Kondisi Bayi Kuning (*Jaundice*)

Penyakit kuning pada bayi, atau yang secara medis dikenal sebagai *jaundice*, adalah kondisi yang sering ditemukan pada bayi baru lahir. Kondisi ini ditandai dengan warna kulit dan bagian putih mata Si Kecil yang berubah menjadi kekuningan.

Bayi kuning disebabkan oleh tingginya kadar bilirubin di dalam darah. Bilirubin sendiri merupakan zat sisa yang terbentuk saat sel darah merah dipecah dan tidak dapat dikeluarkan dengan cepat oleh hati yang masih belum matang sempurna pada bayi.

Menurut jurnal American Academy of Pediatrics, sebanyak 60% bayi cukup bulan dan 80% bayi prematur mengalami penyakit kuning dalam minggu pertama kehidupannya¹. Meskipun tampak mengkhawatirkan, banyak kasus jaundice bersifat fisiologis, yaitu bagian dari proses adaptasi tubuh Si Kecil dan biasanya akan membaik dengan sendirinya dalam beberapa minggu.

Baca Juga : Cara Mencegah Bayi Kuning dan Langkah Pentingnya

Penyebab Bayi Kuning pada Bayi Baru Lahir

Penyakit kuning pada bayi dapat disebabkan oleh beberapa faktor. Berikut adalah beberapa penyebab yang umum terjadi²:

Belum sempurnanya fungsi hati

Sistem hati pada bayi baru lahir belum matang, sehingga sulit memproses dan mengeluarkan bilirubin secara efisien.

Pemecahan sel darah merah yang lebih banyak

Si Kecil memiliki sel darah merah yang lebih tinggi dibandingkan orang dewasa, sehingga bilirubin dihasilkan dalam jumlah yang lebih besar.

Faktor menyusui

Pada beberapa bayi yang mendapatkan ASI, penyakit kuning dapat terjadi karena asupan ASI awal yang kurang cukup selama beberapa hari pertama. Ini disebut *breastfeeding jaundice*.

Lahir prematur

Bayi yang lahir sebelum waktunya memiliki fungsi hati yang lebih belum matang dibandingkan bayi cukup bulan sehingga lebih rentan terhadap jaundice.

Faktor-faktor ini sering menimbulkan ciri bayi kuning yang masih tergolong normal, tetapi Mam tetap perlu memahami batas dan kondisi yang harus diawasi.

Batas Normal Bilirubin dan Tanda-tanda Tidak Berbahaya

Tanda bayi kuning yang normal biasanya mulai tampak pada hari ke-2 atau ke-3 setelah lahir dan mereda dengan sendirinya dalam 1-2 minggu. Biasanya, dokter akan memeriksa kadar bilirubin bayi dengan alat khusus atau melalui tes darah.

Batas normal bilirubin pada bayi cukup bulan adalah kurang dari 5 mg/dL dalam kondisi sehat, tetapi bayi dengan bilirubin hingga 13-15 mg/dL masih dapat dianggap normal selama tidak ada gejala lain yang mengkhawatirkan³. Berikut ciri bayi kuning

yang masih tergolong normal dan tidak berbahaya:

- Warna kuning hanya terlihat pada wajah dan bagian tubuh atas.
- Si Kecil tetap aktif menyusu dengan baik.
- Tidak ada gejala lain, seperti demam, tangisan berlebihan, atau lemas.
- Bayi tidak mengalami perubahan perilaku yang signifikan.

Jika kondisi kuning pada Si Kecil hanya terbatas seperti di atas, Mam tidak perlu khawatir berlebihan.

Kapan Harus Khawatir dan Segera Berkonsultasi ke Dokter

Walaupun banyak tanda bayi kuning yang normal, ada beberapa tanda yang menunjukkan bahwa kuning pada bayi dapat menjadi tanda kondisi serius. Mam perlu segera menghubungi dokter jika melihat tanda-tanda berikut:

- Warna kuning menyebar hingga ke kaki dan seluruh tubuh.
- Si Kecil terlihat sangat lemas atau sulit dibangunkan.
- Bayi malas menyusu atau bahkan menolak disusui.
- Ada tanda-tanda dehidrasi, seperti mulut kering atau kurangnya jumlah popok basah.
- Si Kecil mengalami demam (suhu tubuh lebih dari 38°C).
- Warna tinja bayi putih atau pucat dan urine menjadi gelap.

Kondisi-kondisi di atas dapat menjadi pertanda adanya *jaundice* patologis yang memerlukan penanganan segera, seperti gangguan metabolisme, infeksi, atau penyakit liver.

Baca Juga : [Masalah yang Sering Muncul pada Bayi Baru Lahir](#)

Cara Menangani Bayi Kuning di Rumah

Mam tentu ingin memastikan agar Si Kecil dapat segera pulih jika menunjukkan tanda bayi kuning yang normal. Beberapa langkah berikut dapat Mam lakukan di rumah untuk mendukung kesehatan Si Kecil:

Memberikan ASI secara rutin dan cukup

Menyusui secara teratur dapat membantu tubuh Si Kecil memproses bilirubin melalui feses dan urine dengan lebih cepat. Pastikan Si Kecil mendapatkan cukup ASI, yaitu setidaknya 8-12 kali menyusu dalam 24 jam.

Terapi sinar matahari

Paparan sinar matahari pagi selama 10-15 menit secara tidak langsung (hindari paparan langsung ke kulit) dapat membantu tubuh Si Kecil memetabolisme bilirubin. Pastikan waktu paparan dilakukan antara pukul 7 dan 9 pagi.

Pantau setiap hari perubahan warna tubuh

Mam perlu memperhatikan bila ada perubahan atau perkembangan kuning yang meluas ke bagian tubuh tertentu. Dokumentasikan selama beberapa hari untuk memonitor kondisi kuning pada Si Kecil.

Namun, tindakan seperti terapi sinar matahari menggantikan tindakan medis hanya dilakukan jika dokter menyarankan, dan langkah ini tidak bisa dijadikan terapi utama. Jika kuning tidak membaik dalam beberapa minggu, segera konsultasikan ke dokter.

Kini Mam sudah memahami bahwa terdapat tanda bayi kuning yang normal dan tidak perlu dikhawatirkan, terutama jika kadar bilirubin masih dalam batas wajar dan tidak ada gejala lain yang mencurigakan.

Namun, penting bagi Mam untuk terus waspada dan memperhatikan ciri bayi kuning yang menjadi tanda penyakit serius. Selalu konsultasikan dengan dokter bila Mam ragu atau khawatir terhadap kondisi Si Kecil untuk mendapatkan keputusan terbaik.

Semoga Mam dan Si Kecil sehat selalu, ya!

Source

Nicole B. Anderson, Kara L. Calkins; Neonatal Indirect Hyperbilirubinemia. *Neoreviews* November 2020; 21 (11): e749-e760. <https://doi.org/10.1542/neo.21-11-e749>

Cleveland Clinic. (2022, January 17). Jaundice in Newborns: Symptoms, Causes & Treatment. Cleveland Clinic. <https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/22263-jaundice-in-newborns>

Kissoon, N. (2008). Jaundice. Elsevier EBooks, 340-344.
<https://doi.org/10.1016/b978-141600087-7.50041-6>

Bagikan sekarang