

## **Penatalaksanaan ASI Eksklusif di Masa Pandemi**

**Uliyatul Laili<sup>a\*</sup>, Nur Zuwariah<sup>a</sup>, Indi Ambanga<sup>a</sup>**

<sup>a</sup> Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Kota Surabaya, Indonesia

*\*corresponding author: uliyatul.laili@unusa.ac.id*

---

### **Abstract**

Pada masa pandemi saat ini, tentunya akan memberikan dampak psikologis bagi ibu menyusui karena adanya kecemasan atau kekhawatiran tertentu terhadap dirinya ataupun bayinya. Ibu menyusui di masa pandemi jika sedang sakit dengan gejala ringan maka dapat tetap menyusui atau dengan memberikan ASI perah, sedangkan pada ibu dengan gejala berat ASI perah menjadi alternatif pilihan dalam memberikan ASI. Oleh karena itu, pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan penyuluhan dan mengajarkan penatalaksanaan ASI eksklusif di masa pandemic. Metode yang dilakukan adalah dengan mengukur pengetahuan ibu menyusui di RSIA Graha Medika tentang pemberian ASI Eksklusif selama masa pandemi, dilanjutkan penyuluhan tentang ASI Eksklusif Pada Masa Pandemi, kemudian mengajarkan ibu cara menyusui yang benar, manajemen ASI Perah Eksklusif. Setelah diberi pelatihan dan penyuluhan kemudian akan dilakukan post tes untuk mengukur kembali pengetahuan ibu setelah kegiatan. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa Sebagian besar masyarakat memiliki pengetahuan cukup sebanyak 60% sebelum diberikan penyuluhan. Pengetahuan peserta terbukti meningkat setelah pemberian penyuluhan dan diajarkan cara menyusui yang benar serta alternatif pemberian ASI selama masa pandemi. Setelah kegiatan pengabdian masyarakat pengetahuannya menjadi 85%, dan di ikuti peningkatan kemampuan ibu dalam memberikan ASI. Pemberian ASI eksklusif harus tetap dilakukan meskipun pada masa pandemic, salah satunya yaitu dengan mengajarkan prosedur menyusui yang benar pada masa pandemic

*Keywords:* Asi Eksklusif, Pandemic, Ibu Menyusui

---

### **1. Pendahuluan**

Menyusui merupakan proses pemberian Air Susu Ibu (ASI) dari Ibu kepada bayinya. Masa ini terjadi setelah proses persalinan atau dimulai pada masa nifas. ASI merupakan makanan terbaik untuk bayi baru lahir sampai dengan usia 6 bulan. UNICEF dan WHO merekomendasikan pemberian ASI minimal 6 bulan tanpa tambahan makanan apapun yang disebut ASI eksklusif, dan pemberian ASI dilanjutkan sampai bayi berumur 2 tahun(WHO, 2018).

Banyak faktor yang mempengaruhi keberhasilan ibu dalam pelaksanaan ASI yaitu faktor hormonal, nutrisi ibu serta faktor psikologis . Faktor psikologis seperti kecemasan,

atau depresi yang muncul mulai masa nifas akan dapat mempengaruhi ibu dalam proses pemberian ASI. Pada ibu dengan depresi postpartum akan mudah panik, kurang mampu merawat diri sendiri, enggan melakukan aktifitas yang menyenangkan, motivasi menurun, enggan bersosialisasi. tidak peduli terhadap keadaan bayi atau menjadi terlalu peduli terhadap perkembangan bayi, sulit mengendalikan perasaan, sulit mengambil keputusan (Arfian, 2012). Selain itu kecemasan yang berlebihan atau depresi pada ibu akan dapat menurunkan kemampuan ibu dalam merawat bayinya serta pemberian ASI (Laili & Amalia, 2020). Selain itu, hasil penelitian lain juga menunjukkan adanya hubungan antara frekuensi menyusui terhadap penurunan berat badan bayi (Andriani, & Laili, 2021)

Masa pandemi saat ini, juga dapat mempengaruhi ibu dalam pemberian ASI eksklusif karena timbulnya kecemasan pada ibu dalam proses pemberian ASI. Terdapat beberapa alternatif yang dapat dilakukan ibu pada masa pandemi saat ini untuk tetap memberikan ASI. Ibu menyusui di masa pandemi jika sedang sakit dengan gejala ringan maka dapat tetap menyusui atau dengan memberikan ASI perah, sedangkan pada ibu dengan gejala berat ASI perah menjadi alternatif pilihan dalam memberikan ASI. Pada ibu sehat dapat langsung menyusui dengan tetap menerapkan 3W yaitu *wear mask, wash hand, wipe surface*.

RSIA Graha Medika merupakan Rumah Sakit Ibu dan Anak yang memberikan pelayanan kesehatan mulai dari persiapan sebelum kehamilan sampai dengan persalinan, nifas dan bayi baru lahir. Sehingga ibu nifas membutuhkan konseling menyusui dan manajemen laktasi pada masa pandemic. Sehingga ibu dapat lebih yakin dan percaya diri dalam memberikan ASI.

Berdasarkan latar belakang tersebut sehingga tim pengabdian masyarakat ingin melakukan pengabdian masyarakat dengan memberikan pedoman penatalaksanaan ASI Eksklusif masa pandemi pada ibu menyusui di RSIA Graha Medika dan diharapkan dapat meningkatkan capaian ASI eksklusif serta meningkatkan derajat kesehatan ibu dan anak.

## 2. Metode

Metode yang dilakukan adalah dengan mengukur pengetahuan ibu menyusui di RSIA Graha Medika tentang pemberian ASI Eksklusif selama masa pandemi, dilanjutkan

penyuluhan tentang pemberian ASI Eksklusif Pada Masa Pandemi, kemudian mengajarkan ibu cara menyusui yang benar serta manajemen ASI Perah Eksklusif. Peserta pengabdian kepada masyarakat adalah ibu nifas di RS Graha Medika tanpa komplikasi. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di RS Graha Medika.

Setelah diberi pelatihan dan penyuluhan kemudian akan dilakukan post tes untuk mengukur kembali pengetahuan ibu setelah kegiatan. Ibu nifas yang ikut serta dalam kegiatan ini, terutama yang sedang rawat gabung dengan bayinya akan diajarkan secara langsung cara menyusui bayinya. Pengetahuan diukur dengan menggunakan kuesioner yang dibagikan kepada responden pada awal sebelum penyuluhan dan setelah dilakukan penyuluhan. Kemudian hasil kuesioner dianalisa secara statistic untuk mengetahui ketercapaian kegiatan penyuluhan yang dilakukan. Pengkajian ulang akan dilakukan pada saat ibu melakukan kunjungan ulang pada masa nifas.

### 3. Hasil dan Diskusi

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan tentang pedoman penatalaksanaan ASI eksklusif di masa pandemi pada ibu menyusui. Ibu mengisi kuesioner yang diberikan oleh tim pengabdian kepada masyarakat untuk mengukur tingkat pengetahuan awal ibu.

Tabel 3.1 Distribusi Peserta berdasarkan Karakteristik

No	Karakteristik	Jumlah	Persentase
1	Umur		
	20 - 35 tahun	12	71
	≥ 35 tahun	5	29
2	Pendidikan		
	Menengah	9	53
	Tinggi	8	47
3	Paritas		
	Primipara	11	65
	Multipara	6	35

Sumber data primer 2021

Berdasarkan tabel 3.1 di atas, menunjukkan bahwa Sebagian besar peserta berusia 20-35 tahun sebanyak 71%, pada data Pendidikan Sebagian berpendidikan menengah sebesar 53% sedangkan pada paritas Sebagian merupakan primipara sebesar 65%.

Umur ibu sangat menentukan kesehatan maternal karena berkaitan dengan kondisi kehamilan, persalinan dan nifas, serta cara mengasuh juga menyusui bayinya. Ibu yang berumur kurang dari 20 tahun masih belum matang dan belum siap secara jasmani dan sosial dalam menghadapi kehamilan, persalinan, dan menyusui bayi yang dilahirkan. Sedangkan pada usia 35 tahun ke atas di mana produksi hormon relatif berkurang, mengakibatkan proses laktasi menurun, sedangkan pada usia remaja 20 tahun kebawah perkembangan fisik, psikologis, maupun sosial belum siap sehingga dapat mengganggu keseimbangan psikologis dan dapat mempengaruhi dalam produksi ASI (Atabik, 2013). Usia 20-35 tahun adalah usia reproduksi sehat dan matang sehingga dapat sangat mendukung untuk pemberian ASI eksklusif, sedangkan usia 35 tahun meskipun memiliki bayi dengan status gizi baik namun pada usia tersebut dianggap berbahaya, sebab baik alat reproduksinya maupun fisik ibu sudah jauh berkurang dan menurun, selain itu bisa terjadi resiko bawaan pada bayinya dan juga dapat meningkatkan kesulitan pada kehamilan, persalinan, dan nifas. (Wawan, 2010)

Pendidikan adalah suatu bimbingan yang diberikan seseorang kepada orang lain agar dapat memahami suatu hal. Tidak dipungkiri semakin tinggi Pendidikan seseorang semakin mudah pula mereka menerima informasi, dan pada akhirnya pengetahuan yang dimilikinya semakin banyak (Mubarak, 2012). Sedangkan Paritas adalah klasifikasi wanita berdasarkan banyaknya mereka yang melahirkan bayi yang usia gestasinya lebih dari 24 minggu.

Tabel 3.2 Pengetahuan Responden sebelum dan setelah pemberian penyuluhan

No	Pengetahuan	Sebelum Penyuluhan		Setelah Penyuluhan	
		n	%	n	%
1	Baik	4	24	10	59
2	Cukup	6	35	5	29
3	Kurang	7	41	2	12

Sumber data primer 2021

Tabel 3.2 menunjukkan bahwa terdapat peningkatan kemampuan ibu pada kategori pengetahuan baik sebelum dilakukan penyuluhan sebesar 24% meningkat menjadi 59% setelah dilakukan penyuluhan.

Tingkat Pendidikan ibu berpengaruh pada kemampuan dasar berpikir untuk mengambil keputusan, khususnya pemberian ASI eksklusif. Pemberian ASI eksklusif tidak banyak dipengaruhi oleh factor Pendidikan ibu, tetapi juga tingkat pengetahuan ibu mengenai ASI eksklusif. Pengetahuan bisa di dapatkan melalui penyuluhan kesehatan,

brostur dan pemberian informasi petugas kesehatan saat datang ke fasilitas Kesehatan. (Mabud et al., 2014)

Pada masa pandemic kecemasan ibu untuk melakukan ASI eksklusif semakin meningkat. Baik yang berhubungan langsung dengan Kesehatan ibu selama proses menyusui ataupun lingkungan sekitar. Sehingga peran serta lingkungan dan tenaga Kesehatan sangat penting untuk memberikan motivasi dan rasa nyaman supaya ibu dapat memberikan ASI eksklusif dengan relaks.

Hasil kegiatan ini sejalan dengan kegiatan yang pernah dilakukan oleh Hasna yang menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan yang dimiliki orang tua dengan pemberian ASI eksklusif (Assriyah et al., 2020). Hasil kegiatan lainnya ditunjukkan oleh Juliarti yaitu ibu yang memiliki pengetahuan baik berpeluang 7 kali lebih baik dalam menerapkan pelaksanaan ASI eksklusif jika dibandingkan dengan ibu yang memiliki pengetahuan cukup atau kurang (Juliastuti, 2011).

Informasi-informasi mengenai pemberian ASI eksklusif serta manajemen pemberian ASI pada masa pandemic baik pada ibu yang sedang sakit ataupun sehat perlu terus ditingkatkan. Penyampaian informasi tersebut dapat dilakukan melalui media sosial, Pendidikan Kesehatan secara langsung oleh petugas Kesehatan serta kader masyarakat yang kontak secara langsung dengan menyusui.

#### **4. Kesimpulan**

Terdapat peningkatan pengetahuan pada ibu menyusui sebelum diberikan penyuluhan dan setelah dilakukan penyuluhan. Peningkatan pengetahuan ini disertai dengan peningkatan motivasi ibu dalam memberikan ASI eksklusif.

#### **Ucapan Terima Kasih**

Terima kasih kepada LPPM Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

#### **Referensi ← Cambria, Bold, 12 pt**

Andriani, R. A. D., & Laili, U. (2021). The Relationship Between Frequency Of Breastfeeding And Newborn Weight Loss. *Siklus: Journal Research Midwifery*

Politeknik Tegal, 10(01), 1-4. <https://doi.org/DOI:10.30591/siklus.v10i01.1747.g1291>

Arfian, S. (2012). *Babby blues mengenali penyebab, mengetahui gejala, dan mengantisipasinya*. Pustaka mandiri.

Assriyah, H., Indriasari, R., Hidayanti, H., Razak, A., & Jafar, N. (2020). Hubungan Pengetahuan, Sikap, Umur, Pendidikan, Pekerjaan, Psikologis, Dan Inisiasi Menyusui Dini Dengan Pemberian Asi Eksklusif Di Puskesmas. *JGMI: The Journal of Indonesian Community Nutrition*, 9(1).

Atabik, A. (2013). *Faktor Ibu Yang Berhubungan Dengan Praktik Pemberian ASI Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Pamotan*.

Juliastuti, R. (2011). Hubungan Tingkat Pengetahuan, Status Pekerjaan Ibu, Dan Pelaksanaan Inisiasi Menyusu Dini Dengan Pemberian Asi Eksklusif. *Journal*, 1-87.

Laili, U., & Amalia, R. (2020). The Relationship Between Postpartum Depression and Breastfeeding. *Jurnal Midpro*, 12(2), 275-279. <https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.30736/md.v12i2.228>

Mabud, N. H., Mandang, J., & Mamuaya, T. (2014). Hubungan Pengetahuan, Pendidikan, Paritas dengan Pemberian ASI eksklusif di Puskesmas Bahu Kecamatan Malalayang Kota Manado. *JIDAN (Jurnal Ilmiah Bidan)*, 2(2).

Mubarak, W. (2012). *Promosi Kesehatan Untuk Kependidikan*. Salemba Medika.

Wawan, A. (2010). *Teori Dan Pengukuran Pengetahuan Sikap Dan Perilaku Manusia*. Nuha Medika.

WHO. (2018). *Exclusive Breastfeeding*. [http://www.who.int/nutrition/topics/exclusive\\_breastfeeding/en/](http://www.who.int/nutrition/topics/exclusive_breastfeeding/en/)