



## Meningkatkan Kapasitas Ibu Menyusui Melalui Penyuluhan Kesehatan Mengenai Pemberian ASI Eksklusif Selama Masa Pandemi COVID-19

**Rochmawati<sup>1\*</sup>, Arini Kusmintarti<sup>1</sup>, Veronica Fary<sup>1</sup>, Liana Elfaristo<sup>1</sup>,  
Estu Lovita Pembayun<sup>1</sup>, Sri Hayuningsih<sup>1</sup>, Kasyafiya Jayanti<sup>1</sup>, Gracea  
Petricka<sup>1</sup>, Sisilia Prima Y<sup>1</sup>**

Program Studi Kebidanan, Universitas Gunadarma, Jl. Raya Bogor KM 31  
No.28-30 Cisalak Pasar, 16452

Email korespondensi : [ramadhan.rochmawati@staff.gunadarma.ac.id](mailto:ramadhan.rochmawati@staff.gunadarma.ac.id)

Diterima: Maret 2021; Revisi: Mei 2021; Diterbitkan: Juni 2021

### Abstract

*The purpose of this service is to increase the capacity of breastfeeding mothers through health education regarding exclusive breastfeeding during the COVID-19 pandemic. Partners in this activity are breastfeeding mothers in the work area of the Citra Lestari Joint Midwife Practice. This activity is carried out using the outreach method. The result is an increase in knowledge with the hope that this increase in knowledge can change the character of the mother when giving exclusive breastfeeding and have a significant impact on the success of exclusive breastfeeding and always prioritize health rules for mothers and babies during the COVID-19 hit.*

**Keywords:** Breastfeeding Mother, Exclusive Breastfeeding, COVID-19 Pandemic

### Abstrak

Tujuan Pengabdian ini adalah untuk meningkatkan kapasitas ibu menyusui melalui penyuluhan kesehatan mengenai pemberian asi eksklusif selama masa pandemi COVID-19. Mitra dalam kegiatan ini adalah ibu-ibu menyusui di wilayah kerja Praktik Bidan Bersama Citra Lestari. Kegiatan ini dilakukan dengan metode penyuluhan. Hasil terjadi peningkatan pengetahuan dengan harapan peningkatan pengetahuan tersebut dapat merubah watak ibu pada saat memberikan ASI eksklusif serta memberikan dampak yang signifikan terhadap kesuksesan pemberian ASI Eksklusif serta selalu mengutamakan aturan kesehatan pada ibu dan bayi dimasa COVID-19 melanda.

**Kata Kunci :** Ibu Menyusui, ASI Eksklusif, Pandemi COVID-19

**How to Cite:** Rocmawati., Kusmintarti A., Fary V., Elfaristo L., Pembayun L.E., Hayuningsih S., Jayanti K., Petricka G., & Prima S.Y. (2021). Meningkatkan Kapasitas Ibu Menyusui Melalui Penyuluhan Kesehatan Mengenai Pemberian ASI Eksklusif Selama Masa Pandemi COVID-19. SASAMBO: Jurnal Abdimas (Journal of Community Service). 3(2), 76-82. DOI: 10.36312/sasambo.v3i2.427



<https://doi.org/10.36312/sasambo.v3i2.427>

Copyright© 2021, Rocmawati et al

This is an open-access article under the [CC-BY-SA](#) License.



## LATAR BELAKANG

Ditetapkannya COVID 19 menjadi wabah seluruh negara serta penyebarannya yang begitu pesat dan tingkat penularan serta kematiannya begitu banyak dan tidak terkontrol, wabah COVID 19 merupakan wabah baru yang masih belum ada obat atau vaksinnnya disertai dengan penetapan krisis darurat dan pemberlakuan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) yang berpengaruh pada setiap kalangan masyarakat tanpa terkecuali (Kemenkes, 2020). WHO serta UNICEF memfokuskan lebih kepada normalitas keunggulan kesehatan dan gizi yang digolongkan pada masyarakat terutama pada ibu hamil, ibu menyusui, bayi dan balita dalam fase pemenuhan ASI eksklusif (Kemenkes, 2020) (Unicef, 2020) (WHO & Gerakan Kesehatan Ibu dan Anak, 2020)

Seperti diketahui seluruh tingkatan sosial ekonomi, menyusui mampu menambah daya hidup serta menjaga kesehatan dalam jangka waktu yang lama dan juga meningkatkan pertumbuhan serta perkembangan pada bayi. Menyusui juga bermanfaat sebagai kontrasepsi alami, meningkatkan kesehatan dan harapan hidup dengan menurunkan risiko terjadinya kanker ovarium dan kanker payudara pada ibu (World Health Organization, 2009). Namun dengan terjadinya pandemi COVID-19 muncul kekhawatiran-kekhawatiran baru seperti: dapatkah ASI menularkan COVID-19 kepada bayi? Haruskah ibu menyusui selama masa pandemi? Apakah kontak skin to skin tetap dilakukan selama menyusui?; apakah ibu yang dinyatakan positif COVID-19 tetap diperbolehkan untuk menyusui bayinya? (WHO & Gerakan Kesehatan Ibu dan Anak, 2020). Faktanya sampai saat ini virus COVID-19 belum pernah ditemukan pada ASI ibu yang tertular atau terduga terindikasi tertular COVID-19 (WHO & Gerakan Kesehatan Ibu dan Anak, 2020) (UNICEF, 2020). Pertanyaan-pertanyaan yang muncul dari kekhawatiran ibu-ibu menyusui ini perlu diakomodir dengan baik oleh tenaga kesehatan sehingga tidak terjadi kesalahpahaman yang dapat menyebabkan kegagalan pemberian ASI eksklusif (Kemenkes, 2020).

Air Susu Ibu merupakan susu yang paling bagus untuk diberikan kepada bayi karena mengandung banyak vitamin yang bermanfaat dalam tumbuh kembangnya, pertumbuhan otak bayi sedang mengalami perkembangan yang pesat dari usia 0-6 bulan, hingga usia 2 tahun. Akan tetapi ketika bayi kekurangan gizi tinggi sel yang ada pada bayi akan menyusut sampai 15% hingga 20% (Rulina Suradi, 2008). Masih banyak bayi yang kekurangan nutrisi karena minimnya pemberian ASI eksklusif. ASI eksklusif merupakan pemberian susu yang hanya dihasilkan oleh susu ibu yang tidak dicampur atau ditambah dengan makanan lain terkecuali vitamin, mineral, obat hingga usia bayi beranjak 6 bulan (Kementrian Kesehatan RI, 2020) (Kementerian Kesehatan RI & MCA Indonesia, 2015).

Kendala yang harus ditemui oleh mitra ialah ibu menyusui tidak mengetahui pentingnya tetap memberikan ASI eksklusif kepada bayi mereka selama masa pandemi COVID-19 demi tercapainya status gizi terbaik pada anak selama 6 bulan pertama kehidupannya. Dari hasil ulasan masalah diatas, Program Studi Kebidanan Universitas Gunadarma, dengan menggunakan metode pengabdian masyarakat bertujuan untuk memberikan bantuan berdasarkan bidang keilmuan yang didalami dengan memberikan informasi dan pengarahan kesehatan mengenai pemberian Air

Susu Ibu selama masa pandemi COVID-19 melalui media zoom meeting mengenai Praktik Bidan Bersama Citra Lestari, Kab.Bogor.

Menurut hasil pendataan ada 20 ibu berstatus menyusui di wilayah Bojonggede yang melakukan proses kelahiran di Praktik Bidan Bersama Citra Lestari yang dilakukan penyebaran kuesioner sebagai *pretest* yang dilaksanakan melalui daring dengan menggunakan platform *google form* bekerjasama dengan mitra untuk melihat sejauh mana informasi yang dimiliki oleh ibu menyusui mengenai pemberian Air Susu Ibu eksklusif terutama pada masa pandemi ini. Hasil pengolahan data kuesioner tersebut memperlihatkan bahwa pengetahuan ibu menyusui masih kurang dengan rata-rata skor berada di bawah 50% sehingga disimpulkan bahwa masalah utama yang sedang dihadapi yaitu : Ibu menyusui belum mengetahui fakta-fakta tentang COVID-19, penularan COVID-19 melalui ASI dan belum mengetahui cara aman saat memberikan Air Susu Ibu eksklusif kebayi tanpa melanggar aturan kesehatan yang diberlakukan.

Berdasarkan kajian di atas tujuan dari kegiatan pengabdian pada masyarakat ini adalah meningkatkan kpsitas ibu menyusui melalui penyuluhan kesehatan mengenai pemberian asi eksklusif selama masa pandemi COVID-19.

#### **METODE PELAKSANAAN**

Dalam aktifitas pengabdian masyarakat ini, kelompok abdimas menyampaikan pengetahuan mengenai proses pemberian Air susu ibu secara eksklusif pada saat pandemi COVID 19 ke-ibu yang masuk dalam fase menyusui bayinya yang terdaftar dalam konseling kesehatan. Pelaksanaan konseling kesehatan dilaksanakan melalui aplikasi zoom meeting bersinergi dengan Praktik Bidan Bersama Citra Lestari. Langkah awal aktifitas ini yaitu menyediakan bahan presentasi penyuluhan dalam bentuk PPT, pembuatan e-poster yang akan disebar ke peserta penyuluhan. Tahap berikutnya adalah pelaksanaan kegiatan penyuluhan kesehatan dengan membuat Link zoom meeting yang kemudian disebar ke peserta. Penyuluhan kesehatan ini dilakukan dengan di pandu oleh pembawa acara, penjelasan materinya disampaikan oleh pembicara, selanjutnya diberikan kesempatan diskusi. Kegiatan penyuluhan kesehatan yaitu pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif selama masa pandemi COVID-19 ini dihadiri oleh 20 orang ibu menyusui. Kemudian diberikan kuesioner posttest untuk menilai peningkatan pemahaman ibu menyusui.

Konseling kesehatan dalam pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif selama masa pandemi COVID-19 melalui media zoom meeting secara gratis bentuk dari program abdimas oleh kelompok dosen Program Studi Kebidanan Universitas Gunadarma, Mahasiswa Kebidanan bersinergi bersama Praktik Bidan Bersama Citra Lestari, Bojonggede, Kab. Bogor. Teknik yang dipakai dalam menjalankan program abdimas yaitu penyuluhan kesehatan mengenai pemberian ASI eksklusif selama masa pandemi COVID-19. Proses kegiatan berlangsung dalam abdimas sudah dimasukan didalam tabel 1 yang mencakup mengenai susunan acara kegiatan serta teknik aktivitas abdimas yang merujuk pada hasil seta pembahasan.



Gambar 1 Metode Pelaksanaan Solusi

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Sukses dijalankannya program penelitian serta pengabdian masyarakat yaitu penyuluhan kesehatan mengenai pemberian ASI eksklusif selama masa pandemi COVID-19 melalui media zoom meeting bekerjasama dengan Praktik Bidan Bersama Citra Lestari, Bojonggede, Kab. Bogor. Adapun dari hasil pengolahan kuesioner *posttest* disajikan dalam bentuk diagram.

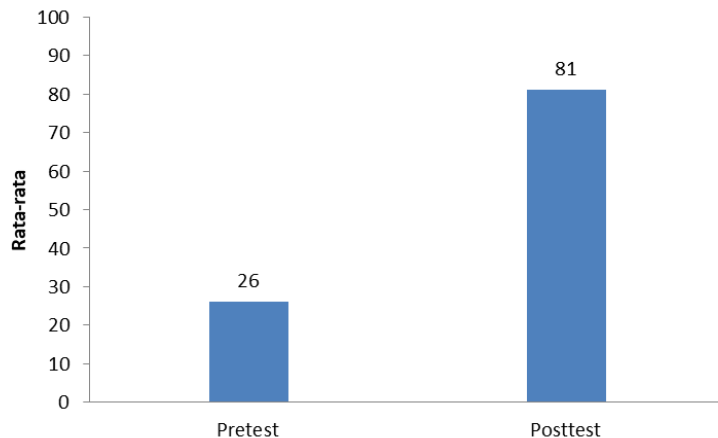
Gambar 1. Diagram Analisis *Posttest* dan *Prettest*

Diagram di atas menunjukkan hasil *posttest* mencapai rata-rata 26 dan *posttest* mencapai 81. Dengan rata-rata peningkatan mencapai 55%. Hasil tersebut menggambarkan bahwa terjadi peningkatan pemahaman setelah dilakukan penyuluhan.

Menurut Notoadmodjo, (2012) pengetahuan adalah capaian akhir dari pengamatan serta apa yang sudah dialami dan dilihat oleh individu secara langsung akan suatu hal, sedangkan persepsi merupakan penginderaan suatu obyek berasal dari pemaparan langsung pada panca indera manusia yakni indera pendengaran, penglihatan, penciuman, rasa dan raba (Notoatmodjo, 2007). Informasi yang didapat oleh manusia didominasi oleh

melaui perangsangan indera penglihatan serta pendengaran yang membentuk persepsi seseorang terhadap informasi atau objek yang diketahuinya, selanjutnya dengan pengetahuan yang meningkat diharapkan dapat menghasilkan persepsi yang baik dan menimbulkan kesadaran bagi individu tersebut dalam berperilaku sesuai pengetahuan yang dimilikinya (Kholid, 2012). Informasi menjadi sangat penting untuk menambah pengetahuan manusia. Dalam penilaian terhadap narasumber, peneliti menggunakan teknik wawancara serta kuisioner mengenai materi penelitian. Program penyuluhan kesehatan sudah berjalan dari bulan juli 2020, bertujuan untuk menambah informasi dan pemahaman ibu menyusui mengenai fakta-fakta tentang COVID -19, fakta-fakta tentang penularan COVID-19 melalui ASI serta cara untuk tetap memberikan ASI secara eksklusif kepada bayi dengan tetap memperhatikan protokol kesehatan selama masa pandemi COVID-19. Berdasarkan hasil post test yang dilakukan melalui daring dengan menggunakan platform google form diperoleh peningkatan pengetahuan ibu menyusui sebesar 211% atau 2,1 kali lipat dari skor awal yang diperoleh ibu pada saat mengisi kuesioner pre test. Rata-rata nilai skor ibu menyusui pada pre test sebesar 26 telah meningkat menjadi rata-rata 81 pada post test setelah dilakukan kegiatan penyuluhan kesehatan.

Pendidikan kesehatan merupakan usaha sadar dalam memberikan pengaruh terhadap pribadi, golongan, maupun masyarakat agar mereka melaksanakan yang menjadi harapan bagi pelaku kesehatan (Budiono 2012). Pendidikan kesehatan juga dapat dimaknasi sebagai upaya dalam membentuk masyarakat yang sehat. Dalam hal ini, maksudnya adalah menyadarkan masyarakat akan pentingnya memelihara kesehatan dan mengedukasi bagaimana mencegah segala kegiatan yang dapat merusak kesehatan (Notoatmodjo, 2007).

Sebagaimana kajian yang dilakukan Wahdini (Dewi, 2016), tentang Pengaruh Penyuluhan Oleh Tenaga Pelaksana Gizi dengan Metode Ceramah Disertai Media Poster dan Leaflet Terhadap Perilaku Ibu dan Pertumbuhan Balita Gizi Kurang di Kecamatan Tanjung Beringin, menunjukkan bahwa melalui kajian demikian dapat meningkatkan pemahaman dan perilaku ibu balita. Kajian demikian dapat menjadi penguat terhadap hasil perhitungan kuesioner post-test yakni adanya peningkatan pengetahuan ibu menyusui perihal ASI eksklusif di masa pandemi COVID-19 setelah diberikan penyuluhan kesehatan.

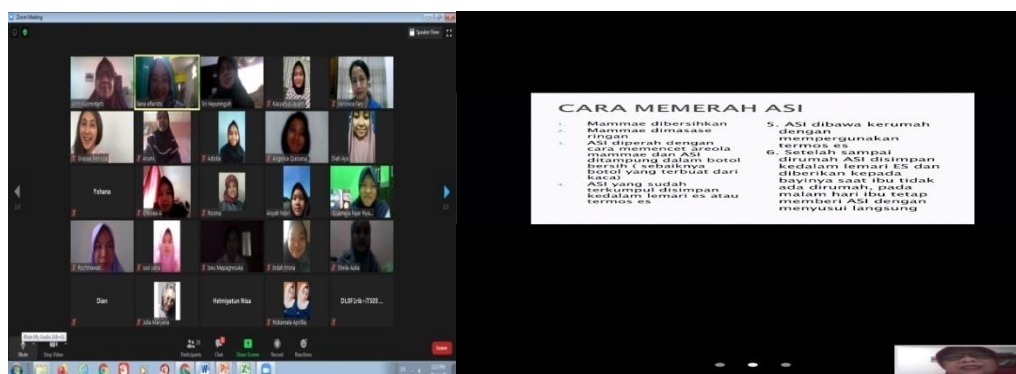
Menyusui adalah kegiatan memberikan nutrisi (air susu ibu) terhadap bayi. Air Susu Ibu atau yang biasa disingkat ASI adalah nutrisi yang baik dalam menunjang kesehatan dan tumbuh kembang anak. Dalam ASI terdapat protein, anti body, karbohidrat, lemak, nutrient mikro dalam komposisi yang seimbang untuk pencernaan maupun perkembangan otak (Riksani, 2012). Bayi yang diberi susu formula biasanya memiliki berat badan yang lebih berat dibandingkan bayi yang diberi ASI, akan tetapi belum tentu bayi tersebut lebih sehat. Secara umum, bayi diberikan ASI eksklusif dalam kurun waktu enam bulan pertama kehidupan dan pemberian ASI lanjutan (disertai makanan pendamping) sebaiknya selama dua tahun pertama kehidupan (Kementrian Kesehatan RI, 2020). Bayi yang diberikan susu eksklusif selama enam bulan memiliki daya tahan tubuh



yang baik, resiko lebih rendah terhadap penyakit di masa mendatang (Sjarif & Rusli, 2011).

Menyusui pada ibu bekerja memiliki keuntungan berupa semakin meningkatnya produktivitas kerja, angka absensi dan ketegangan ibu menurun. Dalam mengatasi persoalan yang mungkin muncul pada saat ibu bekerja maka ada beberapa hal yang dapat dilakukan oleh para Ibu seperti pentingnya memeras susu Ibu agar ASI yang diproduksi tetap optimal. Di sini, Ibu dapat memeras susu menggunakan tangan, pompa manual, maupun pompa elektrik (Yohmi, 2014).

Dengan terjadinya peningkatan pengetahuan ibu menyusui tentang ASI eksklusif di masa pandemi COVID-19 diharapkan terjadi pula perubahan perilaku yaitu ibu menyusui dapat memberikan ASI eksklusif kepada bayinya karena terjawab kekhawatiran tentang penularan COVID-19 melalui ASI terjawab yaitu tidak terbukti dapat menularkan COVID-19 dan ibu menyusui juga dapat memberikan ASI eksklusif dengan memperhatikan protokol kesehatan, dengan demikian meskipun berada dalam masa pandemi kebutuhan bayi tetap terpenuhi dengan ibu memberikan ASI eksklusif meskipun ibu tetap bekerja tetap bisa memberikan ASI eksklusif.



Gambar 2 Dokumentasi kegiatan penyuluhan kesehatan melalui media zoom meeting

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan tersebut maka penelitian tentang Meningkatkan Kapasitas Ibu Menyusui Melalui Penyuluhan Kesehatan Mengenai Pemberian ASI Eksklusif Selama Masa Pandemi COVID-19 dapat disimpulkan bahwa secara umum Ibu yang menyusui memiliki pemahaman dan pengetahuan yang baik perihal pemberian ASI eksklusif selama masa pandemi COVID-19 yang dapat dilihat dari adanya peningkatan pengetahuan posttest dan harapannya akan menerapkan dan memenuhi kebutuhan ASI anaknya dengan memberikan ASI eksklusif serta menjaga protokol kesehatan ibu dan bayi di masa pandemic. Hal ini dilakukan demi tercapainya status gizi terbaik pada anak selama 6 bulan pertama kehidupannya sehingga menguatkan daya tahan tubuh dan menurunkan risiko terjangkitnya berbagai macam penyakit yang dapat menyerang bayi. Baik penyakit diare, radang paru, maupun penyakit lainnya yang disebabkan karena infeksi.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Budiono B. (2012). Pengantar pendidikan (penyuluhan) kesehatan masyarakat / Budioro B. Semarang: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro.  
<https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=583538>
- Dewi, A. P. (2016). Wahdini. 2003. Faktor-faktor yang berhubungan dengan pemberian ASI Eksklusif di Delapan Kabupaten di Jawa Barat dan Jawa Timur.
- Sjarif & Rusli D. (2011). Buku ajar nutrisi pediatrik dan penyakit metabolik. Jilid ke-1. Jakarta. Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI).  
<http://kin.perpusnas.go.id/DisplayData.aspx?pId=119398&pRegionCode=UNTAR&pClientId=650>
- Yohmi E. (2014). Penyimpanan ASI Perah. Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI). <https://www.idai.or.id/artikel/klinik/asi/penyimpanan-asi-perah>
- Kemenkes. (2020). Selama Social Distancing. Pedoman Bagi Ibu Hamil , Ibu Nifas Dan Bayi Baru Lahir Selama Covid-19, Kemenkes. (2020). Selama Social Distancing. Pedoma.
- Kementerian Kesehatan RI, & MCA Indonesia. (2015). Infodatin-Asi 2013.Pdf. In Millennium Challenge Account - Indonesia (pp. 1–2).
- Kementrian Kesehatan RI. (2020). Buku KIA Revisi 2020 Lengkap (p. 16).
- Kholid, A. (2012). Promosi kesehatan : dengan pendekatan teori perilaku, media, dan aplikasinya. Jakarta : Rajawali Press.
- Notoatmodjo, S. (2007). Promosi kesehatan dan ilmu perilaku. Jakarta : Rineka Cipta.
- Riksani, R. (2012). Keajaiban ASI (air susu ibu). Jakarta Dunia Sehat.
- Rulina Suradi, U. R. (2008). Manfaat ASI dan menyusui. Jakarta : Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Unicef. (2020). Menyusui pada masa wabah virus corona (COVID-19).
- WHO, & Gerakan Kesehatan Ibu dan Anak. (2020). Pertanyaan Yang Sering Ditanyakan Menyusui dan COVID-19 untuk Petugas Kesehatan. 1–6. [www.who.int/publications-detail/clinical-management-of-severe-acuterespiratory-infection-when-novel-coronavirus-\(ncov\)-infection-is-suspected](http://www.who.int/publications-detail/clinical-management-of-severe-acuterespiratory-infection-when-novel-coronavirus-(ncov)-infection-is-suspected)).