

**PENYULUHAN TENTANG TEKNIK MENYUSUI BBL DI ERA PANDEMI COVID-19 DI
BALAI DESA LIMAN BENAWI KECAMATAN SIMBAR WARINGIN KABUPATEN
LAMPUNG TENGAH TAHUN 2020**

Anggraini¹, Ledy Octaviani Iqmi²

¹²Dosen Prodi Kebidanan Universitas Malahayati

Email : albarr_arsenio@yahoo.com ladyunimal@gmail.com

ABSTRAK

Pembatasan di masa Covid-19 menimbulkan kekhawatiran dan stress pada banyak orang. Namun, orangtua dengan bayi dan anak memiliki kekhawatiran lain terkait perlindungan yang memadai untuk bayi mereka. Saat ini Pemerintah telah mengambil berbagai tindakan untuk menghentikan penyebaran virus corona dengan menghimbau masyarakat untuk menjaga jarak fisik minimal satu meter dari orang lain. Yang dikhawatirkan adalah ibu yang baru melahirkan akan melakukan kontak kulit (skin to skin) dalam memberikan Air Susu Ibu merasa takut dalam memberikan ASI nya. Semua bukti menunjukkan bahwa menyusui sangat aman. Faktanya, virus ini belum pernah ditemukan di dalam ASI. Jadi, kami ingin mendorong para ibu untuk melanjutkan pemberian ASI kepada bayi dan anak hingga usia 2 tahun. Mengingat ASI adalah makanan terbaik bagi anak dan juga mengandung antibodi penting dan zat gizi lain yang bisa membantu sistem daya tahan tubuh bayi melawan infeksi.

Kata Kunci: Teknik Menyusui, Era Covid-19

ABSTRACT

The restrictions during the Covid-19 period caused anxiety and stress for many people. However, parents of babies and children have other concerns regarding adequate protection for their babies. Currently the Government has taken various measures to stop the spread of the corona virus by urging the public to maintain a physical distance of at least one meter from other people. What is worrying is that mothers who have just given birth will make skin to skin contact in giving breast milk. They are afraid to give their breast milk. All evidence shows that breastfeeding is very safe. In fact, this virus has never been found in breast milk. So, we want to encourage mothers to continue breastfeeding their babies and children up to 2 years of age. Given that breast milk is the best food for children and also contains important antibodies and other nutrients that can help the baby's immune system fight infection.

Keyword: Breastfeeding Technic, Covid-19 Era

1. PENDAHULUAN

Air Susu Ibu adalah makanan terbaik untuk bayi dalam mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. ASI mengandung antibody dan nutrisi terbaik dan sangat ekonomis. Pada masa Pandemi Covid-19, Pemerintah menghimbau agar masyarakat dapat mematuhi protocol kesehatan, salah satunya adalah menjaga jarak minimal 1 meter dengan orang lain. Permasalahan yang sangat dikhawatirkan adalah ketika ibu pasca persalinan (ibu nifas) akan melakukan kontak langsung dengan bayinya yaitu

Inisiasi Menyusui Dini, merasa takut dalam memberikan ASI nya. Sehingga bayi tidak gagal dalam mendapatkan ASI pertama yaitu Kolostrum.

Menurut hasil penelitian yang sudah dilakukan, belum ada bukti ilmiah yang menyatakan bahwa virus Covid-19 terdeteksi di ASI. Namun, yang harus tetap dijaga bagi ibu menyusui adalah teknik menyusui yang benar dan tetap menggunakan masker serta mencuci tangan sebelum dan setelah menyusui. Mengingat penularan virus covid-19 menular melalui saluran nafas dan aerosol yang dikeluarkan penderita masuk ke mata hidung dan mulut orang lain yang tidak terdampak (Windhi Kresnawati, 2020)

Pada perayaan Pekan Menyusui Dunia yang jatuh pada tanggal 1-7 Agustus, UNICEF dan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyerukan pemerintah dan semua pemangku kepentingan untuk mempertahankan dan mempromosikan akses kepada layanan yang memungkinkan para ibu untuk tetap menyusui selama pandemi COVID-19 (Unicef dan WHO, 2020)

Inisiasi menyusu dini dan menyusui secara eksklusif membantu anak-anak bertahan hidup dan membangun antibodi yang mereka butuhkan agar terlindung dari berbagai penyakit yang sering terjadi pada masa kanak-kanak, seperti diare dan pneumonia. Bukti-bukti juga menunjukkan bahwa anak yang mendapatkan ASI memperlihatkan hasil yang lebih baik pada tes inteligensi, kemungkinan mengalami obesitas dan kelebihan berat badan lebih kecil, dan kerentanan mengalami diabetes semasa dewasa kelak lebih rendah. Peningkatan angka ibu menyusui secara global berpotensi menyelamatkan nyawa lebih dari 820.000 anak usia balita dan dapat mencegah penambahan 20.000 kasus kanker payudara pada perempuan setiap tahunnya.

Pada ibu menyusui yang mengalami Covid-19 dengan gejala ringan sebaiknya menyusui dengan cara pemerah ASI dan jika gejala berat ibu harus di rawat, ASI tetap diperah dan bayi di asuh dengan keluarga yang tidak terdampak Covid-19. Jika ibu menyusui sehat, dapat menyusui bayi secara langsung dengan memperhatikan 3W (*Wear Masker, Wash Hand, Wipe Surface*) dan tetap mengikuti teknik menyusui yang benar. Dengan teknik menyusui yang benar, bayi merasa nyaman, produksi ASI banyak, ibu tidak mengalami bengkak pada payudara, dan bayi akan tercukupi kebutuhan nutrisi nya.

2. MASALAH

Di Indonesia, hanya 1 dari 2 bayi berusia di bawah 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif, dan hanya sedikit lebih dari 5 persen anak yang masih mendapatkan ASI pada usia 23 bulan. Artinya, hampir setengah dari seluruh anak Indonesia tidak menerima gizi yang mereka butuhkan selama dua tahun pertama kehidupan. Lebih dari 40 persen bayi diperkenalkan terlalu dini kepada makanan pendamping ASI, yaitu sebelum mereka mencapai usia 6 bulan, dan makanan yang diberikan sering kali tidak memenuhi kebutuhan gizi bayi. Akibat pandemi COVID-19, akses kepada layanan esensial seperti konseling menyusui di rumah sakit, klinik kesehatan, dan melalui kunjungan ke rumah serta pada Rumah Sakit Sayang Bayi telah terganggu. Informasi tidak tepat yang beredar tentang keamanan menyusui telah menurunkan angka ibu menyusui karena para ibu takut menularkan

penyakit kepada bayi mereka. Sehingga dengan masalah tersebut perlu adanya penambahan wawasan pada para orangtua khususnya ibu menyusui melalui penyuluhan kesehatan tentang Teknik Menyusui di Era Covid-19. Dan ini menjadi satu alasan untuk memberikan Penyuluhan di Desa Liman Benawi Kecamatan Simbar waringin Lampung tengah.

3. METODE

Subyek dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah seluruh ibu menyusui yang ada di Desa Liman Benawi Kecamatan Simbar Waringin Lampung Tengah. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Rabu, tanggal 08 Oktober 2020 dengan melalui 3 tahapan. Tahapan pertama memberikan pertanyaan wawancara kepada ibu menyusui tentang teknik menyusui di masa pandemic Covid-19, kemudian memberikan penjelasan mengenai teknik menyusui yang benar di masa pandemi, tahap terakhir memberikan kesempatan pada ibu untuk bertanya serta memberikan penekanan dari hasil penyuluhan.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan tentang Teknik Menyusui di Era Pandemi Covid-19 berjalan dengan lancar dan kondusif dengan jumlah peserta sebanyak 25 orang ibu, berikut gambar pada saat penyuluhan :



Gambar 4.1 Penyuluhan tentang Teknik Menyusui di Era Pandemi Covid-10



Gambar 4.2 Penyuluhan tentang Teknik Menyusui di Era Pandemi Covid-10

Pengetahuan ibu menyusui meningkat dari sebelum dilakukan penyuluhan dengan nilai persentase 40% mengetahui mengenai teknik menyusui di era pandemic covid-19, setelah dilakukan penyuluhan nilai persentase menjadi 80% mengetahui teknik menyusui di era pandemic covid-19. Adanya variasi karakteristik ibu menyusui ini menjadi salah satu faktor yang meningkatkan pencapaian

5. KESIMPULAN

Kesimpulan yang didapat dari kegiatan penyuluhan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah sebelum dilakukan penelitian ibu menyusui memiliki nilai 40% yang mengetahui tentang teknik menyusui di era pandemic covid-19, dan setelah dilakukan penyuluhan mengalami kenaikan menjadi 80% ibu yang mengetahui teknik menyusui di era pandemic covid-19

6. DAFTAR PUSTAKA

Khresnawati, Windhi. 2020. Webinar Pemberian ASI di masa Pandemi.
<https://www.ibi.or.id/>

UNICEF DAN WHO. Di akses pada tanggal 03 Agustus 2020 melalui
<https://www.who.int/indonesia/news/detail/03-08-2020-pekan-menyusui-dunia-unicef-dan-who-menyserukan-pemerintah-dan-pemangku-kepentingan-agar-mendukung-semua-ibu-menyusui-di-indonesia-selama-covid-19>