

PELATIHAN TENTANG PELAKSANAAN IMD SELAMA MASA PANDEMI COVID-19

**Siti Arofah Siregar¹, Erwida Zai², Helmalia A. Simatupang³, H. Romauli Samosir⁴,
Dwi Elalia Br Hutajulu⁵**

Program Studi Sarjana Kebidanan
Universitas Prima Indonesia Medan
Email: aarofah4@gmail.com

ABSTRAK

Bayi mendapatkan semua nutrisi yang mereka butuhkan dari air susu ibu (ASI). Asupan gizi terbaik adalah ASI untuk melindungi dari infeksi saluran pernafasan, infeksi saluran pencernaan, alergi, obesitas, dan perkembangan intelegensia dan emosional. Masalah yang timbul pada ibu menyusui kebanyakan adalah sindrom ASI berkurang. Selama pandemi COVID-19, tingkat kecemasan dan kekhawatiran ibu meningkat, yang dapat menyebabkan penurunan hormon oksitosin, yang merupakan hormon yang mengatur pengeluaran ASI. Masalah lain bagi ibu menyusui adalah bingung puting, hal ini terjadi karena pemberian susu formula atau ASI perah menggunakan botol dot. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk mengetahui pengetahuan ibu nifas mengenai inisiasi menyusu dini pada bayi baru lahir pada masa pandemic covid-19. Metode yang digunakan dalam kegiatan serangkaian tahap antara lain dengan pelatihan/pelaksanaan. Memberikan materi berupa pengetahuan ibu nifas mengenai pentingnya inisiasi menyusu dini (IMD) pada bayi baru lahir pada masa pandemic covid 19. Hasil yang dicapai setelah mengikuti pelatihan/pelaksanaan dan diskusi masyarakat Kelurahan Sei Agul mengetahui peningkatan terhadap kualitas hidup bayi yang baru lahir yang telah dilakukan inisiasi menyusu dini (IMD) pada masa pandemic covid-19.

Kata Kunci: bayi, inisiasi menyusu dini (IMD), pandemi covid-19, air susu ibu

Babies get all the nutrients they need from breast milk (ASI). The best nutritional intake is breast milk to protect against respiratory tract infections, digestive tract infections, allergies, obesity, and intellectual and emotional development. Most problems that arise in breastfeeding mothers are reduced breast milk syndrome. During the COVID-19 pandemic, mothers' levels of anxiety and worry increase, which can cause a decrease in the hormone oxytocin, which is the hormone that regulates breast milk production. Another problem for breastfeeding mothers is nipple confusion, this occurs due to giving formula milk or expressed breast milk using a teat bottle. The aim of this community service is to determine the knowledge of postpartum mothers regarding early initiation of breastfeeding for newborns during the Covid-19 pandemic. The method used in a series of activities includes training/implementation. Providing material in the form of postpartum mothers' knowledge regarding the importance of early initiation of breastfeeding (IMD) for newborn babies during the Covid-19 pandemic. The results achieved after participating in training/implementation and discussions in the Sei Agul Village community know about the improvements in the quality of life of newborn babies that have been carried out early initiation of breastfeeding (IMD) during the Covid-19 pandemic

Keywords: babies, early initiation of breastfeeding (IMD), breast milk

PENDAHULUAN

Coronavirus Disease 19 (COVID-19) merupakan penyakit yang disebabkan oleh Novel Coronavirus (2019-nCoV) atau yang kini

dinamakan SARS-CoV-2 yang merupakan virus jenis baru yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia. COVID-19 telah dinyatakan sebagai pandemi dunia oleh WHO

(WHO, 2020). Secara nasional Keputusan Kepala Badan Nasional Penanggulangan Bencana Nomor 9A Tahun 2020 yang diperbarui melalui Keputusan nomor 13 A Tahun 2020 telah ditetapkan Status Keadaan Tertentu Darurat Bencana Wabah Penyakit Akibat Virus Corona di Indonesia.

Air susu ibu (ASI) adalah makanan terbaik bagi bayi karena mengandung zat gizi yang dibutuhkan bayi. ASI merupakan asupan gizi yang terbaik untuk melindungi dari infeksi saluran pernafasan, infeksi saluran pencernaan, alergi, obesitas juga membentuk perkembangan intelegensia dan perkembangan emosional. ASI mengandung kolostrum yang kaya akan antibodi karena mengandung protein untuk daya tahan tubuh, pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi risiko kematian pada bayi (Giuliani et al., 2020).

Kolostrum berwarna kekuningan dihasilkan pada hari pertama sampai hari ketiga. Hari keempat sampai hari kesepuluh ASI mengandung immunoglobulin, protein, dan laktosa lebih sedikit dibandingkan kolostrum tetapi lemak dan kalori lebih tinggi dengan warna susu lebih putih. Peran protektif ASI nampaknya konsekuensi dari tindakan sinergis dari berbagai macam komponen pendukung kesehatan seperti karbohidrat, immunoglobulin, nukleotida, lactoferrin, sitokin, sel kekebalan tubuh, asam lemak, lysozyme, dan faktor imunomodulator lainnya (Kohan & Rahnamaei, 2020).

World Health Organization (WHO), American Academy of Pediatrics (AAP), American Academy of Family Physicians (AAFP) dan Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan dan dilanjutkan sampai 2 tahun. Melanjutkan menyusui lebih dari 6 bulan, disertai dengan makanan bergizi yang sesuai, cukup, aman, dan semi solid memadai, lembut, serta juga membantu memastikan status gizi yang baik dan melindungi terhadap penyakit (Salvatore et al., 2020).

Sosialisasi dan kampanye tentang ASI eksklusif telah dilakukan oleh pemerintah dan lembaga swadaya, akan tetapi pemberian ASI Eksklusif masih kurang dari target yang ditetapkan yaitu 80%. Alasan ibu tidak memberikan ASI eksklusif ada banyak faktor diantaranya adalah: faktor pengetahuan ibu yang kurang mengenai ASI eksklusif, faktor nutrisi ibu selama hamil dan menyusui, psikologis, fisiologis dan hormonal ibu yang mengakibatkan produksi ASI kurang (Goyal, Singh & Melana, 2020). Faktor pelayanan kesehatan juga memiliki peran terhadap praktik pemberian ASI eksklusif dan kolostrum. Kurangnya edukasi yang dilakukan oleh tenaga kesehatan menjadikan ibu kurang memiliki pengetahuan yang baik mengenai ASI Eksklusif (Bick et al., 2020).

METODE

Metode yang digunakan dalam serangkaian kegiatan ini antara lain dengan

pelatihan/pelaksanaan. Sasaran utama dalam pelatihan dan pelaksanaan ini adalah seluruh ibu nifas yang memiliki bayi baru lahir di Kelurahan Sei Agul.

Adapun kegiatan pada acara pengabdian masyarakat ini yaitu: Tahap Pre-test dalam pengabdian dilakukan dengan tanya jawab, tahap ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan ibu nifas tentang inisiasi menyusui dini (IMD) pada bayi baru lahir selama masa pandemi covid-19 di Kelurahan Sei Agul.

Tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan pelayanan pada ibu nifas mengenai pentingnya inisiasi menyusui dini pada bayi yang baru lahir, pemeriksaan gizi, kebersihan diri/ personal hygiene, pendidikan kesehatan tentang pentingnya inisiasi menyusui dini pada bayi baru lahir selama masa pandemic covid-19, pendidikan kesehatan tentang gizi dan kebersihan diri, pemberian reward bagi para ibu nifas.

Tahapan evaluasi dalam pengabdian masyarakat ini adalah untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan dan pemahaman tentang pentingnya inisiasi menyusui dini pada bayi baru lahir selama pandemic covid-19 dengan memberikan 5 pertanyaan kepada peserta dan peserta menjelaskan kembali terkait materi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Ibu menjadi khawatir jika menyusui dapat menularkan virus ini kepada anaknya. Kondisi psikologis yang tidak stabil akan berpengaruh terhadap mekanisme produksi ASI. Hasil survey

yang dilakukan oleh Iskandarsyah (2020) menunjukkan 78% partisipan merasakan cemas dengan penyebaran COVID-19 dan 22% merasakan tidak bahagia atau dalam kondisi tertekan. Untuk mengurangi kekhawatiran dan kecemasan ibu menyusui di saat pandemi COVID-19 maka dibutuhkan support sistem yang baik sehingga ibu tetap percaya diri untuk menyusui.

Dukungan pada ibu menyusui dapat dilakukan oleh suami, keluarga, lingkungan maupun petugas kesehatan atau konselor laktasi. Salah satu bentuk support sistem adalah dengan pendampingan pada ibu menyusui. Pendampingan pada masa pandemi COVID-19 dapat dilakukan secara online sehingga menurunkan risiko penularan virus dan waktu juga lebih fleksibel.

Sekarang ini telah dimulai adaptasi kebiasaan baru agar tetap dapat hidup sehat dalam situasi pandemi COVID-19. Adaptasi kebiasaan baru harus dilakukan agar masyarakat dapat melakukan kegiatan sehari-hari sehingga dapat terhindar dari COVID-19. Dengan adaptasi kebiasaan baru diharapkan hak masyarakat terhadap kesehatan dasar dapat tetap terpenuhi.

Program pendampingan untuk ibu menyusui masih sangat diperlukan, oleh karena saat ini masih terbatas untuk mobilisasi sehingga pendampingan ibu menyusui bisa dilakukan melalui media daring atau online agar pendidikan kesehatan dapat terus diberikan, sehingga ibu dapat menyusui eksklusif dan berlanjut sampai dua tahun.

Harapan melalui kegiatan via daring ini, para ibu diajak untuk meningkatkan pengetahuan seperti mengapa perlu ada pendampingan, pentingnya posisi dan perlekatan, upaya memperbanyak ASI dengan pijat laktasi serta tumbuh kembang bayi. Peningkatan ketrampilan juga ditekankan selama menyusui seperti posisi dan perlekatan, memerah ASI, berbagai posisi menyusui serta upaya memperbanyak ASI dengan teknik pijat laktasi.

KESIMPULAN

Air susu ibu (ASI) adalah makanan terbaik bagi bayi karena mengandung zat gizi yang dibutuhkan bayi. ASI merupakan asupan gizi yang terbaik untuk melindungi dari infeksi saluran pernafasan, infeksi saluran pencernaan, alergi, obesitas juga membentuk perkembangan intelegensia dan perkembangan emosional. ASI mengandung kolostrum yang kaya akan antibodi karena mengandung protein untuk daya tahan tubuh, pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi risiko kematian pada bayi

Masalah yang timbul pada ibu menyusui kebanyakan adalah sindrom ASI berkurang. Kondisi ini diakibatkan oleh kondisi psikologis ibu yang kurang percaya diri terhadap kemampuan menyusunya sehingga beranggapan produksi ASI berkurang.

Pada masa pandemi COVID-19 tingkat kekhawatiran dan kecemasan ibu meningkat, hal ini dapat menurunkan hormon oksitosin yang merupakan hormon untuk pengeluaran ASI. Masalah lain pada ibu menyusui adalah bingung

puting, hal ini terjadi karena pemberian ASI perah maupun susu formula menggunakan botol dot. Pada awal persalinan banyak ibu yang belum paham tentang kebutuhan ASI pada bayi, orang tua beranggapan bahwa bayi menangis karena lapar, sedangkan produksi ASI dirasa belum banyak sehingga memutuskan untuk memberikan susu formula menggunakan dot. Untuk meminimalisir kejadian ini maka pendampingan menyusui dengan memberikan edukasi mengenai manajemen laktasi hendaknya diberikan pada saat ibu hamil, sehingga saat melahirkan ibu tidak lagi panik.

Harapan melalui kegiatan via daring ini, para ibu diajak untuk meningkatkan pengetahuan seperti mengapa perlu ada pendampingan, pentingnya posisi dan perlekatan, upaya memperbanyak ASI dengan pijat laktasi serta tumbuh kembang bayi. Peningkatan ketrampilan juga ditekankan selama menyusui seperti posisi dan perlekatan, memerah ASI, berbagai posisi menyusui serta upaya memperbanyak ASI dengan teknik pijat laktasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Breastfeeding and COVID-19' (2020). *Bulletin de l'académie nationale de médecine*. doi: <https://doi.org/10.1016/j.banm.2020.09.030>.
- Giuliani, C. et al. (2020). *Breastfeeding during the COVID-19 pandemic: suggestions on behalf of woman study group of AMD', diabetes research and clinical practice*. doi: <https://doi.org/10.1016/j.diabres.2020.108239>.
- Kohan, S. and Rahnemaei, F. A. (2020). Delayed umbilical cord clamping and breastfeeding after childbirth in mothers affected by COVID 19: Recommended or

- not?', European. *Journal Of Obstetrics & Gynecology And Reproductive Biology*. doi: <https://doi.org/10.1016/j.ejogrb.2020.05.041>.
- Salvatore, C. M. et al. (2020). Neonatal management and outcomes during the COVID-19 pandemic: an observation cohort study, *The Lancet Child & Adolescent Health*. doi: [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30235-2](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30235-2).
- Goyal, M., Singh, P. and Melana, N. (2020). Review of Care and management of pregnant women during COVID-19 pandemic', Taiwanese. *Journal Of Obstetrics And Gynecology*. doi: <https://doi.org/10.1016/j.tjog.2020.09.001>.
- Bick, D. et al. (2020). Maternal postnatal health during the COVID-19 pandemic: 'Vigilance is Needed', *Midwifery*. doi: <https://doi.org/10.1016/j.midw.2020.102781>.
- Renfrew MJ, McCormick FM, Wade A, Quinn B, Dowswell T. (2012). *Support for healthy breastfeeding mothers with healthy term babies*. Available from.
- Rahmawati, A., & Prayogi, B. (2017). Analisis faktor yang mempengaruhi produksi Air Susu Ibu (ASI) pada ibu menyusui yang bekerja. *Jurnal Ne Jurnal Ners dan Kebidanan*, 4(2), 134-140. doi: <http://doi.org/10.26699/jnk.v4i2.ART.p134-140>
- Fu, I. C. Y., Fong, D. Y. T., Heys, M., Lee, I. L. Y., Sham, A., & Tarrant, M. (2014). Professional breastfeeding support for first-time mothers: a multicenter cluster randomized controlled trial. *BJOG: An International Journal of Obstetrics & Gynecology*.