

Upaya Peningkatan Nutrisi Bayi Melalui Penyuluhan Kesehatan tentang Manajemen Laktasi pada Ibu Beresiko (COVID-19) di Wilayah Kerja Puskesmas Kebakkramat II, Kabupaten Karanganyar, Jawa Tengah

Martina Ekacahyaningtyas¹, Innez karunia Mustikarani², Christiani Bumi Pangesti³

¹Prodi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kusuma Husada, Surakarta

²Departemen Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Semarang

³Prodi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kusuma Husada, Surakarta

Email: mekacahyaningtyas@gmail.com

(Diajukan: 10 Desember 2025, Direvisi: 26 Desember 2025, Diterima: 03 Januari 2026)

ABSTRAK

Saat ini status pandemi COVID-19 di Indonesia secara resmi telah berakhir dan berganti menjadi endemi. Meskipun berstatus endemi, kasus COVID-19 masih terus dicatat oleh Kemenkes. Sepanjang tahun 2025, ratusan kasus baru telah dilaporkan di berbagai wilayah di Indonesia. Transmisi infeksi SARS-CoV-2 melalui air susu ibu (ASI) sudah jelas. WHO merekomendasikan ibu terkonfirmasi COVID-19 untuk tetap menyusui. Manfaat ASI dibandingkan dikatakan lebih besar daripada potensi risiko infeksi COVID-19 pada neonatus sehingga praktik menyusui harus tetap dilanjutkan. Salah satu upaya untuk terus meningkatkan praktik menyusui adalah dengan memberikan edukasi terkait manajemen laktasi untuk ibu yang terinfeksi COVID-19. Berdasarkan studi pendahuluan dengan bidan desa Puskesmas Kebakkramat II didapatkan informasi bahwa sebagian besar ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan di Puskesmas Kebakkramat II belum mengetahui terkait tata cara atau manajemen laktasi bagi ibu yang terinfeksi COVID-19. Oleh karena itu, pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan sebagai upaya peningkatan pengetahuan ibu dan untuk memastikan bayi tetap mendapat nutrisi melalui ASI. Metode yang dilakukan adalah dengan pemberian edukasi terkait manajemen laktasi, praktik pemberian ASI dan diakhiri evaluasi kegiatan. Hasil yang didapatkan dari pengabdian ini adalah pengetahuan ibu baik sejumlah 7 orang (85,71%) dan 5 orang (71,42%) ibu menyusui dapat mempraktikkan kembali praktik menyusui yang tepat.

Kata Kunci: COVID-19, Penyuluhan Kesehatan, Manajemen Laktasi, Nutrisi

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic in Indonesia has officially transitioned to an endemic phase. Although COVID-19 is considered endemic, the Ministry of Health continues to report cases. In 2025, numerous new cases have surfaced across different areas in Indonesia. The transmission of SARS-CoV-2 through breast milk is evident. The WHO advises that mothers diagnosed with COVID-19 should keep breastfeeding. It is believed that the advantages of breast milk surpass the possible dangers of COVID-19 infection in newborns; hence, breastfeeding should persist. An initiative to enhance breastfeeding practices involves offering education on lactation management to mothers who have contracted COVID-19. A preliminary study with village midwives at the Kebakkramat II Community Health Center revealed that many pregnant women receiving prenatal checkups there were not informed about the procedures or management of lactation for mothers affected by COVID-19. Consequently, this community service was conducted to enhance mothers' understanding and guarantee that infants continue to get nourishment through breastfeeding. The approach taken involved offering instruction on lactation management, breastfeeding techniques, and finishing with an assessment of the activity. The outcomes of this community service revealed that 7 mothers (85.71%) possessed good knowledge, and 5 breastfeeding mothers (71.42%) successfully implemented proper breastfeeding practices.

Keywords: COVID-19, Health Education, Lactation Management, Nutrition

PENDAHULUAN

COVID-19 merupakan penyakit menular yang disebabkan oleh virus SARS-CoV-2 (Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2), yaitu jenis virus corona baru yang pertama kali ditemukan pada akhir tahun 2019 di Wuhan, China. Status pandemi COVID-19 di Indonesia secara resmi telah berakhir dan berganti menjadi endemi. Meskipun berstatus endemi, kasus COVID-19 masih terus dicatat oleh Kemenkes. Pada indikator AKB, data menunjukkan tren menurun dari 68 pada tahun 1991 menjadi 24 pada tahun 2017 atau turun 3,93 persen per tahun. Sama halnya dengan AKI, angka penurunan AKB belum mencapai target MDGs tahun 2015 yaitu 23 dan target SDGs Tahun 2030 yaitu 12 (Kemenkes RI, 2019). Salah satu cara yang digunakan untuk menurunkan AKB adalah dengan memberikan nutrisi yang tepat untuk Bayi baru Lahir (BBL). Nutrisi tersebut adalah ASI melalui proses menyusui. Menyusui memberikan banyak manfaat kesehatan, baik bagi bayi maupun pekerja yang menyusui. Melalui pemberian ASI, bayi menerima komponen nutrisi yang lengkap dan mudah diserap (Kemenkes RI, 2021).

Bukti penelitian saat ini menyatakan bahwa virus corona tidak ditularkan melalui ASI. Manfaat menyusui lebih besar daripada kemungkinan risiko selama pandemi COVID-19 dan bahkan dapat melindungi bayi dan ibu. Langkah-langkah pengendalian infeksi umum harus dilakukan dan dipatuhi dengan sangat ketat. Menyusui harus terus dilakukan, ibu dan bayi harus dirawat bersama, kontak kulit ke kulit harus terus dilakukan. Jika ibu terlalu sakit untuk menyusui, mereka tetap harus didukung untuk memerah ASI nya, dan bayi harus disusui oleh orang yang sehat. Tidak ada hambatan untuk menyusui dengan adanya infeksi COVID-19 yang dikonfirmasi atau dicurigai. Inisiasi menyusui dan kelanjutannya untuk melindungi kesehatan bayi dan ibu penting tidak hanya selama masa normal tetapi juga selama pandemi (Lubbe et al., 2022)

Hasil dari berbagai penelitian mendukung rekomendasi untuk melanjutkan pemberian ASI selama ibu mengalami penyakit COVID-19 ringan hingga sedang, karena ASI kemungkinan memberikan manfaat kekebalan khusus bagi bayi. Terlepas dari pandemi, organisasi internasional terus merekomendasikan pemberian ASI karena aman pada infeksi ringan hingga sedang dan ketika tindakan pengendalian yang tepat dilakukan untuk mengurangi risiko penularan (dari orang ke orang) melalui sekresi pernapasan antara ibu dan bayi. Jika terjadi pemisahan ibu dan bayi karena ibu diisolasi, bayi baru lahir harus diberi ASI perah. Jika ini tidak memungkinkan, pemberian ASI donor yang telah dipasteurisasi

atau susu formula bayi hingga pemberian ASI dapat dilanjutkan kembali direkomendasikan (Pérez-Bermejo et al., 2021).

Menyusui harus tetap dilaksanakan karena ASI merupakan makanan terbaik bagi kesehatan bayi (0-1 tahun) sampai berumur 2 tahun. ASI memberikan kecukupan dan kelengkapan nutrisi serta perlindungan terhadap berbagai penyakit. Ibu dapat mencurahkan perhatian dan kasih sayangnya yang terbaik ketika memberikan ASI kepada anaknya. Perjuangan ibu memberikan manfaat ASI yang terbaik bagi bayi dan anak tidak bisa dihalangi, bahkan ketika sedang positif COVID-19. Ibu tetap membutuhkan dukungan untuk dapat seoptimal mungkin menyusui bayi (Ahmad et al., 2024).

Ibu harus mematuhi beberapa tindakan perawatan pendukung, termasuk menyusui, kontak kulit ke kulit, dan rooming in. Tindakan-tindakan ini harus dilengkapi dengan kebersihan tangan yang rajin, penggunaan masker, dan pembersihan payudara jika diperlukan (Boukoura et al., 2024). Selain itu, pengelolaan pemberian ASI pada ibu dengan COVID-19 yang belum terkonfirmasi dan yang sudah terkonfirmasi mendukung ibu untuk terus menyusui bayinya sambil mengambil langkah-langkah pencegahan infeksi. Ibu yang terinfeksi COVID-19 dengan gejala serius dan yang tidak dapat menyusui secara langsung disarankan untuk pemerah ASI untuk diberikan kepada bayinya atau menggunakan susu formula (Muaningsih et al., 2022).

Berdasarkan hal tersebut, maka penyuluhan kesehatan tentang manajemen laktasi sebagai upaya peningkatan nutrisi bayi pada ibu beresiko (COVID-19) di wilayah kerja Puskesmas Kebakkramat II, Kabupaten Karanganyar, Jawa Tengah dilakukan agar pengetahuan dan praktik manajemen laktasi pada ibu beresiko COVID-19 meningkat dan memastikan nutrisi bayi tetap terpenuhi melalui ASI.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan kesehatan ini dilaksanakan pada hari Rabu, 15 September 2022. Sedangkan evaluasi dilaksanakan pada hari Kamis, 16 September 2022. Pelaksanaan pengabdian masyarakat secara *offline* yang bertempat di Puskesmas Kebakkramat II. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat diawali dengan kegiatan pembuatan proposal pengabdian masyarakat. Proposal disusun berdasarkan studi pendahuluan melalui wawancara dengan bidan desa Puskesmas Kebakkramat II Kabupaten Karanganyar, didapatkan informasi sebagian besar belum pernah mendapatkan informasi terkait manajemen laktasi di masa Pandemi COVID-19.

Proposal pengabdian masyarakat yang sudah disusun kemudian dikumpulkan ke Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) untuk dilakukan review. Review dilakukan oleh dua reviewer dan diberikan masukan yang diperlukan untuk kesempurnaan proposal. Proposal disetujui oleh dilakukan tindak lanjut berupa pelaksanaan penyuluhan kesehatan. Setelah mendapatkan perijinan dari LPPM dan mendapatkan surat tugas, selanjutnya dilakukan implementasi pengabdian masyarakat dengan terlebih dahulu melakukan koordinasi dengan bidan desa Kebakkramat, Kabupaten Karanganyar. Kemudian sesuai dengan perencanaan, maka dilakukan persiapan pada H-2 pelaksanaan kegiatan penyuluhan.

Metode penyuluhan yang dilakukan adalah dengan metode ceramah dan tanya jawab tentang materi manajemen laktasi pada ibu beresiko COVID-19 dan praktik menyusui menggunakan panduan menyusui dari Kemenkes RI. Alat penyuluhan kesehatan yang digunakan meliputi poster manajemen laktasi, leaflet dan boneka peraga. Kegiatan penyuluhan kesehatan dilakukan oleh tiga orang dosen dan empat mahasiswa dari Universitas Kusuma Husada Surakarta. Pembagian tugas meliputi ketua pelaksana bertugas untuk membuat proposal dan laporan kegiatan, koordinasi dengan kader posyandu balita serta pemateri dalam kegiatan penyuluhan kesehatan. Anggota pelaksana bertugas untuk melakukan studi pendahuluan, melakukan koordinasi dengan peserta kegiatan dan monitoring evaluasi. Sedangkan mahasiswa bertugas untuk menyiapkan alat dan bahan kegiatan penyuluhan kesehatan dan fasilitator selama kegiatan penyuluhan kesehatan.

HASIL, PEMBAHASAN, DAN DAMPAK

Kegiatan penyuluhan kesehatan mempunyai dampak dalam peningkatan pengetahuan tentang manajemen laktasi pada kondisi bersiko COVID-19. Hasil evaluasi didapatkan data bahwa pengetahuan ibu baik sejumlah 7 (85,71%) dan sejumlah 5 (71,42%) ibu menyusui dapat mempraktikkan kembali praktik menyusui yang tepat dengan cara menyusui langsung dengan menggunakan masker, mencuci tangan dan membersihkan area kulit yang bersentuhan dengan bayi. Hasil ini menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan yang dilakukan berdampak untuk meningkatkan pengetahuan ibu bahwa menyusui bisa terus dilanjutkan walaupun ibu terinfeksi COVID-19.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya bahwa sangat penting melindungi dan mempromosikan dukungan menyusui sosial dan profesional untuk memperluas atau meningkatkan modalitas dukungan pada ibu agar tetap menyusui bayinya

(Turner et al., 2023). Peningkatkan praktik pemberian ASI eksklusif melalui inisiasi menyusui dini, pengetahuan ibu, pendidikan, dan efikasi diri. Oleh karena itu, promosi dan pendidikan kesehatan harus menekankan pentingnya faktor-faktor tersebut, yang didukung oleh kebijakan kesehatan dan kampanye besar-besaran sebagai kunci keberhasilan dalam pemberian ASI eksklusif (Apriningsih & Nasrulloh, 2024).

Penelitian lain menyebutkan bahwa intervensi yang dilakukan bertujuan untuk mengurangi kecemasan dan meningkatkan dukungan sosial. Pendidikan kesehatan dan konseling sangat penting untuk meningkatkan kompetensi dan efikasi diri dalam menyusui bayi dan membangun interaksi yang lebih positif dengan anak-anak mereka. Selain itu, perlu diperhatikan terkait faktor-faktor yang berkaitan dengan efikasi diri menyusui yang dipengaruhi oleh pandemi COVID-19 yaitu kecemasan, ikatan batin, dan dukungan sosial. Oleh karena itu perlu tetap diberikan dukungan dengan konseling maupun edukasi kesehatan kepada ibu agar tetap yakin untuk bisa menyusui walaupun sedang dalam kondisi terinfeksi COVID-19 (Samaria et al., 2023).



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan Penyuluhan Kesehatan



Gambar 2. Leaflet tentang Manajemen Laktasi untuk Ibu Terinfeksi COVID-19

SIMPULAN

Penyuluhan kesehatan tentang manajemen laktasi pada ibu yang beresiko COVID-19 berdampak untuk meningkatkan pengetahuan ibu. Hal ini ditunjukkan berdasarkan hasil evaluasi didapatkan data bahwa pengetahuan ibu baik yaitu sejumlah 7 orang (85,71%). Selain itu, sejumlah 5 orang (71,42%) ibu menyusui dapat mempraktikkan kembali praktik menyusui yang tepat dengan cara menyusui langsung dengan menggunakan masker, mencuci tangan dan membersihkan area kulit yang bersentuhan dengan bayi. Dengan meningkatnya pengetahuan dan keterampilan manajemen menyusui, diharapkan ibu menjadi percaya diri untuk terus melanjutkan menyusui walaupun terinfeksi COVID-19. Sehingga hal tersebut dapat memastikan bahwa bayi akan tetap mendapatkan manfaat dari ASI sebagai sumber nutrisi utama.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih pada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Kusuma Husada Surakarta atas hibah internal yang diberikan. Selain itu ucapan terima kasih kepada Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Karanganyar dan Kepala Puskesmas Kebakkramat II yang telah memberi ijin dan memfasilitasi seluruh rangkaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmad, H., Qureshi, G. S., Odeh, L. B., Annamma, L. M., & Hossain, A. (2024). Challenges of breastfeeding during COVID - 19 and baby friendly protocols adopted at a maternity health center in the northern Emirates of UAE : a comprehensive review. *Journal of Health, Population and Nutrition*, 43(65), 1–14. <https://doi.org/10.1186/s41043-024-00544-0>

Apriningsih, L. H., & Nasrulloh, N. (2024). Exclusive breastfeeding practice during

- COVID-19 pandemic in West Java Indonesia : A cross-sectional study. *PLOS One*, 1–8. <https://doi.org/https://doi.org/10.1371/journal.pone.0303386>
- Boukoura, M. E., Dagla, M., Gourounti, K., Nieri, A. S., Taskou, C., Tsoukala, E., & Sarantaki, A. (2024). Breastfeeding Practices for COVID-19-Infected Mothers : A Systematic Review and Meta-Analysis. *Nursing Reports*, 14, 516–531. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/nursrep14010040>
- Kemkes RI. (2021). *Simak Panduan Memberikan ASI dari Ibu Positif Covid-19*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/simak-panduan-memberikan-asi-dari-ibu-positif-covid-19>
- Lubbe, W., Niela-Vilén, H., Thomson, G., & Botha, E. (2022). Impact of the COVID-19 Pandemic on Breastfeeding Support Services and Women’s Experiences of Breastfeeding: A Review. *International Journal of Women’s Health*, 14, 1447–1457. <https://doi.org/10.2147/IJWH.S342754>
- Muaningsih, M., Suryani, S., Mikawati, M., & Sari, I. (2022). Breastfeeding in Mothers Infected With COVID-19. *The International Virtual Conference on Nursing*, 2022(2020), 797–804. <https://doi.org/10.18502/cls.v7i2.10380>
- Pérez-Bermejo, M., Peris-Ochando, B., & Murillo-Llorente, M. T. (2021). COVID-19: Relationship and Impact on Breastfeeding—A Systematic Review. *Nutrients*, 13(2972), 1–23. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/nu13092972>
- Samaria, D., Marcelina, L. A., & Florensia, L. (2023). The COVID-19 pandemic’s impact on breastfeeding self-efficacy: A path analysis. *Enfermeria Clinica*, 33, S17–S21. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2023.01.003>
- Turner, S. E., Brockway, M., Azad, M. B., Grant, A., Tomfohr-madsen, L., & Brown, A. (2023). Breastfeeding in the pandemic : A qualitative analysis of breastfeeding experiences among mothers from Canada and the United Kingdom. *Women and Birth*, 36(4), e388–e396. <https://doi.org/10.1016/j.wombi.2023.01.002>