

## Kesehatan Ibu dan Anak Era Covid-19 (3): Menyusui, Manfaat ASI, dan Dukungan Keluarga

Ditulis oleh Andina Firmandari Imani, S.Keb.,Bd. pada Rabu, 01 September 2021

### Kesehatan Ibu dan Anak Era Covid-19 (2): Menyusui, Manfaat ASI dan Dukungan Keluarga



“Keluarga dapat memberikan dukungan dalam bentuk memberikan makanan yang bergizi, membantu merawat bayi, memberikan pujian atas keberhasilan ibu, menciptakan suasana nyaman di rumah, dan tidak menawarkan susu formula”.



*Sajian Khusus*



**ASI (Air Susu Ibu) merupakan sumber nutrisi yang utama bagi bayi baru lahir. ASI eksklusif merupakan pemberian ASI saja sejak bayi lahir hingga usia 6 bulan. Menyusui merupakan proses alamiah yang memiliki banyak manfaat bagi ibu dan**

**bayi. Manfaat menyusui bagi ibu antara lain membantu proses involusi uteri pada awal masa nifas, yaitu mencegah perdarahan dan mengembalikan ukuran uterus keukuran sebelum hamil.**

Manfaat bagi bayi antara lain memberikan nutrisi yang dibutuhkan, meningkatkan sistem imun dan memberikan rasa nyaman karena bayi dekat dengan ibu. Penelitian yang dilakukan oleh Maria, dkk (2020) menemukan bahwa bayi yang diberi ASI eksklusif memiliki perkembangan lebih baik dari pada bayi yang tidak diberikan ASI eksklusif.

Kondisi saat pandemi ternyata tidak berpengaruh terhadap pemberian ASI eksklusif. Sebagaimana dilansir dalam [kompas.com/20/01/2021](https://kompas.com/20/01/2021), penelitian yang dilakukan oleh *Health Collaborative Center (HCC)* menunjukkan bahwa angka keberhasilan ASI eksklusif justru meningkat selama pandemi, yaitu mencapai 89,4 persen pada tahun 2020. Padahal Indonesia termasuk dalam negara dengan cakupan keberhasilan ASI eksklusif yang rendah di dunia, yaitu hanya 30-50 persen. Hal ini merupakan angin segar ditengah segala keterbatasan di era pandemi Covid-19. Maka, di masa pandemi ini bukan hambatan bagi ibu untuk tetap menyusui bayinya. Sebab pemerintah saat ini telah menganjurkan *work from home*. Kebijakan tersebut memberikan manfaat bagi ibu untuk tetap bisa memberikan ASI eksklusif.

Baca juga: Ira Koesno, Istri Rasul, dan Konsepsi Perempuan yang Baik

### **Permasalahan Menyusui pada Ibu yang Positif**

Ibu bersalin yang terkonfirmasi Covid-19 membutuhkan perawatan intensif di ruang isolasi sehingga tidak bisa dirawat gabung dengan bayinya. Proses Inisiasi Menyusu Dini (IMD) pun terlewat. Padahal keberhasilan IMD ini yang meningkatkan keberhasilan ASI eksklusif. Ibu yang terkonfirmasi Covid-19 tetap bisa memberikan ASI bagi bayinya tergantung pada klinis ibu. Apabila ibu tidak menunjukkan gejala sedang – berat, seperti sesak nafas, desaturasi oksigen, atau hilang kesadaran; maka ASI tetap dapat diberikan dengan menerapkan protokol kesehatan.

Berdasarkan rekomendasi dari POGI (2020) terdapat 3 pilihan pemberian ASI bagi bayi yang lahir dari ibu dengan positif Covid-19. Pertama, ibu dengan gejala klinis berat yang menyebabkan ibu tidak dapat memerah ASI, maka dapat diberikan ASI donor. Ibu tetap dapat memompa ASI selama masa perawatan, dengan tujuan agar tidak mengalami

bendungan ASI, namun ASI dibuang sampai sembuh.

Kedua, ibu dengan klinis ringan/sedang dapat memerah ASI dengan terlebih dahulu mencuci tangan. Ibu memakai masker saat memerah ASI. Anggota keluarga yang tidak positif Covid-19 dapat memberikan ASI perah kepada bayi. Ibu tidak dianjurkan untuk berbagi alat perah dengan ibu lainnya.

Ketiga, ibu tidak bergejala/gejala ringan dan tidak tersedia ruang isolasi, maka ibu dapat dirawat gabung dengan bayi. Ibu dapat menyusui bayi secara langsung, namun tetap menggunakan masker, mencuci tangan dan membilas payudara sebelum menyusui. Orang tua harus menyadari bahwa bayi berisiko tertular.

Baca juga: [Selir dalam Islam \(5\): Berikut Nama Sultanah Populer dalam Sejarah Islam](#)

Banyak ibu yang merasa bimbang dengan keputusan menyusui saat terkonfirmasi positif. Kekhawatiran akan menularkan virus kepada bayinya membuat ibu gagal memberikan ASI eksklusif. Pada akhirnya ibu dan keluarga memutuskan untuk memberi susu formula (sufor) pada bayi. Masyarakat kini hidup dalam zaman serba praktis. Bila tidak ada ASI maka terburu-buru memberikan sufor. Padahal masih ada cara lain agar bayi tetap mendapatkan ASI, misalnya dengan memberikan ASI donor. Kita semua sepakat bahwa manfaat ASI lebih besar dari pada sufor. Lestari, dkk (2021) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa bayi yang tidak ASI eksklusif memiliki risiko diare 3,8 lipat lebih tinggi dari pada bayi yang diberikan ASI eksklusif.

### **Kandungan ASI pada Ibu yang Positif dan Pengaruh Dukungan Keluarga**

Kekhawatiran selanjutnya pada ibu adalah transmisi virus Covid-19 dalam ASI. Ibu khawatir jika bayinya tertular virus Covid-19 apabila minum ASI secara langsung. Hal tersebut tidak benar sebab virus SARS-CoV-2 tidak masuk ke dalam ASI. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Centeno-Tablante (2021) menyatakan bahwa belum ada bukti virus SARS-CoV-2 bertransmisi dalam proses menyusui. Penularan dari ibu ke bayi disebabkan karena lemahnya protokol kesehatan. Untuk mengurangi risiko penularan dapat menerapkan hal berikut ini : Terdapat penghalang atau tirai penutup antara ibu dan bayi, mencuci tangan sebelum memegang bayi, jarak ibu dan bayi minimal 2 meter, dan bayi tidak memakai masker atau penutup wajah karena berisiko kematian (POGI, 2020).

Baca juga: Energi Nur Rofiah Mendakwahkan Keadilan Gender Islam

Pemberian ASI pada ibu yang terkonfirmasi positif Covid-19 dapat memberikan manfaat pada bayi. Penelitian oleh Pace, et al (2021) pada 18 ibu yang terkonfirmasi Covid-19 tidak terdeteksi adanya RNA SARS-CoV-2 di dalam ASI, justru ASI dari ibu yang terkonfirmasi Covid-19 merupakan sumber anti-SARS-CoV-2 IgA dan IgG, dan penetralisir aktifitas dari virus SARS-CoV-2. Maka ASI dari ibu yang positif Covid-19 dapat mentransfer antibodi bagi bayi yang bermanfaat untuk mencegah penularan virus SARS-CoV-2. Hal ini dapat menjadi acuan bagi ibu yang bergejala ringan hingga sedang untuk tetap memberikan ASI eksklusif sebab lebih banyak manfaatnya bagi bayi.

Keberhasilan menyusui dipengaruhi oleh dukungan dari keluarga. Dukungan keluarga akan membuat ibu semakin percaya diri dalam memberikan ASI. Keluarga dapat memberikan dukungan dalam bentuk memberikan makanan yang bergizi, membantu merawat bayi, memberikan pujian atas keberhasilan ibu, menciptakan suasana nyaman di rumah, dan tidak menawarkan susu formula. Keluarga yang tidak terkonfirmasi positif Covid-19 harus turut serta membantu ibu memberikan ASI kepada bayinya. Pemberian ASI kepada bayi dapat menggunakan *cupfeeder* atau menggunakan botol susu.