

HUBUNGAN *SCREEN TIME* DAN BEBAN KERJA PADA IBU BEKERJA TERHADAP PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF-*DIRECT BREASTFEEDING* SAAT PANDEMI COVID-19

Kristina Magdalena¹, Megah Stefani¹
Universitas Sahid, Jakarta

ABSTRAK :

Work from Home (WFH) memiliki berbagai dampak positif dan negatif. Ibu yang bekerja secara WFH cenderung memiliki waktu yang cukup untuk keluarga salah satunya yaitu pemberian ASI eksklusif bagi bayinya. Namun, transisi pola kerja ke WFH dapat meningkatkan penggunaan perangkat berlayar atau *screen time* pada ibu bekerja sehingga memengaruhi perilaku gaya hidup yang berkaitan dengan aktivitas fisik. Selain itu, beban kerja saat WFH cenderung lebih tinggi sehingga memengaruhi ibu dalam menjalankan peran menjadi ibu dan pekerja. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan *screen time* dan beban kerja pada ibu bekerja terhadap pemberian ASI eksklusif secara *direct breastfeeding* saat pandemi covid-19. Metode penelitian ini dilakukan kepada 27 ibu menyusui yang bekerja WFH yang memiliki bayi berusia ≥ 6 bulan dan ≤ 2 tahun. Desain penelitian ini yaitu *cross sectional study* dengan penentuan subjek secara *purposive*. Analisis data menggunakan uji *Spearman Rank Correlation*. Hasil penelitian ini menunjukkan tidak terdapat hubungan antara *screen time* TV, laptop atau komputer, dan *handphone* dengan metode menyusui dengan nilai $p > 0,05$ ($p\text{-value} = 0,239$; $p\text{-value} = 0,403$; $p\text{-value} = 0,714$). Terdapat hubungan antara beban kerja dengan metode menyusui secara *direct breastfeeding* dan *mixed breastfeeding* dengan nilai $p = 0,036$ ($p < 0,05$). Kesimpulan penelitian ini tidak terdapat hubungan antara *screen time* dan metode menyusui. Namun, terdapat hubungan antara beban kerja dengan metode menyusui secara *direct breastfeeding* dan *mixed breastfeeding*.

Kata kunci : ASI Eksklusif, Beban kerja, Metode pemberian ASI, *Screen time*, Aktivitas Fisik

ABSTRACT :

Work from home (WFH) has various positive and negative impacts. Working mothers have enough time for their families. One of which is exclusive breastfeeding for their babies. However, the transition of work patterns to WFH can increase device usage or screen time among working mothers. So, it affects lifestyle behaviors related to physical activity. In addition, the workload during WFH tends to be higher and it affects mothers in carrying out their roles as mothers and employees. This research aim is to determine the association between screen time and workload among working mothers with exclusive breastfeeding through direct breastfeeding and mixed breastfeeding during the Covid-19 pandemic. This research method was conducted on 27 breastfeeding mothers that have ≥ 6 months and ≤ 2 years old children. The design of this research is a cross-sectional study and sampling techniques using purposive sampling. Data analysis using Spearman rank correlation. Results reveal that there is no association between screen time (television, laptop or computer, and smartphone) with breastfeeding method with $p > 0,05$ ($p\text{-value} = 0.239$; $p\text{-value} = 0.403$; $p\text{-value} = 0.714$). But, there is an association between workload and breastfeeding through direct breastfeeding and mixed breastfeeding with $p = 0,036$ ($p < 0,05$). The conclusion of this study is there is no relationship between screen time 21

and breastfeeding methods. However, there is a relationship between workload and direct breastfeeding, and mixed breastfeeding methods.

Keywords : Exclusive breastfeeding, Breastfeeding method, Physical Activity, Screen time, Workload