

## Pendampingan Manajemen Laktasi dan MP ASI Online Pada Masa Pandemi Covid-19

Rahayu Widaryanti, Lenna Maydianasari

Prodi Kebidanan Program Sarjana, FIKES Universitas Respati Yogyakarta  
rwidaryanti@respati.ac.id

### Abstrak

Salah satu upaya pencegahan penyebaran virus corona maka WHO menghimbau untuk melakukan *physical distancing*, sedangkan di Indonesia himbauan ini di implementasikan dalam kebijakan pembatasan sosial berskala besar. Dampak dari kebijakan ini salah satunya yaitu terganggunya pelayanan kesehatan terutama kesehatan ibu dan anak serta kegiatan posyandu di masyarakat. Inovasi untuk tetap memberikan pelayanan terhadap ibu yang mengalami masalah menyusui dan pemberian MP ASI adalah dengan pelayanan konsultasi secara online. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema pendampingan manajemen laktasi dan MP ASI dilaksanakan secara online melalui aplikasi *WhatsApp* pada bulan Juni-Agustus 2020 dengan jumlah peserta sebanyak 60 ibu. Kegiatan dimulai dengan menyusun rencana kegiatan, membuat flyer serta formulir online dengan *google form*, sosialisasi program dilaksanakan melalui media sosial, kegiatan pendampingan dan konsultasi online dilakukan melalui aplikasi *whatsapp* dan kegiatan monitoring dan evaluasi dilakukan pada akhir kegiatan. Hasil dari kegiatan ini yaitu terdapat peningkatan pengetahuan ibu mengenai manajemen laktasi dan MP ASI online sebanyak 23 point.

**Kata kunci:** Pendampingan; Manajemen Laktasi; MP-ASI; Covid-19

### Abstract

One of the efforts to prevent the spread of the coronavirus, the WHO urges physical distancing, while in Indonesia this appeal is implemented in a large-scale social restriction policy. One of the impacts of this policy is the disruption of health services, especially maternal and child health and posyandu activities in the community. The innovation to continue providing services to mothers who have breastfeeding problems and the provision of complementary feeding is through online consultation services. Community service activities with the theme of lactation management assistance and complementary feeding were carried out online through the WhatsApp application in June-August 2020 with a total of 60 mothers. The activity begins with preparing an activity plan, making flyers and online forms with the Google form, program socialization is carried out through social media, online mentoring and consultation activities are carried out through the WhatsApp application, and monitoring and evaluation activities are carried out at the end of the activity. The result of this activity is that there is an increase in mothers' knowledge about lactation management and online complementary feeding by 23 points.

**Keywords:** Mentoring; Lactation Management; Complementary feeding; Covid-19

### PENDAHULUAN

Badan kesehatan dunia *World Health Organization* (WHO) mengumumkan wabah COVID-19 menjadi pandemi global pada bulan Maret 2020. Hampir semua Negara di dunia melaporkan temuan kasus di negaranya termasuk Indonesia (1). WHO berupaya mengatasi kondisi pandemi

<http://ejournal.urindo.ac.id/index.php/PAMAS>

Article History :

Submitted 26 Januari 2021, Accepted 24 Oktober 2022, Published 31 Oktober 2022

dengan 2 langkah intervensi yaitu intervensi klinis dan non klinis. Intervensi klinis yang dilakukan meliputi berusaha mencari vaksin serta intervensi non klinis meliputi upaya pencegahan penyebaran virus dengan *physical distancing* (2). Kebijakan *physical distancing* di Indonesia diimplementasikan dalam kebijakan pembatasan sosial berskala besar (PSBB)(3). Dampak dari kebijakan sosial berskala besar tidak hanya dirasakan pada sektor ekonomi tetapi juga pada berbagai sektor antara lain pendidikan dan kesehatan. Pada sektor kesehatan terdapat himbauan untuk menunda kunjungan ke pelayanan kesehatan jika tidak dalam keadaan darurat (4). Selain itu kegiatan posyandu banyak yang dihentikan sementara, meskipun masih terdapat beberapa wilayah yang tetap melaksanakan kegiatan posyandu namun jumlah peserta yang hadir juga menurun drastis dengan alasan takut tertular virus (5).

Pada masa pandemi covid bayi dan balita termasuk kelompok rentan, oleh sebab itu perlu peningkatan imunitas dengan carameningkatkan nutrisi pada bayi dan balita. Salah satu upaya yang dapat dilakukan yaitu dengan pemberian ASI, MP ASI yang adekuat serta penundaan penyapihan (6). ASI mempunyai kandungan nutrisi terbaik dan dapat meningkatkan imunitas bayi sehingga dapat melindungi bayi dari berbagai penyakit termasuk Ketika pandemi covid-19 (7). Kondisi pandemi yang berkepanjangan dan belum mengetahui kapan berakhirnya berdampak terhadap kondisi psikologis ibu. Kecemasan ibu menyusui yang harus bekerja di luar rumah lebih tinggi dikarenakan ada kekhawatiran ibu menularkan virus kepada bayinya. Kondisi psikologis ibu menyusui yang tidak stabil dapat mempengaruhi mekanisme produksi ASI, sehingga untuk meningkatkan kepercayaan diri ibu maka memerlukan dukungan baik dari keluarga, lingkungan maupun dari tenaga kesehatan (8).

Setelah anak usia 6 bulan ASI sudah tidak mampu mencukupi kebutuhan bayi sehingga memerlukan tambahan berupa makanan pendamping ASI (MP-ASI) (9). Pemberian makanan pendamping ASI yang tidak tepat baik secara kualitas, kuantitas maupun cara pemberiannya dapat menyebabkan berbagai masalah pada periode berikutnya (10). Adapun masalah yang sering timbul yaitu bayi melakukan gerakan tutup mulut saat waktunya makan, bayi mengalami konstipasi pada awal memulai pemberian MP ASI serta kasus *picky eater* atau anak menjadi lebih suka memilih-milih makanan sehingga menyebabkan anak menjadi kurang gizi. Pada masa pandemi seperti ini ibu akan khawatir jika harus mengunjungi pelayanan kesehatan untuk melakukan konsultasi mengenai masalah pemberian makanan pendamping ASI.

Pada masa pandemi covid-19 salah satu inovasi yang dapat dilakukan untuk mengurangi kecemasan baik ibu menyusui maupun pada anak yang mengalami kesulitan makan adalah dengan dilakukannya pendampingan oleh tenaga kesehatan ataupun konselor ASI maupun PMBA secara online (8). Pemberian pendampingan dan konseling secara online mempunyai banyak keuntungan

## Jurnal Pelayanan dan Pengabdian Masyarakat (PAMAS)

antara lain waktu yang lebih fleksibel serta biaya yang dikeluarkan lebih rendah, namun banyak metode ini juga mengalami kendala antara lain kendala jaringan.

### METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema pendampingan manajemen laktasi dan MP ASI dilaksanakan secara online melalui aplikasi *WhatsApp* pada bulan Juni-Agustus 2020 dengan jumlah peserta sebanyak 60 ibu. Sasaran dari kegiatan ini adalah ibu menyusui yang memiliki anak usia 0-24 bulan. Tahapan pelaksanaan kegiatan yang dilakukan adalah sebagai berikut:

1. Menyusun rencana kegiatan

Sebelum melaksanakan program pengabdian masyarakat ini, pengabdian membuat rencana kegiatan yaitu membuat flyer untuk promosi serta google formulir *pretest* dan *posttest*

2. Sosialisasi melalui media sosial

Pengabdian bekerja sama dengan Prodi Kebidanan Program Sarjana, Universitas Respati Yogyakarta melakukan promosi di media sosial facebook, Instagram Program Studi.

3. Pendampingan dan konsultasi online

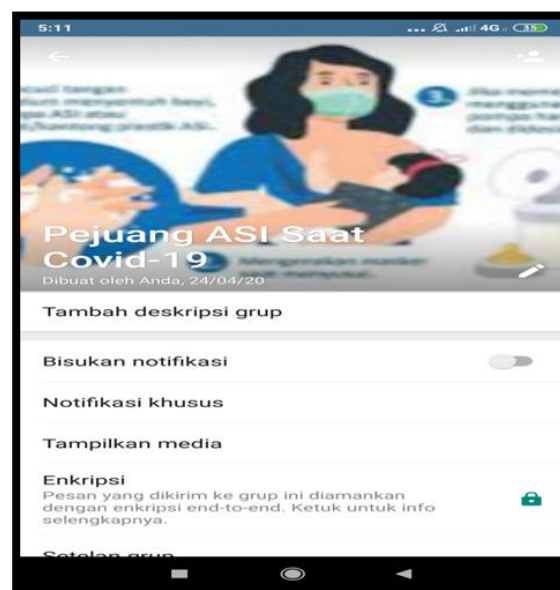
Memberikan pelayanan konsultasi online secara privat melalui aplikasi *WhatsApp*, hal ini bertujuan agar ibu menyusui dapat mengungkapkan permasalahan yang dihadapinya tanpa rasa sungkan, sehingga konselor dapat memberikan solusi secara detail dan tepat sesuai permasalahan.

4. Monitoring dan evaluasi

Kegiatan evaluasi dilakukan dengan post test serta menanyakan tentang masalah yang di hadapi apakah sudah terselesaikan atau masih memerlukan pendampingan.



Gambar 1. Flyer untuk promosi kegiatan PKM



Gambar 2. Group *WhatsApp* pendampingan

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Dalam kegiatan ini adalah ibu menyusui yang memiliki anak usia 0-24 bulan dan memiliki masalah menyusui maupun masalah pemberian MP ASI. Karakteristik yang dilihat meliputi umur, pekerjaan, pendidikan, serta masalah menyusui, masalah pemberian MP ASI. Berikut merupakan tabel analisis univariat karakteristik ibu menyusui yang mengikuti program pendampingan selama pandemi COVID-19

**Tabel 1. Analisis Univariat Karakteristik Responden yang mengikuti Program Pendampingan Selama Pandemi COVID-19**

Karakteristik	n	%
<b>Umur</b>		
< 20 Tahun	8	13.3
20-35 Tahun	45	75.0
> 35 Tahun	7	11.7
<b>Tingkat Pendidikan</b>		
Dasar (SD dan SMP)	15	25.0
Menengah (SMA)	36	60.0
Tinggi (Perguruan Tinggi)	9	15.0
<b>Pekerjaan</b>		
Bekerja	27	45.0
IRT	33	55.0
<b>Paritas</b>		
Primipara	31	51.7
Multipara	29	48.3
<b>Permasalahan</b>		
Sindrom ASI berkurang	13	21.7
Bingung puting	13	21.7
Puting susu datar/tenggelam/ kelainan anatomi payudara	2	3.3
Gerakan tutup mulut (GTM)	21	35.0
Konstipasi	8	13.3
Picky Eater	3	5.0

Sumber : Data primer

Berdasarkan tabel 1 diperoleh data sebagian besar peserta kegiatan merupakan ibu dengan usia reproduksi sehat yaitu 75%. Pada usia reproduksi yang sehat yaitu antara 20-35 tahun semua organ tubuh mempunyai fungsi yang optimal, selain itu jika dilihat dari kondisi psikologi pada usia ini ibu mempunyai kematangan emosi sehingga mampu melakukan manajemen stres yang lebih baik (11). Tingkat Pendidikan peserta pada kegiatan ini sebagian besar peserta mempunyai pendidikan menengah yaitu 60%. Tingkat pendidikan erat kaitannya dengan pola pikir seseorang untuk mengambil keputusan yang berhubungan dengan kesehatannya, selain itu tingkat pendidikan juga berpengaruh terhadap daya tangkap terhadap informasi yang diberikan(12). Tingkat Pendidikan ibu akan mempengaruhi cara pengasuhan pada anak, banyak masalah makan pada anak dikarenakan karena pola asuh yang kuyang kurang tepat (13).

Pada kegiatan ini jumlah presentasi ibu bekerja sebanyak 45% dan ibu rumah tangga sebanyak 55%, Ibu bekerja mempunyai resiko stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan ibu rumah tangga, karena ibu bekerja mempunyai beban sebagai karyawan dan sebagai ibu rumah tangga (14). Masalah lain yang sering dialami oleh ibu bekerja adalah regulasi tentang cuti melahirkan yang hanya 3 bulan dengan pembagian 1,5 bulan sebelum melahirkan dan 1,5 bulan setelah melahirkan, hal ini belum mendukung anjuran WHO untuk pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan. Saat masa cuti melahirkan selesai ibu mengalami dilema karena harus meninggalkan bayinya dalam waktu tertentu untuk Kembali bekerja. Sebagai salah satu solusi yang dapat diberikan kepada ibu bekerja yaitu dengan peningkatan pengetahuan ibu mengenai manajemen pemberian ASI pada ibu bekerja. Untuk meningkatkan keberhasilan pemberian ASI pada ibu bekerja perlu mendapatkan dukungan dari berbagai pihak salah satunya dukungan dari tenaga kesehatan/konselor. Pada masa pandemi seperti sekarang tenaga kesehatan atau konselor menyusui dapat memberikan dukungan secara online melalui berbagai media. Keberhasilan pemberian ASI dan MP ASI juga dipengaruhi oleh paritas, pada kegiatan ini ibu yang primipara sebanyak 51,7%, sedangkan ibu yang mempunyai paritas multipara sebanyak 48,3%. Pengalaman ibu pada periode sebelumnya akan mempengaruhi pola asuh pada anak berikutnya.

Masalah yang sering timbul pada ibu menyusui adalah sindrom asi berkurang/ persepsi ASI tidak cukup yaitu sebanyak 21,7%. Persepsi produksi ASI tidak cukup, kecemasan serta kekhawatiran terhadap praktik menyusui erat kaitannya dengan kondisi psikologis ibu, sehingga memerlukan dukungan yang tepat dari konselor menyusui (15). Kondisi bu yang mempunyai masalah persepsi asi tidak cukup ini dapat meningkatkan risiko kegagalan ASI eksklusif dan penyapihan dini (16). Penyebab PIMS erat kaitannya dengan karakteristik psikologis, sosial dan biologis, salah satu penyebab utamanya adalah efikasi diri menyusui (17). Ibu yang mempunyai self-efficacy menyusui tinggi akan percaya bahwa mereka dapat memproduksi ASI yang cukup untuk

memuaskan bayinya, namun, ibu yang meragukan kemampuan menyusuinya tidak berpikir bahwa mereka dapat menyusui bayinya tanpa suplemen (18). Masalah yang sering timbul pada pemberian MP ASI yaitu gerakan tutup mulut (GTM) yaitu sebanyak 35%. Masalah GTM ini terjadi karena berbagai penyebab antara lain anak sedang sakit, tumbuh gigi atau praktik pemberian makan yang kurang tepat (10).

Sebelum dilakukan pendampingan maka pengabdian melakukan *pre test* yang bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu menyusui tentang manajemen laktasi serta manajemen MP ASI. Setelah pendampingan selesai maka pengabdian juga melakukan *post test* yang bertujuan untuk mengukur tingkat pengetahuan setelah mengikuti pendampingan dan melakukan analisa apakah terdapat perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan setelah mengikuti pendampingan. Berikut adalah tabel hasil analisis *pre test* dan *post test* tingkat pengetahuan tentang manajemen laktasi dan manajemen MP ASI.

**Tabel 2. Analisis *Pre test* dan *Post test* Pengetahuan Tentang Manajemen Laktasi**

Tingkat Pengetahuan Tentang Manajemen Laktasi dan MP ASI	Median (n=60)	Z	P
<i>Pre test</i>	52		
<i>Post test</i>	75		
$\Delta$ <i>Pre test-Post test</i>	23		
<i>Wilcoxon Signed Rank Test</i>		6.738	0.001

Sumber : data primer

Berdasarkan Tabel 2 nilai median *pre test* mengenai pengetahuan tentang manajemen laktasi dan MP ASI pada 60 ibu yaitu 52, dan nilai median *post test* sebanyak 75 hal ini berarti terdapat peningkatan 23 point. Dari hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* terdapat nilai Z sebesar 6,738 dengan nilai signifikansi < 0,000 sehingga dapat disimpulkan terdapat perbedaan bermakna antara tingkat pengetahuan sebelum dan setelah mendapatkan pendampingan dan konseling laktasi dan MP ASI secara online.

Pemerintah mengupayakan berbagai cara untuk mencegah penyebaran covid-19 salah satunya dengan peningkatan kesadaran tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sedangkan pada kelompok komunitas dihimbau untuk menghindari kerumunan. Kondisi ini berdampak kepada ibu untuk mengakses program kelompok pendukung ASI, posyandu maupun pusat pelayanan kesehatan (19), Oleh sebab itu dengan adanya program pendampingan dan konseling secara online

dapat menjadi solusi yang efektif mengatasi masalah menyusui maupun MP ASI. Ibu tidak perlu keluar rumah untuk konsultasi sehingga menurunkan kecemasan tertular virus.

## **SIMPULAN**

Setelah dilakukan kegiatan pendampingan dan konsultasi terdapat perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan setelah kegiatan. Adapun jumlah peningkatan nilai sebanyak 23 poin, selain itu kegiatan pendampingan dan konsultasi secara online ini dapat membantu mengatasi masalah menyusui dan pemberian MP ASI pada anak.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Bialek S, Boundy E, Bowen V, Chow N, Cohn A, Dowling N. Severe outcomes among patients with coronavirus disease 2019 (COVID-19)—United States, February 12–March 16, 2020. *Morb Mortal Wkly Rep.* 2020;69(12):343.
- Aradista AM. Hubungan Antara Health Belief Model dengan Perilaku Kepatuhan Kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) Selama Pandemi COVID-19 pada Emerging Adult. *SUKMA J Penelit Psikol.* 2020;1(2):117–30.
- Fauzi A. Implementasi Pembatasan Sosial Berskala Besar, Sebuah Kebijakan Publik Dalam Penanganan Pandemi COVID-19. *J Ilmu Adm Negara.* 2020;16(1):174–8.
- Herawati H, Sudiarti T. Dampak Pandemi Covid-19 terhadap Tren Pelayanan KIA di Kabupaten Tangerang Tahun 2020. *NERSMID J Keperawatan dan Kebidanan [Internet].* 2022;5(1):88–100. Available from: <http://nersmid.unmerbaya.ac.id/index.php/nersmid/article/view/93/95>
- Aritonang J, Anita S, Sinarsi S, Siregar WW. Kecemasan Pandemi Covid-19 Dalam Keikutsertaan Posyandu Di Kelurahan Pekan Tanjung Morawa Tahun 2020. *J Reprod Helath.* 2020;6(1):34–42.
- Hirani S. Breastfeeding During Covid-19 An Information Guide [Internet]. Faculty of Nursing, University of Regina; 2020. Available from: <http://hdl.handle.net/10294/9153>
- El-Gilany AH. COVID-19 and Breastfeeding. Vol. 2020, *Asploro Journal of Biomedical and Clinical Case Reports.* Asploro; 2020. p. 102.
- Widaryanti R. Pendampingan Ibu Menyusui Pada Masa Pandemi COVID-19 Guna Menjaga Ketahanan Keluarga. *PANCANAKA J Kependudukan, Keluarga, dan Sumber Daya Mns.* 2021;2(1):1–8.

- Kemenkes. Pedoman Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA). Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2020.
- Widaryanti R. Pemberian Makan Bayi dan Anak. Deepublish; 2019.
- Victoria CG, Bahl R, Barros AJD, França GVA, Horton S, Krasevec J, et al. Breastfeeding in the 21st century: epidemiology, mechanisms, and lifelong effect. *Lancet* [Internet]. 2016 Jan 30 [cited 2019 Feb 12];387(10017):475–90. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0140673615010247>
- Mariani M, Sunanto S, Wahyusari S. Pendampingan dan Konseling ASI Berpengaruh terhadap Pengetahuan, Motivasi dan Perilaku Ibu dalam Menyusui. *JI-KES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*. 2019;3(1):34–9.
- Depkes RI. Panduan Penyelenggaraan pemberian makanan tambahan pemulihan bagi Balita gizi kurang. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2019.
- Rahayu EP. Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Volume Asi Perah Ibu Menyusui Selama Bekerja Di Lingkungan Universitas Nu Surabaya. *J Heal Sci*. 2019;12(02):54–661.
- Gianni ML, Bettinelli ME, Manfra P, Sorrentino G, Bezze E, Plevani L, et al. Breastfeeding difficulties and risk for early breastfeeding cessation. *Nutrients* [Internet]. 2019;11(10):2266. Available from: <https://www.mdpi.com/2072-6643/11/10/2266/htm>
- Kent JC, Ashton E, Hardwick CM, Rea A, Murray K, Geddes DT. Causes of perception of insufficient milk supply in Western Australian mothers. *Matern Child Nutr* [Internet]. 2021;17(1):e13080. Available from: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/mcn.13080>
- Huang Y, Liu Y, Yu X, Zeng T. The Rates and Factors of Perceived Insufficient Milk Supply: A Systematic Review. *Matern Child Nutr* [Internet]. 2022;18(1):e13255. Available from: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/mcn.13255>
- De Roza JG, Fong MK, Ang BL, Sadon RB, Koh EYL, Teo SSH. Exclusive breastfeeding, breastfeeding self-efficacy and perception of milk supply among mothers in Singapore: A longitudinal study. *Midwifery* [Internet]. 2019;79:102532. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0266613819302189>
- Pradana AA, Casman C, Nur'aini N. Pengaruh kebijakan social distancing pada wabah COVID-19 terhadap kelompok rentan di Indonesia. *J Kebijak Kesehat Indones JKKI*. 2020;9(2):61–7.