



## ***Support Group Ibu Menyusui di Era Pandemic Covid-19***

**Ellyda Rizki Wijhati<sup>1\*</sup>, Siti Istiyati<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Prodi DIII Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Yogyakarta

<sup>2</sup>Prodi DIII Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Yogyakarta

\*Email: [Ellyda\\_wijhati@unisayogya.ac.id](mailto:Ellyda_wijhati@unisayogya.ac.id)

### **Abstrak**

**Keywords:**

Menyusui; asi  
eksklusif; support  
group online;  
pendidikan kesehatan

*Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik bagi bayi karena mengandung kebutuhan nutrisi yang dibutuhkan untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan balita. Upaya yang dapat dilakukan orang tua khususnya ibu untuk mengoptimalkan periode tumbuh kembang anak adalah dengan memberikan ASI eksklusif yaitu pemberian ASI selama 6 bulan penuh tanpa pemberian makanan tambahan lain. Selama proses menyusui tidak jarang ibu mengalami kendala- kendala sehingga dapat menjadi pemicu gagalnya ASI eksklusif. Tujuan Pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu tentang pemberian ASI sehingga Dapat meningkatkan kepercayaan diri ibu memebrikan ASI. Metode yang dilakukan dengan penyuluhan dan diskusi via platform whatsapp group dan zoom meeting bekerjasama dengan Puskesmas Sleman. Hasil pengabdian telah terbentuk support grup melalui aplikasi Whassapp, makin banyak ibu yang merasa yakin untuk memberikan ASI eksklusif, dan beberapa ibu dapat mengatasi permasalahan yang dialami selama menyusui bayi. Saran support group sebaiknya mengikutsertakan suami/ keluarga agar edukasi yang diberikan lebih komprehensif.*

### **1. PENDAHULUAN**

Pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif merupakan upaya konkret menurunkan angka kesakitan dan kematian anak dan dilanjutkan dengan pemberian makanan padat dan semu padat yang mengandung unsur gizi yang diperlukan untuk menunjang tumbuh kembang anak. Pemberian ASI eksklusif sangat direkomendasikan karena kandungan gizi yang sangat baik dan sesuai dengan kebutuhan bayi, serta resiko kontaminasi bakteri yang sangat kecil. Pemberian Makanan pendamping yang terlalu dini dan penyajian yang tidak higienis meningkatkan resiko infeksi bada bayi [1].

Berdasarkan laporan kinerja Kementerian Kesehatan Tahun 2020

disebutkan bahwa cakupan ASI eksklusif di Indonesia mencapai angka 66,1% angka ini melebihi target tahunan yaitu 40% [2]. Data Cakupan Pemberian ASI Eksklusif di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) mencapai 77,5% angka ini lebih tinggi dari target nasional. Cakupan ASI Eksklusif diwilayan DIY antara lain: 82,3% Kabupaten Sleman, 79% Kabupaten Bantul, 74% Kota Yogyakarta, 72,3% Kabupaten Kulon Progo fan 72,1% Kabupaten Gunung Kidul [3].

Penelitian terdahulu melaporkan bahwa hal- hal yang berpengaruh pada keberhasilan ibu memberikan ASI Eksklusif antara lain pendidikan, pengetahuan, pengalaman sumber



informasi, dukungan keluarga, dukungan lingkungan serta layanan kesehatan yang berpengaruh pada kepercayaan diri ibu menyusui. Literasi kesehatan yang terpercaya dan mudah diakses bermanfaat menambah pengetahuan dan wawasan mengenai urgensi ASI. Salah satu sumber informasi adalah konselor menyusui atau keikutsertaan dalam *support group* menyusui [4].

Salah satu sumber literasi ibu dalam kesehatan ibu dan anak (KIA) adalah buku KIA, buku ini berisi informasi yang penting bagi ibu dan keluarga dan masyarakat mengenai pelayanan kesehatan ibu dan anak yang meliputi informasi, kehamilan, persalinan, perawatan bayi baru lahir, keluarga berencana, pemberian ASI dan makanan pendamping ASI, serta pemantauan tumbuh kembang bayi hingga usia 6 tahun [5]. Berdasarkan penelitian buku KIA telah banyak dimanfaatkan oleh ibu balita salah satunya sebagai sumber informasi pemberian ASI 54,6% [6].

Puskesmas Sleman merupakan salah satu Fasilitas Kesehatan (Faskes) di Kabupaten Sleman yang sebelum pandemic covid-19 rutin melakukan kegiatan Kelas Ibu Balita di wilayah kerja, namun sejak terjadinya pandemic covid-19 kegiatan ini berhenti hal ini disebabkan karena kekhawatiran penularan virus jika melkaukan kegiatan secara offline/ bertemu langsung. Berdasarkan hasil wawancara pada 5 ibu bayi yang melakukan imunisasi di Puskesmas, diperoleh data hampir seluruh ibu mengalami kebingungan jika menghadapi permasalahan selama menyusui, alternatif solusi yang dicari dengan mencari sumber bacaan di Internet atau bertanya pada keluarga/ kerabat terdekat.

Tidak jarang ibu mendapatkan informasi/ saran yang tidak tepat sehingga tidak menyelesaikan masalah yang dihadapi ibu, seperti: ketika bayi demam ibu diminta meminum obat penurun panas, karena anggapan obat juga akan dikonsumsi oleh bayi, hal tersebut tidaklah dibenarkan sehingga

masalah demam pada bayi tidak teratasi dengan baik. Masalah lain yang banyak dijumpai adalah ketika bayi rewel dianggap ASI ibu tidak mencukupi kebutuhan bayi, sehingga ibu merasa tidak percaya diri dan akhirnya memilih menggunakan susu formula, tentunya hal tersebut sangat merugikan ibu dan bayi. Terlebih di era pandemic covid-19 dimana ibu memiliki keterbatasan untuk mengakses informasi langsung oleh tenaga kesehatan, kemungkinan lebih banyak ibu akan mendapatkan saran dari keluarga/ membaca informasi dari media social yang belum tentu dapat dipertanggungjawabkan ke validannya akan lebih banyak. Berdasarkan permasalahan diatas tim pengabdian tertarik untuk membuat kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pembentukan *support group online* kepada ibu menyusui.

## 2.METODE

Metode pelaksanaan kegiatan *support group* ibu menyusui dilakukan secara online, hal ini dikarenakan kondisi pandemic covid-19 dimana Pemerintah dan Kementerian Kesehatan mencanangkan protocol kesehatan untuk mengurangi mobilitas diluar rumah, menghindari kerumunan dan dianuurkan di rumah saja. Rangkaian kegiatan meliputi:

- 2.1 Koordinasi awal dengan Bidan
- 2.2 Tim pengabdian melakukan koordinasi dengan bidan pelaksana untuk merancang metode yang akan diterapkan guna menarik partisipasi ibu hamil/ ibu balita untuk Dapat bergabung dalam kegiatan.
- 2.3 Tim bekerjasama dengan bidan Puskesmas membuat promosi secara online maupun offline.
- 2.4 Join Grup *Whats App* (WA)
- 2.5 Perkenalan Tim Pengabdian dan anggota grup
- 2.6 Kegiatan Kuliah zoom/ Kuliah *Whatsapp*.
- 2.7 Konsultasi Kesehatan Online dilakukan setiap hari



- 2.8 *Session Sharing* pengalaman sesama ibu menyusui
- 2.9 *Share* informasi terkait kesehatan Ibu Anak seperti info webinar, info imunisasi covid-19 bagi ibu menyusui.

### 3 HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan dilakukan secara online sejak april hingga agustus 2021. Setelah peserta ibu balita di tambahkan dalam grup whatsapp, tim pengabdian memberikan penjelasan singkat terkait tujuan dan metode kegiatan yang akan berlangsung. Kegiatan pertama yang dilakukan adalah pengenalan tim pengabdian serta anggota grup. Hal ini dilakukan untuk mengetahui karakteristik dari anggota grup, selain itu tim juga mulai mengumpulkan permasalahan yang banyak dialami oleh ibu menyusui dan selanjutnya dijadikan dasar untuk pemberian materi. Penelitian sebelumnya melaporkan bahwa rata rata ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif berada pada rentang usia 20-35 tahun, dan waktu pemberian susu formula pertama diberikan usia 0-1 bulan [7].

Kegiatan terstruktur adalah kuliah Whatsapp pertama diberikan pada April 2021 dengan topik Manajemen ASI perah bagi ibu bekerja. Materi ini diberikan karena beberapa ibu yang menjadi anggota group harus meninggal bayi untuk bekerja atau sekedar untuk melakukan aktifitas diluar rumah seperti berbelanja atau kegiatan lain. Hal lain yang menjadi pertanyaan adalah cara menyimpan ASI perah yang benar. Pendidikan kesehatan Manajemen ASI perah sangat penting diberikan kepada setiap ibu menyusui baik ibu bekerja maupun tidak bekerja, mengingat ASI merupakan kebutuhan utama bayi terutama usia dibawah 6 bulan. Menurut Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) Ibu menyusui yang memiliki pengetahuan yang benar terkait manajemen ASI berpeluang lebih **besar** sukses memberikan ASI Eksklusif [8].

Kegiatan terstruktur kedua adalah Kuliah Whassapp dilakukan pada Mei

2021 dengan topic Teknik menyusui yang benar, hal putting ini berikan karena banyak ibu yang mengeluh nyeri saat menyusui, putting susu lecet, dan bayi sering gumoh setelah menyusu. Keluhan tersebut tidak hanya dialami oleh ibu yang baru memiliki anak pertama, beberapa ibu yang telah memiliki 2 anak atau lebih mengeluhkan hal yang sama. Permasalahan tersebut disebabkan karena tidak tepatnya teknik menyusui yang dilakukan oleh ibu. Akibat teknik menyusui yang salah berakibat pada tidak efektifnya bayi saat menghisap putting yang menyebabkan kebutuhan nutrisi tidak terpenuhi sehingga memungkinkan kenaikan berat badan (BB) bayi tidak naik atau bahkan turun, akibat yang dialami ibu antara lain putting susu lecet hingga menyebabkan luka yang nyeri ketika dihisap oleh bayi, selanjutnya jika tidak ditangani dengan benar menyebabkan ibu enggan memberikan ASI langsung (memilih untuk memerah) yang bisa berdampak berkurangnya produksi ASI dan berakhir gagalnya pemberian ASI eksklusif. Hal ini dibenarkan oleh [9] yang menyatakan bahwa Kegagalan menyusui disebabkan karena kesalahan memposisikan dan melekatkan bayi .

Kegiatan terstruktur ketiga adalah Kuliah Zoom yang dilakukan pada bulan Juni 2021 dengan topic *Session Sharing* Permasalahan Menyusui, dalam pembahasan ini lebih banyak dibahas mitor- mitos yang beredar dimasyarakat terkait ASI. Hal yang paling banyak ditanyakan adalah apakah ibu menyusui boleh makan pesis? Apakah setelah bepergian ASI ibu harus dibuang? Serta dipraktekkan teknik menyusui yang benar dengan perlekatan yang baik. Pelaksanaan kegiatan dalam *Support Group* Menyusui dirasa sangat bermanfaat oleh ibu- ibu anggota grup, karena dengan kegiatan ini ibu mendapatkan informasi yang benar terkait menyusui dan kesehatan anak, saling bertukar pengalaman menyusui dan merasa didukung. Menurut penelitian Kelas edukasi menyusui dapat



menguatkan keputusan ibu untuk memberikan ASI eksklusif kepada bayi. Dukungan orang terdekat sangat penting untuk mendukung keberhasilan ibu dalam memberikan ASI eksklusif [4]. Penelitian lain melaporkan bahwa adanya dukungan keluarga dan dukungan tenaga kesehatan menjadi salah satu faktor yang berpengaruh pada keberhasilan pemberian ASI eksklusif [10].

Kegiatan tidak terstruktur lainnya adalah Konsultasi kesehatan seputar kesehatan ibu dan anak, tidak hanya terkait permasalahan menyusui namun juga hal-hal lain seperti perawatan bayi sehari-hari, informasi imunisasi bayi, perawatan bayi/ balita sakit, menyapih anak dan info seputar parenting. Sesi konsultasi/ Tanya jawab berlangsung hampir setiap hari. Permasalahan kesehatan yang terjadi selama pandemic terjadi cukup banyak dan ada kekhawatiran ibu untuk melakukan kunjungan langsung ke faskes jika mengalami masalah kesehatan/ menyusui sehingga kegiatan konsultasi kesehatan secara virtual sangat membantu ibu mendapatkan solusi dari masalah kesehatan yang dialami. Termasuk halnya grup whatsapp yang telah dibentuk tidak hanya mendukung keberhasilan menyusui ibu namun juga memberikan solusi lain dari masalah kesehatan yang dialami.

Hal ini juga disebutkan dalam [11] yang menemukan bahwa di masa pandemi dukungan laktasi virtual cukup efektif dibandingkan dengan dukungan langsung, tenaga kesehatan dalam hal ini tim pengabdian bekerja sama dengan bidan Puskesmas dapat memberikan dukungan bagi ibu menyusui secara fleksibel Dapat dilakukan dimanapun dan kapanpun.

Negara- Negara maju didunia telah menerapkan sistem telelaktasi sejak adanya pandemic covid-19. Telelaktasi merupakan layanan konseling laktasi secara online yang diberikah oleh tenaga kesehatan yang tersertifikasi untuk memberikan solusi bagi ibu menyusui maupun keluarga yang membutuhkan

bantuan. Program ini didasarkan pada banyaknya permasalahan menyusui yang dihadapi oleh ibu, namun ada hambatan untuk berkunjung langsung pada tenaga kesehatan terlatih [12].

Berdasarkan beberapa pengakuan ibu- ibu yang menjadi anggota grup WA, selama pandemic covid angka keberhasilan ASI eksklusif meningkat hal ini terjadi pada ibu yang tidak bekerja diluar rumah, dan ibu yang menjalani *Work From Home* (WFH) hal ini disebabkan karena lebih banyaknya waktu yang dihabiskan ibu bersama dengan bayi. Di Indonesia sendiri terjadi peningkatan cakupan ASI eksklusif selama adanya pandemic covid-19 [13]. Hal yang berbeda ditemukan pada penelitian di Italia, saat *lockdown* 9 Maret- 8 Mei 2021 ibu menyusui dengan bayi usia 0-90 hari dan tidak terinfeksi covid-19, justru tidak memberikan ASI eksklusif, sehingga Dapat disimpulkan bahwa kondisi lockdown karena pandemic covid-19 justru menurunkan angka keberhasilan ASI eksklusif [14]. Banyak penyebab kegagalan pemberian ASI eksklusif yang tidak dianalisis dalam penelitian tersebut.

#### 4 KESIMPULAN

Telah terbentuk support grup melalui aplikasi Whassapp, makin banyak ibu yang merasa yakin untuk memberikan ASI eksklusif, dan beberapa ibu dapat mengatasi permasalahan yang dialami selama menyusui bayi

#### UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kami ucapkan kepada LPPM Universitas Aisyiyah Yogyakarta yang telah memebrikan support dana dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

#### REFERENSI

- [1] Kemenkes RI, "infodatin-asi.pdf." Kementerian Kesehatan RI Pusat Data dan Informasi, Jakarta, 2014.
- [2] Kemenkes RI, "Laporan Kinerja Kementerian Kesehatan Tahun 2020," Jakarta, 2021.



- [3] Dinkes DIY, "Profil Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta Tahun 2019," Yogyakarta, 2020.
- [4] S. P. Anggraini, R. S. Padmawati, and M. Julia, "Kelas Edukasi Menyusui Sebagai Penunjang Keberhasilan Memberikan ASI Eksklusif," *Ber. Kedokt. Masy.*, vol. 33, no. 6, p. 299, 2017, doi: 10.22146/bkm.24547.
- [5] Kemenkes RI, *Petunjuk teknis penggunaan buku KIA*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2015.
- [6] E. R. Wijhati, P. Suryantoro, and D. Rokhanawati, "Optimalisasi peran kader dalam pemanfaatan buku kia di puskesmas tegalrejo kota yogyakarta," *J. Kebidanan Univ. Muhammadiyah Semarang*, vol. 6, no. 2, pp. 112–119, 2017.
- [7] S. A. Hanifah, S. Astuti, and A. I. Susanti, "Gambaran Karakteristik Ibu Menyusui Tidak Memberikan Asi Eksklusif Di Desa Cikeruh Kecamatan Jatinangor Kabupaten Sumedang Tahun 2015," *J. Sist. Kesehat.*, vol. 3, no. 1, pp. 38–43, 2017, doi: 10.24198/jsk.v3i1.13960.
- [8] IDAI, "Sukses Menyusui Saat Bekerja," *Ikatan Dokter Anak Indonesia*, 2013. .
- [9] R. Suradi, "Posisi dan Perlekatan Menyusui dan Menyusu yang Benar," *Ikatan Dokter Anak Indonesia*, 2013. .
- [10] S. Kristianti and S. Pratamaningtyas, "The Family Support and Provider Support to Increase Exclusive Breastfeeding Coverage 113 | Publisher : Humanistic Network for Science and Technology Health Notions , Volume 2 Number 1 ( January 2018 ) IS," *Heal. Notions*, vol. 2, no. 1, pp. 113–117, 2018.
- [11] J. Schindler and K. E. Phillips, "Breastfeeding During a Pandemic : The Influence of COVID-19 on Lactation Services in the Northeastern United States," *J. Hum. Lact.*, vol. 37, no. 2, pp. 260–268, 2021, doi: 10.1177/08903344211003898.
- [12] J. R. Demirci, "Breastfeeding Support in the Time of Covid-19," *J. Perinat. Neonatal Nurs.*, pp. 297–299, 2020, doi: 10.1097/JPN.0000000000000521.
- [13] E. Pranita, "ASI Eksklusif di Indonesia Meningkat Tajam Selama Pandemi Covid-19," *Kompas.com2*, Jakarta, Jan. 2021.
- [14] G. Latorre, D. Martinelli, P. Guida, E. Masi, R. De Benedictis, and L. Maggio, "Impact of COVID-19 pandemic lockdown on exclusive breastfeeding in non-infected mothers," vol. 4, pp. 1–7, 2021.