

**PEMBENTUKAN KELOMPOK PENDUKUNG ASI (KP-ASI)
DI RW I KELURAHAN TAMBAKHARJO KECAMATAN
SEMARANG BARAT KOTA SEMARANG**

Indah Sulistyowati¹, Oktaviani Cahyaningsih¹, Novita Alfiani¹

Email : indahs_17610@yahoo.com, oqt4_viani@yahoo.co.id, novitaalfians29@yahoo.co.id

¹Dosen Prodi D-III Kebidanan STIKES Widya Husada Semarang

Abstrak

ASI (Air Susu Ibu), tak terbantahkan lagi merupakan makanan bayi yang terbaik. ASI tidak dapat digantikan oleh makanan ataupun minuman manapun, karena ASI mengandung zat gizi yang paling tepat, lengkap dan selalu menyesuaikan dengan kebutuhan bayi setiap saat. Walaupun demikian masih terdapat kendala dalam pemantauan pemberian ASI Eksklusif karena belum ada sistem yang dapat diandalkan. Selama ini pemantauan tingkat pencapaian ASI Eksklusif dilakukan melalui laporan puskesmas yang diperoleh dari hasil wawancara pada waktu kunjungan bayi di Puskesmas. Pemberian ASI Eksklusif pada bayi 0-6 bulan di Kota Semarang telah mencapai target Renstra Kota Semarang (65%). Namun demikian pencapaian dalam program ASI Eksklusif ini harus mendapatkan perhatian khusus dan memerlukan pemikiran dalam mencari upaya-upaya terobosan serta tindakan nyata yang harus dilakukan oleh provider di bidang kesehatan dan semua komponen masyarakat dalam rangka penyampaian informasi maupun sosialisasi guna meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat.

Oleh karena itu salah satu usaha yang dapat ditempuh yaitu dengan membentuk kelompok pendukung ASI (KP-ASI). Dimana KP-ASI memiliki peran yang penting untuk membantu ibu berhasil dalam proses menyusui, diantaranya memberikan nasihat praktis kepada ibu-ibu hamil dan menyusui tentang perawatan payudara, cara menyusui yang baik dan benar, manfaat ASI dan menyusui secara eksklusif dan nasehat tentang cara mengatasi permasalahan yang ditemui pada waktu menyusui. Selain itu KP-ASI juga berperan dalam memberikan dukungan psikologis kepada ibu menyusui sehingga menimbulkan rasa percaya diri pada ibu.

Kata Kunci : ASI, ASI Eksklusif, KP-ASI

Abstract

ASI (Mother's Milk), undeniably is the best baby food. Breast milk can not be replaced by any food or drink, because breast milk contains the most appropriate, complete and always adjusts to the baby's needs at all times. Nevertheless there are still obstacles in monitoring exclusive breastfeeding because there is no reliable system. So far, monitoring of the level of achievement of exclusive breastfeeding has been carried out through puskesmas reports obtained from interviews during infant visits at the puskesmas. Exclusive breastfeeding for infants 0-6 months in the city of Semarang has achieved the target of the Renstra of the City of Semarang (65%). However, the achievements in the Exclusive ASI program must receive special attention and require thinking in seeking breakthrough efforts and concrete actions that must be taken by providers in the health sector and all components of the community in the context of information delivery and outreach to increase public knowledge and awareness.

Therefore, one of the efforts that can be taken is to form a support group for ASI (KP-ASI). Where the KP-ASI has an important role to help mothers succeed in the process of breastfeeding, including providing practical advice to pregnant and breastfeeding mothers about breast care, how to breastfeed properly, the benefits of breastfeeding and exclusive breastfeeding and advice on how to overcome problems encountered during breastfeeding. In addition, the AS-ASI also plays a role in providing psychological support to nursing mothers, thereby creating self-confidence in mothers.

Keywords: ASI, Exclusive ASI, KP-ASI

Pendahuluan

Pola pemberian makanan terbaik bagi bayi dan anak menurut para ilmuwan dunia dan telah menjadi rekomendasi WHO adalah memberikan hanya ASI saja

kepada bayi sejak lahir sampai dengan umur 6 bulan, meneruskan pemberian ASI sampai anak berumur 24 bulan dan memberikan makanan pendamping ASI (MP-ASI) kepada bayi mulai usia 6 bulan. ASI mengandung

unsur-unsur gizi yang dibutuhkan oleh bayi untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi guna mencapai pertumbuhan dan perkembangan bayi yang optimal. Walaupun demikian masih terdapat kendala dalam pemantauan pemberian ASI Eksklusif karena belum ada sistem yang dapat diandalkan. Selama ini pemantauan tingkat pencapaian ASI Eksklusif dilakukan melalui laporan puskesmas yang diperoleh dari hasil wawancara pada waktu kunjungan bayi di Puskesmas.

Pemberian ASI Eksklusif pada bayi 0-6 bulan di Kota Semarang telah mencapai target Renstra Kota Semarang (65%). Sedangkan bila dibandingkan dengan pencapaian tahun 2015 ada peningkatan dari 64,69% menjadi 67,16% pada tahun 2016, hal ini disebabkan karena adanya komitmen petugas kesehatan untuk membantu ibu yang mengalami kesulitan dalam menyusui, ada peningkatan pengetahuan ibu tentang manfaat menyusui dan cara menyusui yang tepat dan dukungan dari keluarga, serta dengan adanya sosialisasi terkait Peraturan Walikota Semarang (Perwal) No. 7 Tanggal 16 Januari 2013 tentang Program Peningkatan Pemberian ASI Eksklusif di Kota Semarang.

Namun demikian pencapaian dalam program ASI Eksklusif ini harus mendapatkan perhatian khusus dan memerlukan pemikiran dalam mencari upaya-upaya terobosan serta tindakan nyata yang harus dilakukan oleh provider di bidang kesehatan dan semua komponen masyarakat dalam rangka penyampaian informasi maupun sosialisasi guna meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat.

Dalam Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga yang selanjutnya menjadi program utama Pembangunan Kesehatan tahun 2015-2019. Dimana dalam rangka pelaksanaan Program Indonesia Sehat tersebut telah disepakati adanya 12 indikator utama untuk penanda status kesehatan sebuah keluarga. Salah satu indikator tersebut adalah

bayi mendapat air susu ibu (ASI) eksklusif. Dalam situasi apapun, ibu harus senantiasa didukung untuk tetap dapat menyusui bayinya. Karena mendapatkan ASI merupakan hak anak agar dapat bertumbuhkembang secara optimal. Pemberian ASI juga dapat membentuk perkembangan intelegensi, rohani dan perkembangan emosional, karena selama disusui dalam dekapan ibu, bayi bersentuhan langsung dengan ibu, dan mendapatkan kehangatan kasih sayang dan rasa aman.

Agar ibu-ibu dapat lebih berhasil dalam proses menyusui diperlukan bantuan moril dari suami dan keluarga juga penyuluhan dan pengetahuan praktis dari petugas/kader. Oleh karena itu salah satu usaha yang dapat ditempuh yaitu dengan membentuk kelompok pendukung ASI (KP-ASI). Dimana KP-ASI memiliki peran yang penting untuk membantu ibu berhasil dalam proses menyusui, diantaranya memberikan nasihat praktis kepada ibu-ibu hamil dan menyusui tentang perawatan payudara, cara menyusui yang baik dan benar, manfaat ASI dan menyusui secara eksklusif dan nasehat tentang cara mengatasi permasalahan yang ditemui pada waktu menyusui. Selain itu KP-ASI juga berperan dalam memberikan dukungan psikologis kepada ibu menyusui sehingga menimbulkan rasa percaya diri pada ibu.

Metode

Kegiatan

1. Pembentukan Kelompok Pendukung ASI (KP-ASI)
Membentuk kelompok KP-ASI di RW I Kelurahan Tambakharjo. Adapun kegiatan yang dilaksanakan dalam pembentukan KP-ASI adalah:
 - a. Melakukan pemanggilan peserta/anggota melalui Ketua RW
 - b. Menjelaskan tujuan dibentuknya KP-ASI
 - c. Menjelaskan kegiatan yang akan dilaksanakan oleh KP-ASI
 - d. Meminta komitmen dari anggota KP-ASI

- e. Menyusun struktur organisasi/kepengurusan KP-ASI
2. Pemberian Materi
- Setelah KP-ASI terbentuk, diberikan materi pada anggota KP-ASI. Adapun materi yang disampaikan adalah :
- a. Tujuan dibentuknya kelompok KP-ASI
 - b. Tugas dari anggota KP-ASI, diantaranya adalah :
 - 1) Memberikan nasehat praktis kepada ibu-ibu hamil dan menyusui tentang perawatan payudara, cara menyusui yang baik dan benar, manfaat ASI dan menyusui secara eksklusif dan nasehat tentang cara mengatasi permasalahan yang ditemui pada waktu menyusui.
 - 2) Memberikan dukungan psikologis kepada ibu menyusui sehingga menimbulkan rasa percaya diri pada ibu dan memotivasi agar:
 - 1) Ibu yakin bahwa dapat menyusui, ASI adalah yang terbaik, dan ibu dapat memproduksi ASI yang cukup untuk memenuhi kebutuhan bayinya.
 - 2) Ibu mengetahui setiap perubahan fisik yang terjadi dan mengerti bahwa perubahan itu adalah normal.
 - 3) Ibu mengetahui dan mengerti akan pertumbuhan dan perilaku bayi dan bagaimana seharusnya menghadapi dan mengatasinya
 - c. Pendidikan kesehatan tentang ASI Eksklusif
3. Pendampingan KP-ASI
- Melaksanakan pendampingan pada anggota KP-ASI dalam melaksanakan tugas-tugasnya. Pendampingan dilaksanakan saat KP-ASI melaksanakan kegiatan memberikan penyuluhan/nasehat dan dukungan psikologis pada saat ibu menyusui datang keposyandu.

Rancangan Evaluasi

Evaluasi dan monitoring dilakukan penilaian yang dilakukan oleh tim penyelenggara kegiatan. Kegiatan tersebut dilakukan tiga kali dalam satu tahun, yakni pada bulan keempat, kedelapan, dan bulan ke-12. Tujuan evaluasi untuk melihat sejauhmana program berjalan sesuai dengan target dan *outcomes* yang diharapkan. Berikut bentuk evaluasi yang dikembangkan :

Indikator Proses

1. Kehadiran peserta
2. Partisipasi peserta
3. Terbentuk KP-ASI

Indikator Outcome

1. Pencatatan jumlah ibu yang memberikan ASI eksklusif
2. Dukungan keluarga terhadap ibu untuk memberikan ASI eksklusif
3. Kesehatan balita

Hasil Dan Pembahasan

Kegiatan Pembentukan Kelompok Pendukung ASI (KP-ASI) dilaksanakan pada tanggal 3 Agustus 2019 dengan hasil terbentuknya Kelompok Pendukung ASI yang beranggotakan kader di wilayah RW I Kelurahan Tambakharjo Kecamatan Semarang Barat sejumlah 13 orang.

Kegiatan pemberian materi pada anggota KP-ASI Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 24 Agustus 2019 dengan hasil sudah diberikan materi kepada anggota KP-ASI yang terdiri dari materi tentang KP-ASI dan ASI Eksklusif. Sebelumnya anggota mengerjakan soal *pre test* untuk mengetahui sejauh mana pemahaman anggota mengenai ASI Eksklusif dengan hasil sebagian besar anggota mempunyai pengetahuan yang cukup mengenai ASI Eksklusif (75%). Kemudian setelah *pre test* diberikan informasi kepada anggota KP-ASI mengenai ASI Eksklusif diantaranya tentang pengertian ASI, manfaat ASI, komposisi ASI, tehnik menyusui yang

benar, dan persiapan pemberian ASI Eksklusif pada ibu bekerja. Pada saat diberikan informasi anggota merespon dengan baik apa yang disampaikan. Setelah diberikan informasi dilanjutkan dengan mengerjakan soal *post test* dengan hasil terdapat peningkatan yaitu sebagian besar kader memiliki pengetahuan yang baik mengenai ASI Eksklusif (75%).

Kegiatan pendampingan KP-ASI dilaksanakan pada tanggal 7 September 2019 dengan hasil sudah dilaksanakan kegiatan pendampingan kepada anggota

KP-ASI pada saat melaksanakan pertemuan dan anggota dapat menyampaikan informasi tentang ASI Eksklusif dengan baik dan mendapat respon dari peserta serta peserta dapat memahami informasi yang disampaikan dengan dapat mempraktikkan apa yang sudah dicontohkan diantaranya adalah tehnik menyusui yang benar. Selain itu anggota KP-ASI juga memberikan dukungan secara psikologis kepada peserta supaya dapat memberikan ASI secara eksklusif.

Tabel 1. Pengetahuan Tentang ASI Eksklusif Sebelum dan Sesudah Kegiatan Pengabdian

No	Kegiatan	Pengetahuan		
		Baik	Cukup	Kurang
1	Sebelum kegiatan pengabdian	0%	75%	25%
2	Setelah kegiatan pengabdian	85%	15%	0%

Simpulan

Berdasarkan tujuan yang ingin dicapai dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, maka kesimpulan yang dapat diambil adalah :

1. Terbentuknya Kelompok Pendukung ASI (KP-ASI) di RW I Kelurahan Tambakharjo Kecamatan Semarang Barat Kota Semarang.
2. Peningkatan Pengetahuan tentang ASI Eksklusif pada KP-ASI di RW I Kelurahan Tambakharjo Kecamatan Semarang Barat Kota Semarang.

Daftar Pustaka

Berliana, F. (2014). *Buku Pintar ASI dan Menyusui*. Yogyakarta: Noura Publishing.

Dinas Kesehatan Kota Semarang. (2016). *Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Kota Semarang Tahun 2016*. Semarang : Dinas Kesehatan.

Haryono, R. & Setianingsih, S. (2014). *Manfaat ASI eksklusif untuk buah hati*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.

IDAI. (2008). *Bedah ASI*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.

Kemenkes, RI. (2013). *Riset Kesehatan Dasar Tahun 2013*. Jakarta : Balitbang Kementerian Kesehatan RI.

Kemenkes RI. (2014). *INFODATIN (Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI)*. Jakarta Selatan: Kementerian Kesehatan RI.

Kemenkes, RI. (2015). *Profil kesehatan Indonesia 2015*. Jakarta: Balitbang Kementerian Kesehatan RI.

Maulana, H. 2009. *Promosi kesehatan*. Jakarta: EGC.

Mercy Corps-USAID. (2008). *10 Topik Umum Diskusi Kelompok Pendukung Ibu*. Jakarta : Mercy Corps.

Mercy Corps Indonesia. (2011). *Panduan Pelatihan Pembina Motivator Kelompok Pendukung Ibu Jakarta*. Jakarta : Mercy Corps.

Yulierti, N. (2010). *Keajaiban ASI Makanan Terbaik Untuk Kesehatan Dan Kecerdasan*. Yogyakarta : Penerbit Andi Offset.