

TAHUN
2021



MODUL PENGABMAS

SUKSES MENYUSUI DENGAN KP-ASI

Dr. LYDIA FANNY, DCN, M.Kes
THRESIA DEWI KARTINI B, SKM, M.Si
HIJRAH ASIKIN, S.SiT, M.Biomed

**POLTEKKES KEMENKES MAKASSAR
JURUSAN GIZI**

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga kami dapat membuat modul "Sukses Menyusui dengan KP-ASI". Penyusunan modul ini merupakan bagian dari kegiatan Pengabdian Masyarakat yang dilakukan oleh Dosen Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Makassar tahun 2021.

Modul ini dibuat sebagai bahan pelatihan dan pembentukan kelompok pendukung ASI (KP-ASI) untuk diberikan kepada ibu hamil dalam mempersiapkan menyusui saat bayinya lahir. Modul ini diperuntukan bagi ibu hamil, ibu rumah tangga, kader Posyandu, petugas gizi dan Puskesmas Sudiang Raya yang membutuhkan modul ini.

Pada kesempatan ini kami mengucapkan terima kasih kepada Direktur Poltekkes Kemenkes Makassar, Pusat PPM Poltekkes Kemenkes Makassar dan Ketua Jurusan Gizi atas dukungan dan bantuan yang diberikan, sehingga penyusunan modul ini dapat kami selesaikan.

Kami menyadari bahwa modul ini masih jauh dari sempurna, maka saran yang bersifat perbaikan akan penyempurnaan modul ini. Akhir kata kami berharap modul ini dapat bermanfaat dalam menerapkan memberi ASI eksklusif pada bayi saat setelah melahirkan, agar cakupan ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Sudiang Raya dapat tercapai dan mengatasi masalah gizi lainnya.

Makassar, 3 April 2021

TIM PENYUSUN

DAFTAR ISI

	Halaman
Kata Pengantar	i
Daftar Isi	ii
PENDAHULUAN	1
MODUL AIR SUSU IBU (ASI)	3
MODUL MANAJEMEN LAKTASI	6
MODUL KELOMPOK PENDUKUNG ASI (KP-ASI)	14
PENUTUP	16
GLOSARIUM	17
DAFTAR PUSTAKA	18

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik bagi bayi karena komposisi zat gizi yang terkandung di dalam ASI sangat lengkap, mudah dicerna, mudah diserap, dan bermanfaat bagi imunitas, pertumbuhan, perkembangan, serta membina hubungan kasih sayang antara bayi dan ibunya. Fasilitas pelayanan kesehatan serta tenaga kesehatan harus mendukung kegiatan pemberian air susu ibu, atas alasan kesehatan, manfaat ekonomis, dan manfaat sosial bagi masyarakat (Village, 2014).

Pemberian ASI menjadi investasi yang tak terhingga untuk menghasilkan generasi sehat yang berkualitas secara fisik maupun emosional. Manfaat pemberian ASI berdasarkan salah satu tujuan dari *Sustainable Development Goals* (SDGs) adalah memastikan anak tetap mengonsumsi ASI eksklusif selama 6 bulan pertama di awal kelahirannya. Pemberian ASI berdampak dalam mengurangi tingkat kematian bayi dan anak serta meningkatkan kesehatan ibu. Upaya yang sangat efektif dalam menurunkan angka kematian anak adalah dengan pemberian ASI eksklusif. Oleh karena itu, pemberian ASI menjadi pilihan terbaik dalam memenuhi gizi anak selama dua tahun pertama dalam kehidupannya.

Cakupan pemberian ASI eksklusif pada bayi berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar dari tahun 2014 sampai 2018 menunjukkan bahwa cakupan ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2014 sebesar 37,3%, 2015 sebesar 55,7%, tahun 2016 sebesar 54%, tahun 2017 sebesar 61,33% dan pada tahun 2018 mengalami penurunan yang signifikan yaitu sebesar 37,3%. Cakupan pemberian ASI eksklusif untuk Provinsi Sulawesi Selatan, sebesar 40% dimana angka pencapaian ini masih kurang dari target pemberian ASI eksklusif di Indonesia yang menargetkan peningkatan pemberian ASI Eksklusif secara nasional hingga 80% (Kemenkes RI, 2018). Menurut data PSG 2017 di Sulawesi Selatan presentasi bayi yang mendapatkan ASI eksklusif sebesar 42,1% (Kemenkes RI, 2017). Sementara itu cakupan pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Sudiang Raya Kota Makassar pada tahun 2019 sebesar 61%. Cakupan

ini menunjukkan bahwa pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Sudiang belum mencapai target yang telah ditetapkan secara nasional oleh pemerintah. Modul ini kami susun untuk mempermudah peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam menerima materi tentang ASI eksklusif dan cara menyusui yang tepat dan benar.

B. Manfaat

Modul ini diharapkan dapat membantu pembaca umumnya untuk mensosialisasikan dan menerapkan pengetahuan tentang ASI Eksklusif ke dirinya sendiri sesaat setelah melahirkan dan menjadi ibu menyusui, kepada keluarga maupun masyarakat sekitarnya dalam kehidupan sehari-hari.

C. Tujuan

1. Meningkatkan pengetahuan pembaca, khususnya petugas kesehatan dan ibu-ibu hamil serta ibu menyusui dalam memberikan ASI eksklusif.
2. Meningkatkan keterampilan ibu hamil dan ibu menyusui dalam menerapkan pemberian ASI yang benar dan tepat pada bayinya.

D. Materi

1. Edukasi Manajemen Laktasi
2. Menyusui
3. Kelompok Pendukung ASI (KP-ASI)

E. Waktu

180 menit (3 jam)

MODUL AIR SUSU IBU (ASI)

A. Konsep ASI

ASI adalah cairan tubuh yang mempunyai sifat dinamis, didalamnya terdapat komposisi nutrisi yang sangat dibutuhkan oleh bayi untuk pertumbuhan dan perkembangannya, serta dapat memberikan pertahanan dari berbagai macam penyakit menular (Ahmed, 2008). ASI merupakan makanan pokok dan nutrisi yang sangat dibutuhkan oleh bayi (Roesli, 2013).

ASI adalah makanan utama bagi bayi yang mengandung tinggi kalori dan nutrisi, makanan ini sangat dibutuhkan terutama oleh bayi baru lahir pada masa awal kehidupan untuk tumbuh dan berkembang hingga usia 6 bulan sampai 2 tahun (WHO, 2011). Jadi ASI adalah makanan utama yang mengandung nutrisi dan kalori yang sangat dibutuhkan oleh bayi khususnya bayi baru lahir dan tidak dimiliki oleh makanan lain yang bermanfaat untuk pertumbuhan dan perkembangan serta pertahanan dari berbagai penyakit. ASI eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama 6 bulan tanpa menambahkan dan atau mengganti dengan makanan atau minuman lain (Kemenkes RI, 2012).

B. Manfaat Pemberian ASI

1. Manfaat ASI bagi bayi (WHO, 2011) :
 - a. Mencegah terjadinya penyakit infeksi (diare, infeksi pernafasan, otitis media, infeksi saluran kemih)
 - b. Meningkatkan imunitas. ASI mengandung sistem imun yang sudah matang yaitu immunoglobulin A (IgA) yang merupakan sistem imun utama untuk mencegah suatu penyakit. Bayi sebenarnya sudah mempunyai sistem imun, tetapi sampai usia 2 tahun sistem imun pada bayi masih belum matur (matang)
 - c. Untuk tumbuh kembang bayi
 - d. Mencegah terjadinya penyakit kronik
 - e. Melindungi terhadap alergi
 - f. Meningkatkan kesehatan dan pertahanan hidup bayi

- g. Menunjang kecerdasan
- 2. Manfaat bagi ibu
 - a. Menurunkan berat badan
 - b. Mengurangi perdarahan setelah melahirkan
 - c. Mencegah terjadinya kanker ovarium dan payudara
 - d. Meningkatkan hubungan kasih sayang (psikologis) antara ibu dan bayi
- 3. Manfaat bagi keluarga

Manfaat secara ekonomi, keluarga tidak perlu membeli susu untuk biaya bayinya karena ASI yang diberikan pada bayi langsung tersedia dari ibu
- 4. Manfaat bagi negara
 - a. Menghemat anggaran negara dalam menyiapkan susu formula, membeli susu dan perlengkapannya
 - b. Menghemat biaya rumah sakit, pembelian obat-obatan
 - c. Bayi yang mendapatkan ASI akan tumbuh dan berkembang secara optimal, sehingga diharapkan bayi yang mendapatkan ASI akan tumbuh menjadi anak sebagai generasi penerus bangsa

C. Komposisi ASI

Kolostrum

Keluar dihari ke-1 sampai ke-3 kelahiran bayi, berwarna kekuningan, kental. Kolostrum mengandung zat gizi dan antibody lebih tinggi daripada ASI matur. Kandungan gizi antara lain protein 8,5%, lemak 2,5%, sedikit karbohidrat 3,5%, garam dan mineral 0,4%, air 85,1 %.

ASI masa transisi

Keluar dari hari ke 4 sampai hari ke 10 kelahiran bayi. Kadar protein semakin rendah sedangkan kadar lemak, karbohidrat semakin tinggi, dan volume meningkat.

ASI Matur

Keluar dari hari ke-10 sampai seterusnya. Kadar karbohidrat ASI relative stabil. Komponen laktosa (karbohidrat) adalah kandungan utama dalam ASI sebagai sumber energi untuk otak.

ASI Awal dan ASI Akhir

ASI Awal (<i>Foremilk</i>)	ASI Akhir (<i>Hindmilk</i>)
Bening dan cair Kegunaan : Mengatasi rasa haus bayi	Lebih keruh Kegunaan : Sumber makanan, untuk pertumbuhan, memberikan rasa kenyang

MODUL MANAJEMEN LAKTASI

A. Inisiasi Menyusui Dini (IMD)

Inisiasi Menyusui Dini atau IMD adalah usaha aktif bayi untuk menyusui dalam satu jam pertama kelahiran, baik persalinan normal maupun seksio sesaria dengan difasilitasi oleh tenaga kesehatan (dokter/bidan yang menolong persalinan). Bayi diletakkan di perut dan dada ibu segera setelah lahir dan diberi kesempatan untuk mulai menyusui sendiri dengan cara merangkak mencari payudara dan membiarkan kontak kulit bayi dan ibu setidaknya selama satu jam bahkan lebih sampai bayi menyusui sendiri.

1. Keuntungan Menyusui Dini untuk Bayi

- a. Merangsang kolostrum segera keluar
- b. ASI/kolostrum merupakan makanan dengan kualitas dan kuantitas yang optimal sesuai dengan kebutuhan bayi
- c. Memberikan kesehatan bayi dengan kekebalan pasif yang segera kepada bayi; kolostrum adalah imunisasi pertama bagi bayi
- d. Meningkatkan kecerdasan
- e. Membantu bayi mengkoordinasikan hisap, telan, dan napas
- f. Meningkatkan jalinan kasih sayang ibu-bayi
- g. Mencegah kehilangan panas



Gambar 1. Jalinan kasih sayang ibu dan bayinya

2. Keuntungan Menyusui Dini untuk Ibu

- a. Merangsang produksi oksitosin dan prolaktin
- b. Meningkatkan keberhasilan produksi ASI
- c. Meningkatkan jalinan kasih sayang ibu-bayi

B. ASI Eksklusif

Makanan terbaik untuk bayi sejak lahir sampai umur 6 bulan adalah ASI. Menyusui secara eksklusif berarti bayi hanya diberi ASI, tidak diberi tambahan makanan atau cairan lain. Pada hari-hari pertama kelahiran apabila bayi dibiarkan menyusui sesuai keinginannya dan tidak diberikan cairan lain maka akan dihasilkan secara bertahap 10–100 mL ASI per hari. Produksi ASI akan optimal setelah hari 10-14.

Bayi sehat akan mengkonsumsi 700-800 mL ASI per hari (kisaran 600-1000 mL). Setelah 6 bulan pertama produksi ASI akan menurun menjadi 400-700 mL sehingga diperlukan makanan pendamping ASI. Setelah 1 tahun, produksi ASI hanya sekitar 300-500 mL, sehingga makanan padat menjadi makanan utama. ASI per hari (kisaran 600-1000 mL). Setelah 6 bulan pertama produksi ASI akan menurun menjadi 400-700 mL sehingga diperlukan makanan pendamping ASI. Setelah 1 tahun, produksi ASI hanya sekitar 300- 500 mL sehingga makanan padat menjadi makanan utama.

C. Cara Menyusui yang benar

1. Menyusui dalam posisi dan perlekatan yang benar, sehingga menyusui efektif.
2. Menyusui minimal 8 kali sehari semalam (24 jam)
3. Menyusui kanan-kiri secara bergantian, hanya berpindah ke sisi lain setelah mengosongkan payudara yang sedang disusukan.
4. Keuntungan pengosongan payudara adalah:
 - a. Mencegah pembengkakan payudara
 - b. Meningkatkan produksi ASI
 - c. Bayi mendapatkan komposisi ASI yang lengkap (ASI awal dan akhir)

1. Posisi Menyusui

Posisi bayi saat menyusui sangat menentukan keberhasilan pemberian ASI dan mencegah lecet puting susu. Pastikan ibu memeluk bayinya dengan benar. Berikan bantuan dan dukungan jika ibu memerlukan, terutama jika ibu pertama kali menyusui atau ibu berusia sangat muda.

Posisi ibu yang benar saat menyusui akan memberikan rasa nyaman selama ibu menyusui bayinya dan juga akan membantu bayi melakukan isapan yang efektif. Posisi menyusui yang benar adalah:

- a. Jika ibu menyusui bayi dengan posisi duduk santai, punggung bersandar dan kaki tidak menggantung.
- b. Jika ibu menyusui sambil berbaring, maka harus dijaga agar hidung bayi tidak tertutup.

Kemudian tunjukkan kepada ibu cara melekatkan bayi. Ibu hendaknya :

- a. Menyentuh puting susu ke bibir bayi.
- b. Menunggu sampai mulut bayi terbuka lebar.
- c. Segera mendekatkan bayi ke arah payudara sedemikian rupa sehingga bibir bawah bayi terletak di bawah puting susu.



Posisi menyusui:

1. Seluruh badan bayi tersangga dengan baik, jangan hanya leher dan bahunya saja.
2. Kepala dan tubuh bayi lurus
3. Badan bayi menghadap ke dada ibunya
4. Badan bayi dekat ke ibunya.

Gambar 2. Posisi menyusui yang benar

Posisi menyusui yang diuraikan di atas adalah posisi dimana ibu telah memiliki kemampuan untuk duduk dan melakukan mobilisasi secukupnya. Masih ada beberapa posisi alternatif lain yang disesuaikan dengan kemampuan ibu

setelah melahirkan anaknya, misalnya posisi berbaring telentang, miring kiri atau miring kanan, dan sebagainya. Posisi ibu berbaring telentang dan setengah duduk mungkin lebih sesuai untuk pemberian ASI dini/awal.

2. Perlekatan yang Benar saat Menyusui

Posisi menyusui yang benar akan membantu bayi untuk melekat dengan baik padapayudara ibu. Tanda-tanda perlekatan menyusui yang baik :

- a. Dagu bayi menempel payudara ibu
- b. Mulut bayi terbuka lebar
- c. Bibir bawah bayi membuka keluar
- d. Areola bagian atas ibu tampak lebih banyak

Apabila posisi menyusui dan perlekatan ke payudara benar maka bayi akan mengisap dengan efektif.



Gambar 3. Perlekatan menyusui yang baik dan tidak baik

Tanda bayi menghisap dengan efektif adalah bayi mengisap secara dalam, teratur yang diselingi istirahat.

Pada saat bayi mengisap ASI, hanya terdengar suara menelan.

D. Cara Meningkatkan Produksi ASI

Kegagalan seorang ibu memberikan ASI secara eksklusif antara lain disebabkan ibu merasa produksi ASI-nya sedikit. ASI akan keluar lebih banyak jika

payudara mendapatkan rangsang yang lebih lama dan lebih sering. Kita perlu member tahu ibucara meningkatkan produksi ASI.

1. Menyusui sesering mungkin
2. Menyusui lebih sering akan lebih baik karena merupakan kebutuhan bayi
3. Menyusu pada payudara kiri dan kanan secara bergantian
4. Berikan ASI dari satu payudara sampai kosong sebelum pindah ke payudara lainnya
5. Jika bayi telah tidur lebih dari 2 jam, bangunkan dan langsung disusui

E. Cara Memerah ASI

Cara mengeluarkan ASI yang akan dibahas disini adalah memerah ASI menggunakan tangan. Cara ini paling baik, cepat, efektif dan ekonomis. Oleh karena itu, ibu dianjurkan melakukan cara sebagai berikut :



Gambar 14. Cara Memerah ASI
Sumber: Handy, 2010

Gambar 4. Cara memerah ASI

1. Cuci tangan ibu sebelum memegang payudara.
2. Cari posisi yang nyaman, duduk atau berdiri dengan santai.
3. Pegang cangkir yang bersih untuk menampung ASI.
4. Condongkan badan ke depan dan sangga payudara dengan tangan.
5. Letakkan ibu jari pada batas atas areola mammae dan letakkan jari telunjuk pada batas areola bagian bawah.

6. Tekan kedua jari ini ke dalam ke arah dinding dada tanpa menggeser letak kedua jari tadi.
7. Pijat daerah di antara kedua jari tadi ke arah depan sehingga akan memerah dan mengeluarkan ASI. Jangan menekan, memijat atau menarik puting susu karena ini tidak akan mengeluarkan ASI dan akan menyebabkan rasa sakit.
8. Ulangi gerakan tangan, pijat dan lepas beberapa kali.
9. Setelah pancaran ASI berkurang, pindahkan posisi ibu jari dan telunjuk tadi dengan cara berputar pada sisi-sisi lain dari batas areola dengan kedua jari selalu berhadapan.
10. Lakukan hal yang sama pada setiap posisi sampai payudara kosong

F. Cara Menyimpan ASI

ASI yang telah ditampung di cangkir atau gelas bertutup, dapat disimpan dengan cara sebagai berikut:

1. Pada suhu kamar/di udara terbuka (26°C), tahan disimpan selama 6-8 jam
2. Disimpan di termos es, tahan selama 24 jam
3. Disimpan dalam lemari es, tahan sampai 2-3 hari
4. Disimpan dalam Freezer
 - a. Bila lemari es 1 pintu tahan sampai 2 minggu
 - b. Bila lemari es 2 pintu/khusus freezer tahan sampai 3 bulan

G. Cara Memberikan ASI setelah Disimpan

Memberikan ASI yang disimpan dapat dilakukan oleh semua orang, tidak harus ibu bayi. Caranya adalah sebagai berikut :

1. Cuci tangan sebelum memegang cangkir/gelas bertutup berisi ASI.
2. ASI yang disimpan pada suhu kamar, dapat segera diberikan sebelum masasimpan berakhir (8 jam).
3. ASI yang disimpan di termos atau lemari es, terlebih dahulu harus dihangatkan. Rendam cangkir yang berisi ASI dalam mangkok berisi air hangat. Tunggu sampai ASI mencapai suhu kamar. Jangan memanaskan ASI di atas api/ kompor.

4. Berikan ASI dengan sendok yang bersih, jangan pakai botol dan dot.

H. Cara Pemberian Minum dengan Cangkir

Hal penting yang perlu diperhatikan dalam pemberian susu dengan cangkir adalah

1. Mulai dengan 80 ml/kg BB/hari. Selanjutnya ditingkatkan volume 10-20 ml/kg BB/hari.
2. Hitung masukan cairan dalam 24 jam, bagi menjadi 8 kali pemberian.
3. Untuk bayi sakit atau kecil, berikan setiap 2 jam.



Gambar 15. Memberi ASI dengan cangkir
Sumber: WHO 2006, ENCC

Gambar 5. Cara pemberian ASI dengan cangkir

Pemberian ASI dengan cangkir adalah sebagai berikut :

1. Ajari ibu cara memberi minum bayi dengan cangkir.
2. Ukur jumlah ASI dalam cangkir.
3. Posisikan bayi pada posisi setengah tegak di pangkuan ibu.
4. Posisikan cangkir di bibir bayi.
 - a. Letakkan cangkir pada bibir bawah secara perlahan
 - b. Sentuhkan tepi cangkir sedemikian rupa sehingga ASI menyentuh bibir bayi
 - c. Jangan tuangkan ASI ke mulut bayi
5. Bayi akan bangun, membuka mulut dan mata, kemudian akan mulai minum.
6. Bayi akan menghisap ASI dan ada sedikit yang tumpah.

7. Bayi kecil akan memasukkan susu ke mulutnya dengan lidahnya.
8. Bayi menelan ASI.
9. Bayi akan selesai minum bila sudah menutup mulut atau pada saat sudah tidak tertarik lagi terhadap ASI.
10. Bila bayi tidak menghabiskan ASI yang sudah ditakar.
 - a. Berikan minum dalam waktu lebih lama
 - b. Ajari ibu untuk menghitung jumlah ASI yang diminum dalam 24 jam, tidak hanya sekali minum
11. Apabila ibu tidak bisa pemerah ASI dalam jumlah cukup untuk beberapa hari pertama atau tidak bisa menyusui sama sekali, gunakan salah satu alternatif:
 - a. Berikan ASI donor
 - b. Berikan susu formula
12. Bayi mendapatkan minum dengan cangkir secara cukup, apabila bayi menelan sebagian besar ASI dan menumpahkan sebagian kecil serta berat badannya meningkat.

MODUL KELOMPOK PENDUKUNG ASI (KP-ASI)

A. Pengertian KP-ASI

Kelompok Pendukung ASI (KP-ASI) merupakan suatu wadah dalam upaya pemberdayaan masyarakat melalui pertemanan 6-12 orang ibu hamil dan atau ibu menyusui yang memiliki bayi 0-6 bulan, yang bertemu secara rutin 2 minggu sekali atau sebulan sekali termasuk kunjungan rumah untuk saling bertukar pengalaman, berdiskusi dan saling memberi dukungan terkait kehamilan, proses menyusui dan makanan yang bergizi seimbang, dengan difasilitasi oleh seorang atau beberapa orang motivator atau tenaga peksana gizi atau kader Posyandu yang telah mendapat pelatihan manajemen laktasi (Kemenkes RI, 2012).

B. Tujuan Pembentukan KP-ASI

1. Sebagai wadah berbagi informasi atau edukasi dan pengalaman seputar menyusui dan praktik pemberian makanan bayi dan anak (PMBA) serta memantau pertumbuhan bayi dan anak.
2. Memotivasi ibu hamil untuk mau melakukan IMD dan memberikan ASI Eksklusif pada bayinya.
3. Sebagai sarana untuk saling memberi dukungan dan meningkatkan motivasi ibu dalam memberikan ASI dan praktik PMBA.
4. Meningkatkan kepedulian masyarakat untuk memotivasi para ibu hamil dan menyusui agar dapat memberikan ASI kepada anaknya sampai usia 2 tahun.

C. Syarat-syarat Pembentukan KP-ASI

1. Ada sasaran yaitu ibu hamil dan ibu menyusui minimal 6 orang
2. Adanya komitmen dari warga
3. Adanya dukungan dari aparat desa atau kelurahan serta petugas kesehatan, khususnya Puskesmas

D. Pentingnya Dukungan pada Ibu Menyusui

Keberhasilan menyusui seorang ibu bergantung pada dukungan dari semua pihak. Selain pemerintah, pemuka agama, penegak hukum dan tenaga kesehatan, orang-orang terdekat disekitar ibu dan bayi seperti suami, kakek, nenek juga sangat berperan besar dalam mendukung keberhasilan menyusui. Bentuk dukungan suami pada ibu menyusui adalah dengan pembagian tugas atau pekerjaan rumah. Suami yang membantu mengerjakan pekerjaan rumah istri, akan mengurangi beban istri, sehingga istri dapat beristirahat dengan maksimal dan tidak kelelahan. Hal ini dapat membantu memperlancar produksi ASI ibu. Selain itu, suami juga dapat bertugas membangunkan istri pada malam hari untuk menyusui bayinya. Tidak hanya sekedar membangunkan tetapi menemani dan memberikan support merupakan bentuk dukungan yang dapat dilakukan seorang suami untuk mendukung ibu dalam memberikan ASI untuk bayinya (Mufdillah *et al.*, 2017).



Gambar 6. Dukungan suami pada istri yang sedang menyusui

PENUTUP

Pembelajaran berbasis modul dengan tema "Sukses Menyusui dengan KP-ASI", diharapkan dapat membantu anggota KP-ASI dalam belajar secara mandiri dan melakukan praktik menyusui dengan benar dan tepat, sehingga pertumbuhan dan perkembangan bayi dapat tercapai optimal dengan status gizi normal.

Kiranya modul ini dapat digunakan sebagai referensi tambahan dalam mengatasi masalah-masalah gizi dan sebagai alternatif peningkatan status gizi anak. Pada kesempatan ini, penulis mohon saran dan kritik yang membangun demi sempurnanya modul ini di masa-masa yang akan datang. Semoga modul ini bermanfaat bagi peserta kegiatan pelatihan dan bagi pembaca pada umumnya.

GLOSARIUM

ASI Eksklusif	Pemberian ASI saja, tanpa tidak diberi tambahan makanan atau cairan lain, selama 6 bulan pertama kehidupan bayi.
IMD	Usaha aktif bayi untuk menyusu dalam satu jam pertama kelahiran, baik persalinan normal maupun seksio sesaria dengan difasilitasi oleh tenaga kesehatan (dokter/bidan yang menolong persalinan).
KP-ASI	Suatu wadah dalam upaya pemberdayaan masyarakat melalui pertemanan 6-12 orang ibu hamil dan atau ibu menyusui yang memiliki bayi 0-6 bulan, yang bertemu secara rutin 2 minggu sekali atau sebulan sekali termasuk kunjungan rumah untuk saling bertukar pengalaman, berdiskusi dan saling memberi dukungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmed, A. . (2008). Breastfeeding preterm infants: An educational program to support morthers of preterm infants in Cairo Egypt. *Pedatric Nursing*, 34(2), pp. 125–138.
- Kemenkes RI (2017). *Buku Saku Pemantauan Status Gizi*. Buku Saku, pp. 1–150.
- Kemenkes RI (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementerian Kesehatan RI, 53(9), pp. 1689–1699.
- Mufdillah et al. (2017). *Pedoman Pemberdayaan Ibu Menyusui pada Program ASI Eksklusif. Peduli ASI Eksklusif*; Yogyakarta, pp. 0–38.
- RI, K. (2012). Peraturan Pemerintah Republik Indonesia nomor 33 tahun 2012 Tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif.
- Roesli, U. (2013). *Buku Panduan Konseling Menyusui*. Pustaka Bunda.
- Village, E. G. (2014). Breastfeeding and the Use of Human Milk. doi: 10.1542/peds.2011-3552.
- WHO (2011) Guidelines on Optimal feeding of low birth weight infants in low-and middle-income countries. WHO Library Cataloguing-in-Publication Data.