



## PEMBERDAYAAN KADER KESEHATAN UNTUK MENINGKATKAN PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI

**Menik Kustriyani\*, Mariyati**

Universitas Widya Husada Semarang, Jl. Subali Raya No.12 Krapyak – Semarang, Indonesia  
50146

\*[menikkustriyani@gmail.com](mailto:menikkustriyani@gmail.com)

### ABSTRAK

Keterlibatan kader dalam masyarakat sangat membantu dalam memotivasi ibu menyusui, sehingga tercapai keberhasilan pemberian ASI Eksklusif. Motivasi ini dengan memberikan cara peningkatan produksi ASI. Kader sebagai pemberi motivasi ibu menyusui perlu diberikan pengetahuan mengenai prosedur meningkatkan produksi ASI salah satunya yaitu prosedur *Breastcare*. Program Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) bertujuan agar kader mengetahui dan memahami pentingnya ASI eksklusif, mengetahui cara meningkatkan produksi ASI ibu menyusui, dan dapat mempraktikkan cara meningkatkan produksi ASI dengan *Breastcare* sehingga kader dapat memotivasi ibu untuk menyusui secara eksklusif. Metode pelaksanaan, peserta 20 kader dari 5 RW kegiatan ini antara lain: 1) menjelaskan mengenai kesehatan ibu menyusui, 2) menjelaskan mengenai ASI Eksklusif, 3) mengajarkan prosedur *breast care* pada Kader, dan 4) melakukan pendampingan dalam pelaksanaan *breastcare*, 5) monitoring dan evaluasi program. Hasil didapatkan 100% kader mampu menjelaskan mengenai kesehatan ibu menyusui, mampu menjelaskan tentang manfaat pemberian ASI Eksklusif dan akibat tidak diberikannya ASI eksklusif, 90% kader mampu melakukan prosedur *breastcare*. Kegiatan monitoring dan evaluasi dilakukan untuk memastikan kader kesehatan dapat melakukan sesuai prosedur yang sudah diberikan. Outcome kegiatan PKM ini adalah kader kesehatan mengetahui pentingnya pemberian ASI eksklusif, kader dapat melakukan prosedur peningkatan produksi ASI dengan *Breastcare*, program kerja kader untuk memotivasi ibu menyusui ASI eksklusif.

Kata kunci: produksi ASI; ibu menyusui; kader

## HEALTH CADRES' IMPOWERMENT TO INCREASE BREAST MILK PRODUCTION ON THE BREASTFEEDING MOTHERS

### ABSTRACT

*The involvement of cadres in the community is very helpful in motivating breastfeeding mothers, so that the success of exclusive breastfeeding is achieved. This motivation provides a way to increase milk production. Cadres as motivators for breastfeeding mothers need to be given knowledge about procedures to increase milk production, one of which is the Breastcare procedure. The Community Service Program (PKM) aims to make cadres know and understand the importance of exclusive breastfeeding, know how to increase breast milk production for nursing mothers, and can practice how to increase milk production with Breastcare so that cadres can motivate mothers to breastfeed exclusively. Method of implementation, participants 20 cadres from 5 RWs. these activities, among others 1) describes the health of breastfeeding mothers, 2) explain about exclusive breastfeeding, 3) teach breast care procedures to Kader, 4) provide assistance in the implementation of breastcare, 5) program monitoring and evaluation. The results showed that 100% of the cadres were able to*

*explain the health of breastfeeding mothers, able to explain about the benefits of exclusive breastfeeding and the consequences of not giving exclusive breastfeeding, 90% of the cadres are capable of performing breastcare procedures. Monitoring and evaluation activities are carried out to ensure that health cadres can carry out the procedures that have been given. The outcome of this PKM activity is that health cadres know the importance of exclusive breastfeeding, cadres can carry out procedures to increase milk production with Breastcare, a cadre work program to motivate exclusive breastfeeding mothers.*

*Keywords: breast milk production; breastfeeding mothers; cadres*

## **PENDAHULUAN**

ASI eksklusif adalah intervensi yang paling efektif untuk mencegah kematian anak, namun menurut Survei Demografi Kesehatan tingkat pemberian ASI eksklusif telah menurun selama dekade terakhir. Sebanyak sepertiga penduduk Indonesia secara eksklusif menyusui anak-anak mereka pada enam bulan pertama. Banyak hambatan untuk menyusui di Indonesia, termasuk anggota keluarga dan dokter yang tidak mendukung. Beberapa ibu juga takut menyusui akan menyakitkan dan tidak praktis, tapi salah satu kendala terbesar adalah kesalahpahaman dari istilah eksklusif (UNICEF, 2017). Kelancaran dalam pemberian ASI salah satu yang menjadi pertimbangan ibu dalam memberikan ASI secara Eksklusif. Tidak semua ibu post partum mengeluarkan ASI dengan lancar. Faktor – faktor yang mempengaruhi pengeluaran ASI seperti perubahan sosial budaya, faktor psikologis, faktor fisik ibu, faktor petugas kesehatan, makanan ibu, berat badan lahir bayi, penggunaan kontrasepsi (Hardiani, 2017). Hasil penelitian Hastuti kelancaran produksi ASI dipengaruhi oleh banyak faktor seperti, frekuensi pemberian ASI, berat bayi saat lahir, usia kehamilan saat bayi lahir, usia ibu dan paritas, stres dan penyakit akut, IMD, keberadaan perokok, konsumsi alkohol, perawatan payudara, penggunaan alat kontrasepsi, dan status gizi (Hastuti et al., 2017). ASI yang tidak lancar dapat mengakibatkan kekhawatiran dan kecemasan ibu, kondisi ini dapat mempengaruhi psikologi ibu (Ambarwati, 2010). Hasil penelitian menyatakan bahwa ada pengaruh pemberian perawatan payudara dengan kelancaran produksi ASI. ASI yang keluar dengan lancar dapat meyakinkan ibu memberikan ASI Eksklusif (Safitri, 2016).

Pemberian ASI Eksklusif termasuk dalam 12 indikator Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga, Program Indonesia Sehat (PIS) merupakan satu program dari agenda ke Nawa Cita, yaitu meningkatkan kualitas hidup manusia Indonesia. Sebagai penjabaran dari amanat UU tersebut, Kementerian Kesehatan menetapkan strategi operasional pembangunan kesehatan melalui Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga (PIS-PK). Salah satu indikator program tersebut yaitu bayi mendapat air susu ibu (ASI) eksklusif. Pelaksanaan pengabdian pada masyarakat ini berfokus pada upaya pengembangan peran serta kader dalam memotivasi ibu memberikan ASI Eksklusif. Kelancaran dalam pemberian ASI salah satu yang menjadi pertimbangan ibu dalam memberikan ASI secara Eksklusif. Tidak semua ibu post partum mengeluarkan ASI dengan lancar. ASI yang tidak lancar dapat mengakibatkan kekhawatiran dan kecemasan ibu, kondisi ini dapat mempengaruhi psikologi ibu. Ibu menyusui memerlukan dukungan baik oleh keluarga maupun masyarakat disekitar. Keterlibatan kader dalam masyarakat sangat membantu

dalam memotivasi ibu menyusui, sehingga tercapai keberhasilan pemberian ASI Eksklusif. Motivasi ini dengan memberikan cara peningkatan produksi ASI. Kader sebagai pemberi motivasi ibu menyusui perlu diberikan pengetahuan mengenai prosedur meningkatkan produksi ASI salah satunya yaitu prosedur Breastcare.

Kelurahan Gisikdrono berada di wilayah kerja Puskesmas Lebdosari, Puskesmas Lebdosari berusaha melaksanakan Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga dengan memaksimalkan kerjasama dengan STIKes Widya Husada. Kelurahan Gisikdrono terdapat 13 RW, kader di kelurahan Gisikdrono sebanyak 52 orang. Namun yang aktif 25 orang, selama ini kader hanya membantu dalam program posyandu balita. Kader belum tahu mengenai tindakan apa saja yang dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui.

## **METODE**

Materi yang diberikan selama kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah dengan melakukan penyuluhan pada kader menjelaskan mengenai kesehatan ibu menyusui, menjelaskan mengenai ASI Eksklusif, mengajarkan prosedur *breast care* pada 20 Kader bulan Maret 2020. Peserta pada kegiatan ini adalah kader kesehatan kelurahan gisikdrono. Metode yang digunakan dengan ceramah, demonstrasi dengan peserta mempraktikkan, diskusi dan tanya jawab. Penyampaian materi penyuluhan waktu diawali dengan pembukaan 10 menit, penyampaian materi penyuluhan sekitar 20 menit, sesi tanya jawab dan penutup kurang lebih 15 menit. Kemudian demonstrasi dibagi dua kelompok, waktu diawali dengan pembukaan 10 menit, penyampaian demonstrasi 20 menit, sesi tanya jawab dan penutup kurang lebih 15 menit.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan yang dilakukan adalah 1) menjelaskan mengenai kesehatan ibu menyusui, 2) menjelaskan mengenai ASI Eksklusif, hasil dari kegiatan ini didapatkan bahwa peserta tertarik dengan apa yang disampaikan pemateri. Peserta mendengarkan dan memperhatikan materi yang diberikan. Sebelum diberikan materi demonstrasi *breastcare*, pemateri melakukan *pre test*. Dari 20 kader yang hadir 70% belum mengetahui tentang *breastcare*, 20 % kader mengatakan hanya mengetahui tentang pijat – pijat dan 10 % mengetahui karena pernah melihat di leaflet. 3) mengajarkan prosedur *breast care* pada Kader dan 4) melakukan pendampingan dalam pelaksanaan *breastcare*, peserta sangat antusias saat melakukan praktik peningkatan produksi ASI dengan metode *breast care*, 90% peserta mampu mempraktikkan dengan benar sesuai dengan standar operasional prosedur. Pengabdian masyarakat didapatkan 100% kader mampu menjelaskan mengenai kesehatan ibu menyusui, mampu menjelaskan tentang manfaat pemberian ASI Eksklusif dan akibat tidak diberikannya ASI eksklusif.



Gambar 1. Kader Kesehatan



Gambar 2. Memberikan Penyuluhan dan Demonstrasi

Peserta merupakan kader dengan rentang usia 35 sampai dengan 50 tahun, peserta merupakan kader aktif di kelurahan gisikdrono Kota Semarang. Pemberdayaan kader ini agar para kader mengetahui tentang kesehatan ibu menyusui, ASI Eksklusif, dan cara meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui. Perlunya kader mengetahui cara meningkatkan produksi ASI, agar kader dapat memotivasi ibu menyusui yang mengalami ketidaklancaran pengeluaran ASI pada saat ibu melakukan program ASI Eksklusif.

Hasil pada pengabdian masyarakat ini menunjukkan 90% kader mampu mempraktikkan prosedur *breast care* dengan benar sesuai dengan standar operasional prosedur, sejalan dengan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Sumiyati yang mengalami peningkatan pengetahuan pada para pendamping ibu nifas, pendamping ibu nifas mengetahui bagaimana cara melakukan pijat oksitosin setelah diajarkan (Sumiaty et al., 2020).

Kendala ibu menyusui secara eksklusif adalah ASI yang tidak lancar, hal ini membuat ibu menjadi merasa putus asa dalam memberikan ASI secara eksklusif dan berfikir untuk menggantinya dengan susu formula. *Breastcare* pada ibu menyusui untuk mempersiapkan laktasi pada masa post partum dan merupakan kegiatan yang dilakukan untuk memelihara kesehatan payudara. *Breastcare* bermanfaat untuk ibu menyusui, dengan *breastcare* dapat melancarkan refleksi pengeluaran ASI sehingga meningkatkan volume ASI dan mencegah bendungan pada payudara. karena bendungan payudara atau pembengkakan payudara dapat menimbulkan mastitis (Roesli, 2012). Dengan dilakukan *breastcare* merangsang otot-otot payudara sehingga sel – sel myoepitel berkontraksi dan menyebabkan ASI keluar dengan lancar ketika bayi menyusui.

Hasil penelitian Apriliana tentang Pengaruh Workshop ASI Eksklusif pada kader posyandu balita terhadap pengetahuan, setelah dilakukannya workshop kader mengalami peningkatan pengetahuan sebanyak 100%, pengetahuan kader menjadi baik. Sejalan dengan hasil pengabdian ini, kader mengalami peningkatan pengetahuan sebanyak 100% dan dapat mempraktikkan prosedur *breastcare* sesuai standar operasional prosedur dengan baik (Aprilina & Suparti, 2016).

Hasil penelitian Wahyuningsih menunjukkan dari 20 responden, 60% mengalami kelancaran dalam pengeluaran ASI setelah dilakukan tindakan *breastcare* (Wahyuningsih & Rohmawati, 2019). *Breastcare* merupakan cara yang mudah untuk dipraktikkan, sebagai kader dapat memotivasi ibu menyusui agar berhasil dalam program ASI Eksklusif. Sejalan dengan pengabdian yang dilakukan oleh Maryatun, dengan memberikan pelatihan *breastcare* pada kader kesehatan, pengetahuan kader kesehatan meningkat setelah dilakukan pelatihan teknik yang benar dalam melakukan *breastcare* (Maryatun, 2019).

## **SIMPULAN**

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dengan sasaran kader kesehatan, kegiatan ini terbagi menjadi tiga tahap kegiatan yaitu penyuluhan, pelatihan dan pendampingan dalam melakukan prosedur *breastcare*. Hasil pengabdian masyarakat ini setelah dilakukan penyuluhan mayoritas peserta (kader kesehatan) memiliki pengetahuan yang baik mengenai kesehatan ibu menyusui dan ASI Eksklusif, 90% peserta mengetahui dan mampu mempraktikkan cara peningkatan produksi ASI dengan *breastcare* sesuai dengan standar operasional prosedurnya.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Ambarwati, E. R. (2010). *Asuhan Kebidanan Nifas*. Mitra Cendekia Press.
- Aprilina, H. D., & Suparti, S. (2016). Kombinasi breast care dan teknik marmet terhadap produksi asi post sectio caesaria di ruang flamboyan RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto. *MEDISAINS: Jurnal Ilmiah Ilmu-Ilmu Kesehatan*, 14(2). <https://doi.org/10.30595/MEDISAINS.V14I2.1049>
- Hardiani, R. S. (2017). Parity And Employment Status Towards Breast Milk Expenditure On Breastfeeding Mother 0-6 Months. *NurseLine Journal*, 2(1).

<http://repository.unej.ac.id/handle/123456789/81185>

- Hastuti, P., Tri Wijayanti, I., & Bakti Utama Pati, A. (2017). Analisis Deskriptif Faktor yang Mempengaruhi Pengeluaran Asi pada Ibu Nifas di Desa Sumber Kecamatan Sumber Kabupaten Rembang. *URECOL*, 223–232. <http://journal.umngl.ac.id/index.php/urecol/article/view/1028>
- Maryatun. (2019). Peningkatan Ketrampilan Dan Pendampingan Kader Kesehatan Dalam Manajemen Laktasi Di Desa Jetis Kab.Sukoharjo. *GEMASSIKA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 108–114. <https://doi.org/10.30787/gemassika.v3i2.497>
- Roesli, U. (2012). *Panduan Konseling Menyusui* (IV). Pustaka Bunda.
- Sumiaty, S., Muliani, M., & Lisnawati, L. (2020). Pelatihan Pijat Oksitosin bagi Pendamping Ibu Nifas. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 29–35. <https://doi.org/10.33860/pjpm.v1i1.74>
- UNICEF. (2017). *UNICEF Indonesia*. <https://www.unicef.org/indonesia/id>
- Wahyuningsih, E., & Rohmawati, W. (2019). *Efektivitas Pijat Endorpin Dan Pijat Breastcare terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di RSUD PKU Muhammadiyah Delanggu*. <https://ejournal.stikesmukla.ac.id/index.php/involusi/article/view/111>