

ASI

MAKANAN TERBAIK BAYI



Arahan singkat

Fakta Utama

- ASI adalah makanan bayi yang paling umum dan terbaik, yang mengandung semua nutrisi esensial, antibodi, dan faktor-faktor lain yang penting untuk pertumbuhan dan perkembangan yang sehat. Makanan pengganti tidak dapat meniru keunggulan khusus yang hanya dimiliki oleh ASI
- ASI aman dan terjangkau. ASI tidak memerlukan persiapan atau peralatan apa pun, dan tersedia bahkan di lingkungan bersanitasi buruk atau lingkungan yang tidak memiliki air layak minum. ASI juga tersedia dalam kondisi suhu yang tepat.

- Manfaat menyusui bagi ibu yaitu: mengurangi risiko pendarahan pasca melahirkan, kanker payudara dan kanker ovarium, serta dapat mengatur jarak kehamilan lebih baik¹

- Anak-anak yang diberi ASI eksklusif berisiko lebih rendah terserang diare dan pneumonia – mereka 14 kali lebih mudah sembuh dari penyakit-penyakit tersebut dibandingkan anak-anak yang tidak diberi ASI¹

Kandungan ASI*

Free water protein

Lemak

Termasuk asam lemak esensial dan asam lemak tak jenuh ganda rantai panjang

Karbohidrat

Terutama laktosa

Mineral

Vitamin

Lain-lain

- ASI adalah suatu investasi yang tidak membutuhkan teknologi tinggi namun memiliki dampak yang besar. ASI juga menjadi salah satu solusi termurah untuk menyelamatkan hidup bayi di seluruh dunia

- ASI membantu perkembangan otak yang sehat dan prestasi pendidikan yang lebih tinggi, serta mengurangi risiko obesitas dan penyakit kronis lainnya²

ASI merupakan bagian penting dari Agenda 2030 terkait Pembangunan Berkelanjutan dan sering dikaitkan dengan Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs)³.

Kontribusi ASI terhadap SDGs



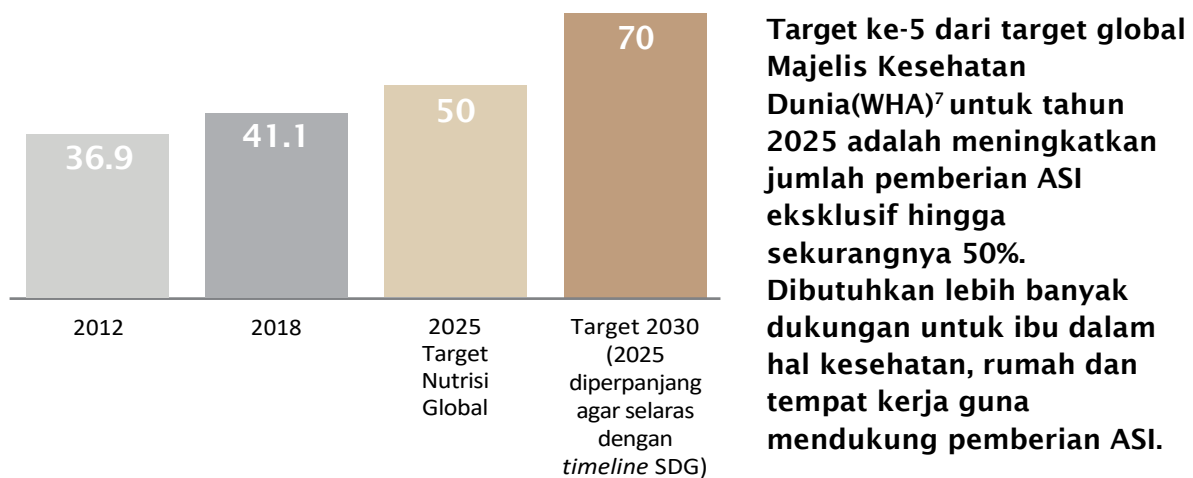
Pendahuluan

Kegiatan menyusui di seluruh dunia

Para ahli memperkirakan bahwa di Negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah, pemberian ASI maksimal⁴ berpotensi mencegah lebih dari 800.000 kematian pada anak-anak di bawah usia 5 tahun dan 20.000 kematian wanita setiap tahun⁵.

Terlepas dari hal tersebut, pemberian ASI masih kurang diterapkan secara global (Gambar2). Walaupun perkembangannya terlihat positif, namun masih ada banyak hal yang perlu dilakukan guna mencapai target nutrisi global.

Gambar2: Jumlah dan target global untuk ASI eksklusif bagi anak-anak dibawah usia 6 bulan (%)⁶



“ Pemasaran makanan pengganti ASI yang cukup agresif, terutama melalui tenaga kesehatan yang dipercaya oleh orangtua dalam hal saran nutrisi dan kesehatan, merupakan penghalang utama dalam meningkatkan kesehatan bayi baru lahir dan anak-anak di seluruh dunia. Sistem pelayanan kesehatan harus bertindak untuk meyakinkan orangtua agar mereka memberikan ASI tanpa gangguan pihak industri sehingga anak-anak tidak kehilangan manfaat ASI yang penting bagi keselamatan hidup mereka.”

Dr Francesco Branca, Direktur, Departemen Nutrisi dan Keamanan Makanan, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO)⁸. Anggota Dewan Kemitraan GAIN

Peraturan Internasional untuk Pemasaran Makanan Pengganti ASI⁹

Peraturan ini melarang segala bentuk promosi makanan pengganti ASI, termasuk segala jenis iklan, hadiah dan pembagian sampel gratis. Berdasarkan peraturan tersebut, label MPASI tidak boleh menyatakan bahwa produk mereka mengandung nutrisi dan menyehatkan, atau memberi gambaran menyesatkan sehingga susu formula terlihat seperti makanan ideal. Sebaliknya, pesan pada label tersebut harus menyampaikan keunggulan ASI dibanding susu formula dan secara jelas menyatakan risiko tidak memberikan ASI.

Pemasaran makanan pengganti ASI yang bersifat agresif dan melanggar Peraturan Internasional (mengenai Makanan Pengganti ASI) harus segera dihentikan baik oleh perusahaan swasta dan regulasi publik beserta upaya pemberlakuannya.

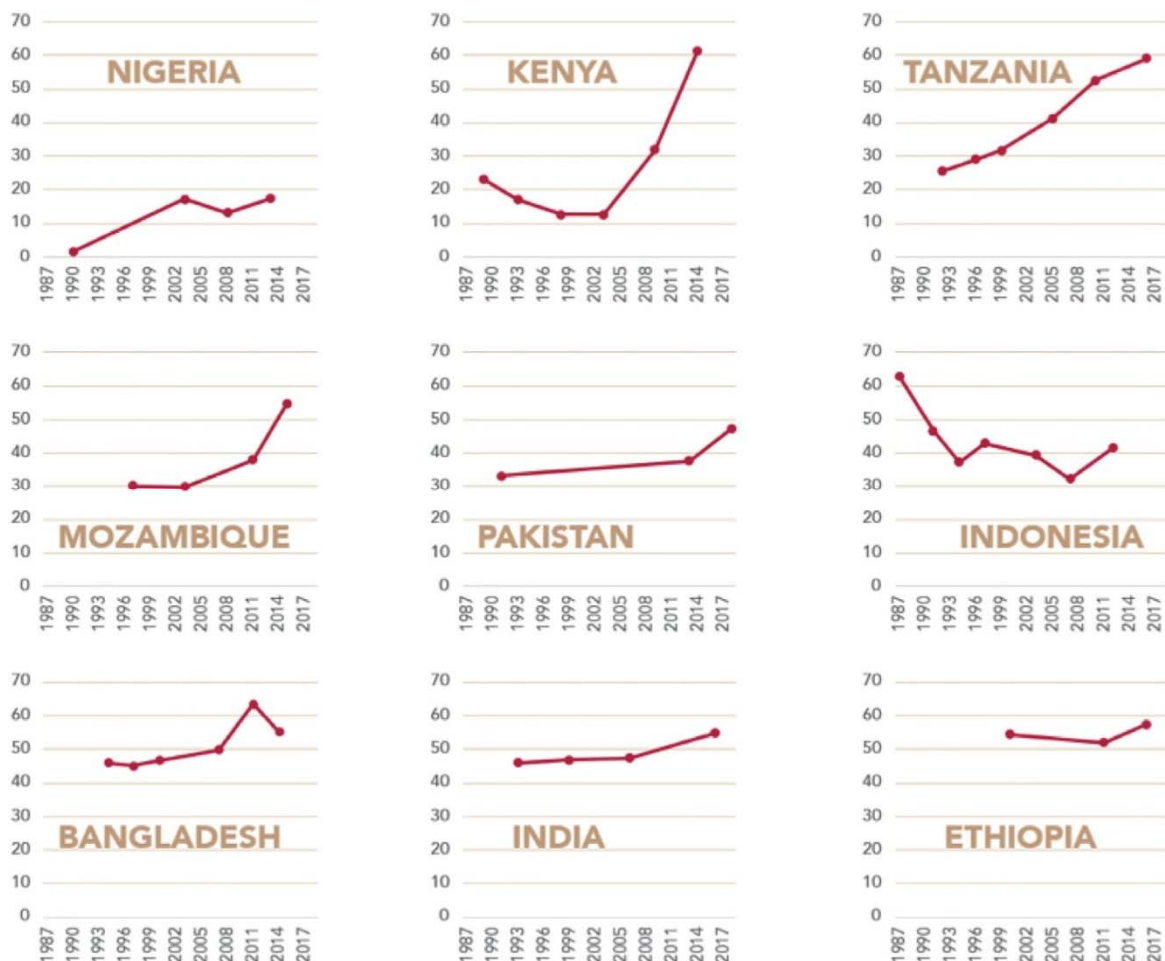
Situasi saat ini

Kegiatan menyusui di negara-negara GAIN

GAIN bekerja di beberapa titik sistem pemberian makanan untuk lebih mendorong pemberian ASI. Selain itu, tugas kami dalam hal MPASI dilakukan secara hati-hati agar makanan tersebut tidak menggantikan ASI dalam asupan makanan balita. GAIN berusaha untuk tidak bekerja sama dengan perusahaan atau kegiatan bisnis yang menggagas pemasaran MPASI yang merugikan dan melanggar Peraturan Internasional (mengenai Pemasaran Makanan Pengganti ASI).

Pemberian ASI eksklusif di sebagian besar Negara-negara GAIN telah meningkat, walaupun kecepatan peningkatannya tidak merata di seluruh negara. Kenya menunjukkan peningkatan tercepat. Negara ini segera membalikkan tren penurunan pemberian ASI (dari tahun 1989 hingga 2003) dengan peningkatan tajam (49 persen) dimulai dari tahun 2003 hingga 2014. Mozambik juga menunjukkan percepatan serupa. Akan tetapi, Indonesia mengalami grafik yang berbeda dimana kita melihat tingginya angka pemberian ASI di akhir tahun 1980an tetapi turun drastis sebelum akhirnya meningkat kembali.

Gambar 3: Tren persentase pemberian ASI eksklusif di Negara-negara GAIN¹⁰




Studi Kasus GAIN

1. Mendorong jumlah pemberian ASI eksklusif di Indonesia

Pada tahun 2013, GAIN, bersama mitranya, memulai fase pertama program Baduta di Provinsi Jawa Timur, Indonesia. Baduta menggabungkan intervensi perubahan perilaku dengan strategi lainnya untuk memperkuat sistem kesehatan dan meningkatkan praktik penggunaan air, sanitasi dan penjagaan kebersihan. Salah satu elemen paling utama dari Baduta adalah penggunaan demonstrasi emosional – emo-demo – di puskesmas; yaitu permainan yang interaktif, emosional dan menarik yang dirancang untuk ibu hamil dan menyusui.

Gambar 4: Salah satu permainan emo-demo yang dikembangkan dalam Baduta

PersiapanInstruksi



MENJALIN IKATAN


RUMPI SEHAT DEMO 10

TUJUAN PERMAINAN


Para ibu mempelajari bahwa kegiatan menyusui merupakan waktu yang menyenangkan untuk menjalin ikatan antara ibu dan anak.

<p>PESERTA TARGET</p> <p>Ibu hamil dari anak usia di bawah dua tahun</p>	<p>PESAN UTAMA</p> <p>menyusui merupakan waktu yang menyenangkan untuk menjalin ikatan antara ibu dan anak</p>
<p>DURASI</p> <p>15 Menit</p>	

ALAT



Kartu
Salah/Benerin



2 Botol Kosong

Dapat diganti dengan benda lain sebagai media

SALAM

Salam Rumpi Sehat!
Mari ucapkan salam Rumpi Sehat terlebih dahulu agar kita lebih bersemangat! Ayo mulai!

Ayo! Ayo! Ayo ikut Rumpi Sehat!
Ibu Hamil: mari [lakukan] ATIKAI! ASI eksklusif itu wajib! Makanan anak harus seimbang! Camilan harus sehat!
Salah? Benerin!

LANGKAH-LANGKAH



- 1** Siapkan peralatan serta tanya kondisi dan perasaan ibu hari ini.

Contoh:
"Bagaimana perasaan ibu hari ini? Hari ini kita akan melakukan permainan tentang ikatan ibu dan anak."
- 2** Mekanisme permainan.
 - a. Minta peserta untuk berpasangan. Berikan media penghubung ke setiap pasangan.
 - b.
- 3** Membahas permainan.
Setelah semua pasangan selesai, lanjutkan dengan diskusi bersama tentang perbedaan yang dirasakan oleh ibu-ibu saat mereka memperkenalkan diri. Lalu hubungkan dengan bagaimana jika bayi mereka mengalami hal yang sama.
Contoh:
"Apakah Anda merasa nyaman berjabat tangan dengan benda penghubung? Mengapa? Apa yang Anda rasakan saat bersalaman secara langsung?"
"Sama halnya dengan bayi Anda. Menurut Anda, bagaimana perasaan bayi jika mereka diberi susu dengan botol?
Mengapa? Bagaimana dengan bayi yang minum susu langsung dari Anda? Menurut Anda apa yang mereka rasakan? Mengapa?"
- 4** Kesimpulan Permainan.
Gunakan kartu Salah/Benerin. Contoh:
"Jadi, menurut Anda, mana yang terbaik bagi bayi kita? ASI atau memberi susu dengan botol? Jika Anda salah, perbaiki!"

KESIMPULAN

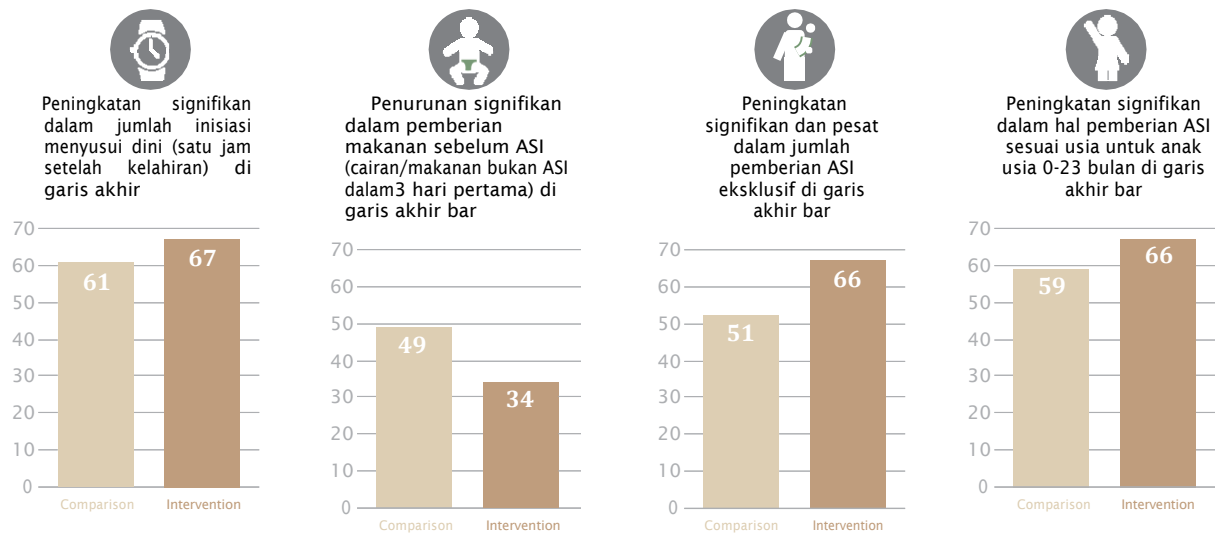
Menyusui akan menciptakan dan memperkuat ikatan batin antara ibu dan bayinya karena ada kontak mata dan sentuhan fisik yang penting bagi perkembangan bayi.

SEMUA pertanyaan mengenai nutrisi HARUS sesuai anjuran Relawan Kesehatan Masyarakat (Kader), Bidan, atau Pekerja Kesehatan terlatih.



Hanya dalam dua tahun, program Baduta meningkatkan inisiasi menyusui dini, mengurangi pemberian asupan makanan sebelum ASI, meningkatkan jumlah pemberian ASI eksklusif bagi bayi di bawah usia 6 bulan, serta meningkatkan pemberian ASI sesuai usia untuk anak di bawah dua tahun (Gambar 4).

Gambar 5: Peningkatan signifikan yang didorong oleh program Baduta GAIN



Pengetahuan ibu juga meningkat pesat dengan bukti:

- **84%** ibu di kelompok intervensi sudah mengetahui dengan benar bahwa enam bulan pertama adalah waktu yang dianjurkan untuk pemberian ASI eksklusif, dibandingkan **69%** ibu di kelompok pembanding; dan
- **80%** ibu di kelompok intervensi sudah mengetahui bahwa dua tahun adalah waktu yang dianjurkan untuk pemberian ASI, dibandingkan **68%** ibu di kelompok pembanding.



Berbagai macam upaya replikasi dan pengembangan teknik inovatif untuk merubah perilaku, seperti yang digunakan dalam Baduta, dilakukan di Indonesia dan Negara lainnya.

2. Dukungan yang lebih baik untuk kegiatan menyusui bagi ibu di tempat kerja

Terciptanya intervensi dan kebijakan yang mendukung pemberian ASI bagi pekerja wanita merupakan suatu langkah positif yang mendukung peran mereka sebagai ibu maupun pekerja. Jaringan Bisnis SUN (SBN), yang diketuai oleh GAIN dan Program Pangan Dunia (WFP), memperkenalkan suatu kesepakatan baru untuk semua anggotanya di seluruh dunia pada pertengahan tahun 2018: “Kegiatan bisnis harus mendukung komitmen mengenai asupan nutrisi tenaga kerja (termasuk dukungan pemberian ASI)”. Prinsip tersebut diterapkan guna memperkuat keterlibatan sektor swasta mengenai pemberian nutrisi tenaga kerja dengan memanfaatkan pengaruh global SBN terhadap 23 anggotanya yang memiliki total tenaga kerja lebih dari 1,1 juta orang di seluruh dunia.

Pada bulan September 2019, SBN mengumpulkan contoh program-program asupan nutrisi tenaga kerja untuk para anggota di seluruh dunia¹¹, termasuk 7 contoh tindakan untuk mendukung pemberian ASI.

Program Nutrisi Tenaga Kerja GAIN telah mendukung pabrik-pabrik garmen di Bangladesh untuk mendukung kegiatan menyusui, dan juga mengembangkan catatan pembuktian atas dukungan mereka terhadap kegiatan menyusui di tempat kerja¹².





“ Sebenarnya, semua ibu dapat menyusui, asalkan mereka memiliki informasi yang akurat dan dukungan dari keluarga, sistem pelayanan kesehatan dan masyarakat.”

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO)¹³

Rekomendasi

Melalui laporan singkat ini, kita telah melihat pentingnya menyusui dan dampak yang luar biasa dari kurangnya ASI pada kehidupan anak. Pemberian ASI secara optimal sangatlah penting karena dapat menyelamatkan lebih dari 820.000 anak di bawah usia 5 tahun di setiap tahunnya.¹⁴ Berdasarkan petunjuk dan rekomendasi dari WHO dan Unicef, berikut adalah beberapa poin penting yang perlu diusahakan:

Ibu dan pengasuh harus didukung untuk mengikuti rekomendasi WHO untuk terus menyusui disamping memberikan MPASI sejak usia enam bulan hingga dua tahun dan seterusnya. Selain itu, kolostrum, air susu berwarna kekuningan yang diproduksi di akhir kehamilan, sangat dianjurkan oleh WHO sebagai makanan yang sempurna bagi bayi baru lahir. Kegiatan menyusui harus dimulai satu jam setelah kelahiran.

Ibu dan pengasuh harus didukung dan difasilitasi untuk mengikuti anjuran WHO guna memastikan terlaksananya pemberian ASI eksklusif hingga usia 6 bulan.

Sektor swasta harus menyediakan MPASI yang aman, bergizi, terjangkau dan sesuai kebutuhan sesuai dengan Codex Alimentarius.

Karena menyusui saja tidak bisa memenuhi kebutuhan nutrisi bayi setelah usia enam bulan, peraturan nasional harus mendukung promosi MPASI yang memenuhi kriteria yang diuraikan dalam petunjuk internasional (PAHO, 2003)

Referensi

- 1 Black, R. et al., 'Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries', The Lancet, vol. 382, no. 9890, 3 August 2013, pp. 427-451.
2. www.unicef.org/nutrition/index_breastfeeding.html
3. worldbreastfeedingweek.org/2016/pdf/BreastfeedingandSDGsMessaging%20WBW2016%20Shared.pdf
4. Starting within one hour of birth, exclusive breastfeeding (no additional foods or liquids, including water) for the first 6 months of life, and continued breastfeeding until age 2 or longer.
5. Victora CG, Bahl R, Barros AJD, et al, for The Lancet Breastfeeding Series Group. Breastfeeding in the 21st century: epidemiology, mechanisms, and lifelong effect. Lancet 2016; 387:475-90.
6. FAO SOFI 2019 (2018 estimates based on most recent national data 2013-2018; 2012 estimates based on most recent national data 2005-2012)
7. In 2012, the World Health Assembly endorsed a plan on maternal, infant and young child nutrition, specifying six global nutrition targets to be met by 2025
8. www.who.int/news-room/detail/27-05-2020-countries-failing-to-stop-harmful-marketing-of-breast-milk-substitutes-warn-who-and-unicef
9. www.who.int/nutrition/publications/code_english.pdf
10. Source: Data from DHS Statcompiler. Note: where surveys span >1 calendar year, last year shown
11. SBN, 2019. Addressing Workforce Nutrition Commitments: Guidance for Global Members of the SUN Business Network. <https://sunbusinessnetwork.org/workforce-nutrition-peer-learning-among-sbn-global-members/>
12. GAIN. Workplace breastfeeding support, 2019. Brief. <https://www.gainhealth.org/sites/default/files/publications/documents/evidence-brief-4-workplace-breastfeeding-support-2019.pdf>
13. www.who.int/topics/breastfeeding/en/
14. www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding

Hubungi

Global Alliance for Improved Nutrition (GAIN)

Rue de Varembe

1202 Geneva

Switzerland

T: +41 22 749 18 50

E: info@gainhealth.org

www.gainhealth.org

