



PEMERINTAH
KABUPATEN BANGKA



PEDOMAN TEKNIS BANGUN ASI

Bangkitkan Produksi ASI dengan
Daun Bangun-Bangun



PUSKESMAS RIAU SILIP



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi terbaik dan utama bagi bayi yang mengandung zat gizi lengkap sesuai kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan anak. Pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan merupakan salah satu upaya penting dalam meningkatkan status kesehatan bayi, mencegah penyakit, serta mendukung tumbuh kembang yang optimal.

Meskipun demikian, dalam praktiknya masih banyak ibu yang mengalami berbagai kendala dalam proses menyusui, salah satunya adalah produksi ASI yang dirasakan kurang lancar atau jumlahnya tidak mencukupi kebutuhan bayi. Kondisi tersebut sering menimbulkan kecemasan, ketidakpercayaan diri, bahkan stres pada ibu menyusui yang pada akhirnya dapat memengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Indonesia sebagai negara tropis memiliki beragam tanaman herbal yang dapat dimanfaatkan untuk mendukung kesehatan masyarakat. Salah satu tanaman yang telah lama digunakan secara turun-temurun sebagai pelancar ASI adalah daun bangun-bangun (*Coleus amboinicus*). Tanaman ini mudah dibudidayakan, mudah diperoleh, memiliki kandungan nutrisi yang baik, dan dikenal sebagai galactagogue alami yang dapat membantu meningkatkan produksi ASI.

Sebagai upaya meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) serta mendukung keberhasilan program ASI eksklusif, dikembangkan inovasi BANGUN ASI (Bangun-bangun untuk ASI). Inovasi ini berfokus pada edukasi, pemberdayaan masyarakat, dan pemanfaatan daun bangun-bangun sebagai alternatif alami untuk membantu meningkatkan kualitas dan kuantitas ASI.

B. Dasar Hukum

1. Undang-Undang Nomor 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan.
2. Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif.
3. Peraturan Menteri Kesehatan tentang Pemberian ASI Eksklusif dan Kesehatan Ibu dan Anak.

4. Program Nasional Percepatan Penurunan Stunting.
5. Kebijakan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia terkait pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA).

C. Maksud dan Tujuan

Maksud dari pelaksanaan inovasi BANGUN ASI adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat, khususnya ibu hamil dan ibu menyusui, dalam memanfaatkan daun bangun-bangun sebagai upaya alami untuk mendukung keberhasilan pemberian ASI.

Tujuan kegiatan adalah:

1. Memberikan edukasi kepada ibu hamil dan ibu menyusui mengenai manfaat dan kandungan daun bangun-bangun.
2. Meningkatkan pengetahuan tentang cara pengolahan daun bangun-bangun yang tepat, higienis, aman, dan menarik untuk dikonsumsi.
3. Membantu mengatasi permasalahan produksi ASI yang kurang lancar melalui pemanfaatan bahan alami.
4. Mendorong pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai upaya kesehatan mandiri.

D. Sasaran

Sasaran kegiatan meliputi:

1. Ibu hamil.
2. Ibu menyusui.
3. Kader Posyandu.
4. Kader kesehatan.
5. Keluarga ibu menyusui.
6. Kelompok masyarakat yang memiliki tanaman obat keluarga.
7. Masyarakat umum.

E. Ruang Lingkup

Ruang lingkup kegiatan meliputi:

1. Edukasi manfaat daun bangun-bangun.
2. Sosialisasi pentingnya ASI eksklusif.
3. Pelatihan pengolahan daun bangun-bangun.
4. Pemanfaatan TOGA untuk kesehatan ibu dan anak.
5. Monitoring dan evaluasi hasil kegiatan.

BAB II

GAMBARAN UMUM

A. Kondisi Eksisting

Masih terdapat ibu menyusui yang mengalami kesulitan dalam mempertahankan pemberian ASI eksklusif karena berbagai faktor, salah satunya persepsi bahwa produksi ASI tidak mencukupi kebutuhan bayi. Selain itu, pengetahuan masyarakat mengenai pemanfaatan tanaman herbal lokal sebagai pendukung produksi ASI masih relatif rendah.

Di sisi lain, tanaman bangun-bangun banyak tumbuh di lingkungan masyarakat dan memiliki potensi besar untuk dimanfaatkan sebagai bahan pangan fungsional yang mendukung kesehatan ibu menyusui.

B. Permasalahan

Permasalahan yang dihadapi antara lain:

1. Rendahnya pengetahuan ibu mengenai manfaat daun bangun-bangun.
2. Kurangnya keterampilan dalam mengolah tanaman herbal menjadi makanan yang aman dan menarik.
3. Masih tingginya kecemasan ibu terkait produksi ASI.
4. Belum optimalnya pemanfaatan TOGA sebagai sarana kesehatan keluarga.
5. Kurangnya edukasi mengenai pemanfaatan sumber daya lokal untuk mendukung pemberian ASI.

C. Solusi Inovasi

Inovasi BANGUN ASI hadir sebagai solusi melalui kegiatan edukasi, demonstrasi pengolahan, serta pendampingan kepada ibu hamil dan ibu menyusui dalam

memanfaatkan daun bangun-bangun sebagai pelancar ASI alami yang mudah diperoleh, aman, dan ekonomis.

D. Tahapan Inovasi

No.	Tahapan Penciptaan Inovasi	Waktu
1	Identifikasi Masalah	Minggu ke-II Mei 2025
2	Pembentukan Tim	Minggu ke-III Mei 2025
3	Pemilihan Ide	Minggu ke-I Juni 2025
4	Penjaringan Ide	Minggu ke-II Juni 2025
5	Uji Coba	Minggu ke-IV Juni 2025
6	Penerapan Inovasi	Minggu ke-II Juli 2025

BAB III

PEDOMAN TEKNIS PELAKSANAAN

A. Konsep Inovasi

BANGUN ASI merupakan inovasi pemberdayaan masyarakat yang mengintegrasikan edukasi kesehatan, pemanfaatan tanaman obat keluarga, dan promosi ASI eksklusif melalui pendekatan partisipatif.

B. Bentuk Kegiatan

1. Penyuluhan tentang manfaat ASI eksklusif.
2. Edukasi kandungan dan manfaat daun bangun-bangun.
3. Demonstrasi pengolahan daun bangun-bangun.
4. Pendampingan ibu menyusui.
5. Pemanfaatan pekarangan rumah untuk budidaya TOGA.
6. Penyebarluasan informasi melalui media edukasi.

C. Materi Edukasi

Materi yang diberikan meliputi:

1. Pentingnya ASI eksklusif.

2. Teknik menyusui yang benar.
3. Kandungan gizi daun bangun-bangun.
4. Manfaat daun bangun-bangun sebagai galactagogue.
5. Cara budidaya tanaman bangun-bangun.
6. Pengolahan daun bangun-bangun menjadi menu sehat.

D. Tahapan Pelaksanaan

1. Identifikasi sasaran kegiatan.
2. Penyusunan jadwal dan materi edukasi.
3. Pelaksanaan penyuluhan.
4. Demonstrasi pengolahan daun bangun-bangun.
5. Pendampingan dan konsultasi.
6. Monitoring dan evaluasi.

E. Tugas dan Tanggung Jawab

1. Kepala Puskesmas
 - a. Mengoordinasikan pelaksanaan kegiatan.
 - b. Melakukan pembinaan dan pengawasan.
2. Penanggung Jawab Program Gizi/KIA
 - a. Menyusun rencana kegiatan.
 - b. Menyiapkan materi edukasi.
 - c. Melakukan monitoring dan evaluasi.
3. Tenaga Kesehatan
 - a. Memberikan penyuluhan.
 - b. Memberikan konsultasi kepada ibu menyusui.
4. Kader Kesehatan
 - a. Membantu pelaksanaan kegiatan.
 - b. Melakukan pendampingan di masyarakat.

BAB IV

PEMANTAUAN DAN EVALUASI

A. Monitoring

Monitoring dilakukan secara berkala terhadap:

1. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan.
2. Pelaksanaan penyuluhan dan demonstrasi.
3. Pemanfaatan tanaman bangun-bangun oleh peserta.
4. Dokumentasi kegiatan.

B. Evaluasi

Evaluasi dilakukan untuk mengukur:

1. Peningkatan pengetahuan peserta.
2. Tingkat pemanfaatan daun bangun-bangun.
3. Kepuasan peserta terhadap kegiatan.
4. Dukungan terhadap keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

C. Indikator Keberhasilan

1. Meningkatnya pengetahuan ibu mengenai manfaat daun bangun-bangun.
2. Meningkatnya keterampilan pengolahan daun bangun-bangun.
3. Meningkatnya pemanfaatan TOGA di masyarakat.
4. Meningkatnya kesadaran pentingnya ASI eksklusif.
5. Terbentuknya kelompok masyarakat yang memanfaatkan tanaman bangun-bangun sebagai pelancar ASI alami.

BAB V

PENUTUP

Pedoman Teknis Inovasi BANGUN ASI disusun sebagai acuan dalam pelaksanaan kegiatan edukasi dan pemberdayaan masyarakat untuk mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif melalui pemanfaatan daun bangun-bangun sebagai tanaman obat keluarga.

Melalui inovasi ini diharapkan masyarakat mampu memanfaatkan sumber daya lokal secara optimal untuk meningkatkan kesehatan ibu dan bayi, memperkuat budaya hidup sehat, serta mendukung upaya percepatan penurunan stunting dan peningkatan kualitas kesehatan keluarga secara berkelanjutan.