

Pendidikan Kesehatan tentang Pemberian Makanan Pendamping ASI pada Ibu yang Mempunyai Bayi 6-24 Bulan

Nurbaiti¹, Gustina²

¹Program Studi D III Kebidanan STIKes Baiturrahim

²Program Studi Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan STIKes Baiturrahim Jambi

Email:nbaiti812@gmail.com

Submitted : 26/03/2021

Accepted: 19/10/2021

Published: 19/11/2021

Abstract

Growth in infants and nutritional problems in children are often caused by the inaccuracy of parents in their habits of inappropriate breastfeeding and complementary feeding, and mothers are less aware that babies aged 6 months already need complementary feeding. mothers in good quantity and quality. At the age of 6 months apart from breastmilk, the baby can start to be given complementary foods, because at this age the baby already has a chewing reflex with stronger digestion. In giving baby food, it is necessary to pay attention to the punctuality of delivery, frequency, type, quantity, foodstuff, and method of manufacture, improper infant feeding habits, such as feeding too early or too late, insufficient food given and inadequate frequency. this can have an impact on the health and nutritional status of the baby. Based on the data obtained from the health office, it is known that from 12 districts the prevalence of malnutrition and malnutrition based on the BB / U indicator is 17.2% and based on the TB / U indicator is 20.2%. This community service aims to provide information and improve the skills of mothers in complementary feeding of breast milk. This community service was carried out in the Work Area of the Simpang Kawat Puskesmas, at the time of January 2020 the service method used a survey approach, lectures and discussions. The results obtained by mothers can understand the meaning of complementary foods for breast milk, the benefits of complementary foods for breast milk and the schedule for which they are given.

Keywords: baby, complementary feeding, health education

Abstrak

Pertumbuhan pada bayi serta masalah gizi pada anak sering disebabkan oleh ketidaktepatan orang tua dalam kebiasaannya terhadap pemberian air susu ibu dan makanan pendamping air susu ibu yang tidak tepat, serta para ibu-ibu kurang menyadari bahwa bayi berusia 6 bulan sudah memerlukan makanan pendamping air susu ibu dalam jumlah dan mutu yang baik, Pada usia 6 bulan selain air susu ibu bayi mulai bisa di berikan makanan pendamping, karena pada usia ini bayi sudah mempunyai refleks mengunyah dengan pencernaan yang lebih kuat. Dalam pemberian makanan bayi perlu diperhatikan ketepatan waktu pemberian, frekuensi, jenis, jumlah, bahan makanan, dan cara pembuatannya, kebiasaan pemberian makanan bayi yang tidak tepat, seperti pemberian makanan yang terlalu dini atau terlambat, makanan yang diberikan tidak cukup dan frekuensi yang kurang, hal tersebut dapat meimbulkan dampak pada kesehatan dan status gizi pada bayi. Berdasarkan data yang diperoleh dari dinkes diketahui dari 12 Kabupaten prevalensi gizi kurang dan gizi buruk berdasarkan indikator BB/U adalah 17.2% dan berdasarkan indikator TB/U adalah 20.2%. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan informasi dan meningkatkan keterampilan ibu dalam pemberian makanan pendamping air susu ibu. Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Kawat, waktu pelaksanaan Januari 2020 metode pengabdian menggunakan pendekatan survey, ceramah dan diskusi. Hasil yang diperoleh ibu-ibu dapat memahami tentang pengertian makanan pendamping air susu ibu, manfaat makanan pendamping air susu ibudan jadwal pemberiannya.

Kata Kunci : bayi, pendidikan kesehatan, makanan pendamping ASI

PENDAHULUAN

Dunia kembali merumuskan komitmen global dalam bidang kesehatan untuk 15 tahun ke depan. Kali ini diberi nama *Sustainable Development Goals* (SDGs) yang akan dicapai sampai dengan tahun 2030. SDGs atau tujuan pembangunan berkelanjutan ini hadir menggantikan *Millenium Development Goals* (MDGs) yang disepakati oleh 198 negara di tahun 2000. (Kemenkes RI, 2016)

Sebanyak 2,6 juta bayi dari 1.000 kelahiran di Inggris meninggal pada usia awal kehidupan (neonatus). Angka tersebut lebih tinggi dibandingkan beberapa negara bagian lain seperti Latvia dan Kuba. Menurut penelitian tentang Tingkat Kematian Bayi di Inggris tersebut penyebab utama adalah karena rendahnya tingkat menyusui, obesitas serta penundaan persalinan. Fakta lain dari penelitian ini menunjukkan bahwa bayi yang tidak disusui secara langsung setelah lahir lebih rentan terhadap penyakit fatal seperti penyakit infeksi, komplikasi, pertumbuhan dan perkembangan tubuh yang terhambat (stunting). Hal ini dikarenakan sang ibu tidak memberikan imunitas pada bayi yang didapat melalui pemberian ASI secara eksklusif (Lembaga UNICEF, 2018).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi Jambi diketahui dari 12 Kabupaten prevalensi gizi kurang dan gizi buruk berdasarkan indikator BB/U adalah 17.2% dan berdasarkan indikator TB/U adalah 20.2%. (Dinkes Provinsi Jambi, 2019).

ASI mengandung kolostrum yang kaya akan antibodi karena mengandung protein untuk daya tahan tubuh dan pembunuh kuman dalam jumlah tinggi sehingga pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi risiko kematian pada bayi. Kolostrum berwarna kekuningan dihasilkan pada hari pertama sampai hari ketiga setelah persalinan (Rankin, 2010). Beberapa

hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian ASI secara eksklusif dapat meningkatkan pertumbuhan pada anak usia dibawah 2 (dua) tahun, seperti penelitian Al Rahmad, menyatakan ASI eksklusif sebesar 4,2 kali dapat meningkatkan pertumbuhan pada anak dibandingkan ASI tidak eksklusif. Begitu juga dengan pemberian makanan pendamping ASI, sebesar 70,8% anak balita yang tumbuh optimal mendapatkan MP-ASI dan menunjukkan hubungan signifikan.

Menurut Hermina & Prihatini, bahwa pertumbuhan pada bayi serta masalah gizi pada anak sering disebabkan oleh ketidaktepatan orang tua dalam kebiasaannya terhadap pemberian ASI dan MP-ASI yang tidak tepat, serta para ibu-ibu kurang menyadari bahwa bayi berusia 6 bulan sudah memerlukan MP-ASI dalam jumlah dan mutu yang baik. Pada usia 6 bulan selain ASI bayi mulai bisa di beri makanan pendamping ASI, karena pada usia itu bayi sudah mempunyai reflex mengunyah dengan pencernaan yang lebih kuat, dalam pemberian makanan bayi perlu diperhatikan ketepatan waktu pemberian, frekuensi, jenis, jumlah, bahan makanan, dan cara pembuatannya. Adnya kebiasaan pemberian makanan bayi yang tidak tepat, antara lain : pemberian makanan yang terlalu dini atau terlambat, makanan yang diberikan tidak cukup dan frekuensi yang kurang, (Maseko & Owaga 2012).

Melihat kondisi masih kurangnya kesadaran ibu-ibu terdapat kebiasaan masyarakat memberikan makanan tambahan sebelum usia bayi 6 bulan hal ini dapat di sebabkan karena kurangnya informasi dan pengetahuan ibu tentang pemberian MP – ASI. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam membuat MP ASI.

TARGET DAN LUARAN

1. Target

Target dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah

- 1) Ibu-ibu yang mempunyai bayi 6-24 bulan
- 2) Kader
- 3) Ibu mempunyai pengetahuan tentang MP-ASI (>95%)

2. Luaran

Setelah melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di harapkan ibu dapat memahami tentang pemberian MP-ASI jadwal pemberian dan cara pembuatan MP-ASI. Hasil kegiatan pendidikan kesehatan tentang makanan pendamping ASI (MP-ASI) ini juga akan dipublikasikan dalam bentuk jurnal ilmiah nasional sehingga dapat diakses oleh masyarakat

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada bulan Januari 2020 dengan dibantu oleh 2 orang mahasiswa STIKes Baiturrahim Jambi. Sasaran dalam kegiatan ini ibu – ibu yang mempunyai bayi 6-24 bulan, berjumlah peserta 25 orang dengan metode ceramah, tanya jawab, diskusi dan demonstrasi, media yang di gunakan leaflet dan leptop. Tahapan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu : 1) tahap persiapan, pada tahap ini tim melakukan perizinan dan tertib administrasi di puskesmas simpang kawat. 2) tahap pelaksanaan kegiatan, pada tahap ini tim melakukan *pre-test*, kemudian memeberikan pendidikan kesehatan tentang pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI), diskusi, *post-test* melakukan evaluasi dengan meminta *feedback* terhadap kegiatan yang telah di lakukan, tahapan terakhir adalah penulisan laporan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan agar ibu-ibu dapat

memahami tentang MP-ASI, setelah di lakukan pendidikan kesehatan pengetahuan ibu meningkat. Makanan Pendamping Asi adalah makanan atau minuman yang mengandung zat besi yang diberikan kepada bayi atau anak usia 6-24 bulan guna memenuhi kebutuhan gizi selain ASI. MP-ASI merupakan makanan peralihan dari ASI ke makanan keluarga, pengenalan dan pemberian MP-ASI harus dilakukan secara bertahap baik bentuk maupun jumlahnya sesuai dengan kemampuan bayi, pemberian ASI yang cukup kualitas dan kuantitasnya penting untuk pertumbuhan fisik dan perkembangan kecerdasan anak yang sangat pesat pada periode ini.

Pemberian MP-ASI bertujuan untuk menambah energy dan zat-zat gizi yang diperlukan bayi karena ASI tidak dapat memenuhi kebutuhan bayi secara terus menerus dengan demikian makanan tambahan diberikan untuk mengisi kesenjangan antara kebutuhan nutrisi total pada anak dengan jumlah yang didapatkan dari ASI. Pemberian MP-ASI yang tepat di harapkan tidak hanya memenuhi kebutuhan gizi bayi. Namun juga merangsang keterampilan makan dan juga merangsang rasa percaya diri pada bayi. Pemberian makanan tambahan harus bervariasi dari bentuk bubur cair bubur kental, sari buah, makann lumat dan lembek dan akhirnya makanan padat, bertambahnya umur bayi maka bertambah pula kebutuhan gizinya dan takaran susunapun harus di tambah agar bayi mendapat energi untuk pertumbuhan dan perkembangannya. ASI hanya memenuhi kebutuhan gizi bayi sebanyak 60% pada bayi usia 6-12 bulan. Sisanya harus di penuhi dari makanan lain yang cukup jumlah dan gizinya.

1)



Gambar 1. Kegiatan penyuluhan



Gambar 2. Kegiatan penyuluhan

KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu-ibu tentang pemberian makanan pendamping ASI. Kegiatan masyarakat ini berjalan dengan lancar dan mendapatkan dukungan dari mitra dan masyarakat.

2. Saran

Diharapkan bagi ibu yang memiliki balita agar dapat memberikan MP-ASI sesuai dengan usianya yaitu lebih dari 6 bulan dan memperhatikan asupan nutrisi yang cukup dan sesuai dengan tumbuh kembangnya dan diharapkan agar ibu membawa bayinya ke posyandu untuk memantau tumbuh kembangnya setiap bulan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian masyarakat mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada STIKes Baiturrahm atas dana dan fasilitas serta izin dalam melakukan pengabdian masyarakat ini dan juga kepada Kepala Puskesmas simpang kawat dan bidan yang telah memberikan izin tempat dan membantu dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini sehingga kegiatan ini berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Rahmad AH. Malnutrisi pada Balita Pedesaan dengan Perkotaan berdasarkan Karakteristik Keluarga: Data PSG 2015. Idea Nurs J. 2016.
- Dinas kesehatan Kota Jambi. (2019) *Jumlah Kunjungan Ibu Hamil di Kota Jambi Tahun 2018*. Jambi
- Dinas Kesehatan Provinsi Jambi (2019). *Jumlah Kejadian Stunting di Provinsi Jambi TAHUN 2018*. Jambi
- Hayati, aslis wirda. *Buku saku bayi*” EGC. 2009
- Hermina H, Prihatini S. Pengembangan Media Poster dan Strategi Edukasi Gizi untuk Pengguna Posyandu dan Calon Pengantin. *Bul Penelit Kesehat*. 2015..
- UNICEF. (2018). *The State of The World’s Children*. New York: Oxford University Press.
- Rankin, Stables. 2010. *Asuhan Bayi Baru Lahir dan Pemberian ASI Eksklusif*. Jakarta
- Setiawati, 2016. Hubungan pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) dini dengan status gizi pada bayi umur 7-12 bulan. *Jurnal Kesehatan Holistik (The Journal of Holistic Healthcare)*, Volume 10, No.2, April 2016: 1-4