

WORKSHOP ASI EKSKLUSIF DAN MPASI BAGI IBU DI DESA CATUR, KINTAMANI, BANGLI

Indah Pramita¹, Ni Made Diaris², Resti Kusumarini Samben³, Ni Putu Eny Sulistyadewi⁴

^{1,2,3,4}Universitas Dhyana Pura

Email: indahpramita@undhirabali.ac.id¹, madediaris@undhirabali.ac.id²,
restisamben@undhirabali.ac.id³, enysulistyadewi@undhirabali.ac.id⁴

ABSTRAK

Posyandu (Pos Pelayanan Terpadu) merupakan salah satu bentuk upaya kesehatan yang bersumberdaya dari masyarakat. Posyandu Banjar Mungsengan Desa Catur Kecamatan Kintamani termasuk dalam tingkat madya yang memiliki 6 kader dengan tingkat pendidikan yang masih rendah, yaitu SMP dan SMA. Di Posyandu ini tercatat terdapat 37 balita yang aktif mengikuti kegiatan setiap bulannya. Posyandu ini melaksanakan kegiatan 1 kali dalam sebulan di Bale Banjar Mungsengan Desa Catur Kecamatan Kintamani. Kegiatan yang dilakukan adalah pemeriksaan tinggi badan, berat badan, lingkaran kepala, status gizi serta pemberian vitamin, imunisasi dan pemberian makanan tambahan (PMT). Berdasarkan wawancara dengan Ketua Posyandu, diketahui pernah terdapat kasus bayi yang mengalami sembelit. Bayi tersebut diketahui sembelit akibat terlalu dini mengkonsumsi makanan tambahan. Selain itu juga banyak orang tua bayi yang tidak memberikan ASI Eksklusif kepada bayinya, dikarenakan sibuk bekerja dan kurang memahami manfaat dari ASI Eksklusif. Berdasarkan wawancara dan observasi didapatkan 2 aspek permasalahan yaitu: kurangnya pemahaman ibu tentang pentingnya ASI Eksklusif dan kurangnya pemahaman ibu tentang pemberian MPASI. Adapun solusi untuk permasalahan tersebut yaitu dengan memberikan workshop ASI Eksklusif dan MPASI bagi ibu. Hasil dari program kemitraan masyarakat ini adalah terjadi peningkatan pengetahuan ibu tentang ASI Eksklusif dan MPASI.

Kata kunci: ASI Eksklusif, MPASI, Ibu, Catur.

1. Pendahuluan

Posyandu Banjar Mungsengan terletak di Desa Catur Kecamatan Kintamani Kabupaten Bangli. Posyandu ini termasuk posyandu tingkat madya yang memiliki 6 kader dalam kepengurusannya. Keenam kader yang ada di posyandu tersebut memiliki tingkat pendidikan yang masih tergolong rendah, yaitu SMP dan paling tinggi SMA. Kegiatan yang dilakukan setiap bulan adalah melakukan pemeriksaan Tinggi badan, Berat badan, Lingkaran kepala, status gizi bagi bayi dan balita serta pemberian vitamin, imunisasi dan makanan tambahan. Kegiatan dilakukan di Bale Banjar Mungsengan Desa Catur dibantu oleh seorang tenaga kesehatan dari puskesmas setempat. Kegiatan posyandu diikuti oleh 34 balita dan 6 bayi. Dalam kegiatan Posyandu Banjar Mungsengan, kader sudah menginformasikan kepada orang tua yang memiliki bayi untuk memberikan ASI Eksklusif sampai usia 6 bulan, namun masih ada orang tua yang tidak memberikan ASI Eksklusif dan terlalu cepat memberikan makanan pendamping ASI (MPASI). Berdasar wawancara dengan ketua posyandu Mungsengan terdapat kasus bayi yang diberikan MPASI terlalu cepat pada usia 4 bulan dan beberapa hari kemudian bayi tersebut mengalami gangguan pencernaan (sebelit). Selain itu banyak ibu yang tidak memberikan ASI Eksklusif tepat usia, dikarenakan kesibukan bekerja dan kurangnya pengetahuan tentang manfaat ASI Eksklusif pada tumbuh kembang bayi.

ASI Eksklusif merupakan pemberian ASI tanpa tambahan makanan atau minuman apapun sampai bayi berusia 180 hari (6bulan). Pemberian ASI Eksklusif pada bayi sangatlah penting, karena kandungan gizi yang ada di dalam ASI dapat meningkatkan tumbuh kembang bayi dan juga menghindarkan bayi dari gizi kurang yang mengarah ke stunting (Ni'mah, & Nadhiroh, 2016). Selain itu pemberian MPASI sangat diperlukan setelah bayi berusia 6 bulan, karena ASI sudah tidak mampu mencukupi kebutuhan tubuh bayi. Pemberian MPASI yang sesuai dengan usia anak berhubungan dengan status gizi anak. Pemahaman orang tua tentang MPASI sangat berpengaruh terhadap pemberian MPASI yang memiliki nilai gizi tinggi sehingga mendukung pertumbuhan anak (Septiana, et al, 2010). Sehingga sangat penting memberikan pemahaman tentang ASI Eksklusif dan MPASI kepada Ibu guna meningkatkan tumbuh kembang anak.

Adapun permasalahan yang dihadapi mitra adalah : Kurangnya pemahaman Ibu tentang ASI Eksklusif dan MPASI

2. Solusi dan Target Luaran

Permasalahan yang dihadapi dalam kegiatan ini adalah: Kurangnya pemahaman Ibu tentang ASI Eksklusif dan MPASI. Sehingga solusi yang ditawarkan adalah dengan memberikan workshop ASI Eksklusif dan MPASI bagi ibu. Hasil dari program kemitraan masyarakat ini adalah terjadi peningkatan pengetahuan ibu tentang ASI Eksklusif dan MPASI.

3. Metode

Kegiatan dilaksanakan di Bale Banjar Mungsengan Desa Catur Kecamatan Kintamani Kabupaten Bangli. Adapun langkah-langkah kegiatan yaitu:

1. Sosialisasi kegiatan dengan menghadirkan mitra dalam sebuah rapat
Dalam kegiatan ini kader dihadirkan dalam sebuah rapat yang bertempat di Banjar Mungsengan. Disampaikan bahwa kegiatan ini nantinya akan menghadirkan orang tua bayi dan balita yang terdaftar di Posyandu Banjar Mungsengan untuk diberikan workshop tentang Pentingnya ASI Eksklusif dan MPASI bagi bayi.
2. Membuatn Modul MPASI
Pengabdian membuat sebuah modul yang berisikan panduan MPASI dari usia 6 bulan sampai dengan 12 bulan. Dalam modul ini juga berisikan menu MPASI yang memiliki nilai gizi tinggi.
3. Pemberian Workshop ASI Eksklusif dan MPASI kepada ibu
Pemberian Workshop dilaksanakan pada tanggal 19 Juli 2020 bertempat di Balai Banjar Mungsengan. Dalam kegiatan ini diberikan penjelasan tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif bagi bayi, serta dampak apabila tidak diberikan ASI eksklusif. Selain itu juga diberikan penjelasan tentang MPASI dan bagaimana cara memberikan MPASI tepat usia.
4. Evaluasi Tingkat keberhasilan kegiatan
Evaluasi dilakukan untuk melihat keberhasilan program pengabdian. Dalam evaluasi ini akan dilakukan penilaian tingkat pemahaman ibu tentang ASI eksklusif dan MPASI. Evaluasi dilakukan dengan memberikan soal sebelum dan setelah workshop berlangsung.

4. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan penyuluhan ASI Eksklusif dan MPASI dilaksanakan pada tanggal 19 Juli 2020 di Balai Banjar Mungsengan. Pemateri adalah Dosen dengan bidang Ilmu Kesehatan Masyarakat, yaitu Ibu Ni Made Diaris, S.Si.T., M.Kes. Beliau menyampaikan materi tentang

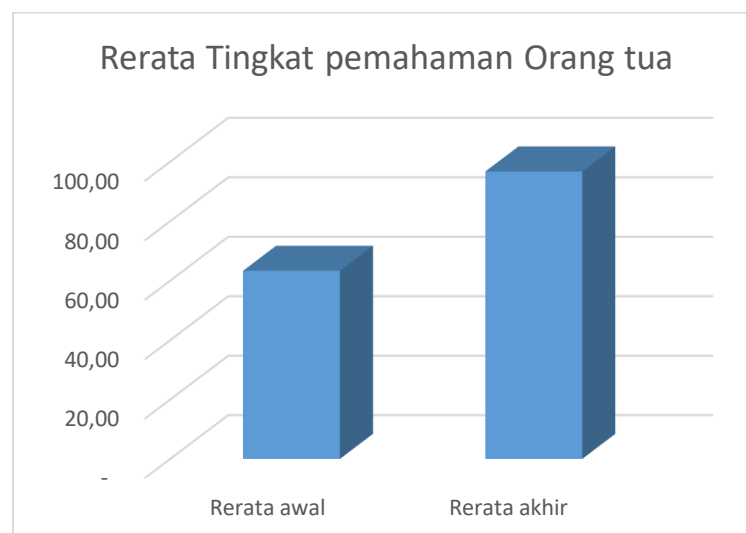
pentingnya pemberian ASI Eksklusif dan MPASI pada bayi untuk mencegah terjadinya stunting. Dalam materi juga dijelaskan kebutuhan gizi bada bayi usia 0-6 bulan sudah terpenuhi dari pemberian ASI, justru pemberian makanan selain ASI pada usia kurang dari 6 bulan dapat mempengaruhi pencernaan bayi dan beresiko mengalami gangguan pencernaan. Orang tua sangat antusias menyimak materi yang disajikan. Banyak orang tua yang berdiskusi tentang pemberian ASI dan juga meminta saran bagaimana cara supaya ASI yang dihasilkan mencukupi kebutuhan bayi.

Berdasarkan hasil kuisioner diketahui bahwa lebih dari 50% orang tua yang mengikuti kegiatan tidak memberikan ASI Eksklusif pada bayinya dan terlalu cepat dalam memberikan makanan tambahan.



Gambar 1. Penyuluhan ASI Eksklusif dan MPASI

Dalam penyuluhan ini dilakukan penilaian tingkat pengetahuan orang tua tentang ASI Eksklusif dan MPASI sebelum dan setelah pemberian materi. Berikut merupakan hasil penilaian tingkat pengetahuan orang tua:



Gambar 2. Rerata tingkat pengetahuan oarng tua tentang ASI Eksklusif dan MPASI

Berdasarkan gambar di atas diketahui tingkat pengetahuan awal ibu tentang ASI Eksklusif sebesar 63,3%. Setelah dilakukan penyuluhan terjadi peningkatan pengetahuan ibu sebesar 33,4% menjadi 96,7%.

5. Simpulan

Simpulan dalam kegiatan pengabdian ini adalah terjadi peningkatan pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif dan MPASI sebesar 96,7%.

Daftar Rujukan

- Ni'mah, K., & Nadhiroh, S. R. (2016). Faktor yang berhubungan dengan kejadian stunting pada balita. *Media Gizi Indonesia*, 10(1), 13-19
- Septiana, R., Djannah, S. N., & Djamil, M. D. (2010). Hubungan Antara Pola Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) dan Status Gizi Balita Usia 6-24 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Gedongtengen Yogyakarta. *Kes Mas: Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Daulan*, 4(2).