

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

Penyuluhan Tentang Makanan Pendamping Asi Dengan Status Gizi Balita

Masdarwati Masdarwati¹, Erni Kadir², Serli Serli^{3*}, Sethiana Dewi Ruben⁴, Rahmat Pannyiwi⁵, Anshar Rante⁶

^{1,2} Program Studi Kesehatan Masyarakat, UPRI Makassar

³ Program Studi Promosi Kesehatan, Politeknik Kesehatan Megarezky

⁴ Program Studi Ilmu Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Jayapura

⁵ Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKES Amanah Makassar

⁶ Program Studi Keperawatan, Akper Sawerigading Pemda Luwu

Abstract

Health education is a health education activity, which is carried out by spreading messages, instilling beliefs, so that people are not only aware, know and understand, but are also willing and able to make recommendations related to health. Mother's Milk (ASI) is the best food for babies, so ASI plays a role in the baby's body's defense system to prevent various diseases, every drop of breast milk also contains minerals and enzymes to prevent disease and antibodies which are more effective compared to the content contained in milk formulas. The emergence of nutritional problems is multifactorial, therefore the approach and solution must be from several factors. The method of this activity is by lecturing which means a method of delivering health messages orally and accompanied by questions and answers and of course distributing leaflets to mothers and then counseling, evaluating activities, namely distributing pre-posttest questionnaires. The results of the increase were obtained by increasing the mother's knowledge about the nutritional status of the child.

Keywords: Counseling, Complementary Food for Breastfeeding, Toddler Nutrition at Health Center.

Abstrak

Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan kesehatan, yang dilakukan dengan menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan. Air Susu Ibu (ASI) adalah makanan terbaik untuk bayi, sehingga ASI berperan dalam sistem pertahanan tubuh bayi untuk mencegah berbagai penyakit, setiap tetes ASI juga mengandung mineral dan enzim untuk mencegah penyakit dan anti body yang lebih efektif di banding dengan kandungan yang terdapat dalam susu formula. Timbulnya masalah gizi adalah multifaktor, oleh karena itu pendekatan dan penanggulangannya harus dari beberapa faktor. Metode kegiatan ini adalah dengan ceramah berarti suatu metode penyampaian pesan kesehatan secara lisan dan disertai dengan tanya-jawab dan tentunya pembagian leaflet kepada para ibu dan kemudian penyuluhan, evaluasi kegiatan yaitu pembagian kuesioner pre-posttest. Hasil peningkatan diperoleh dengan pengetahuan ibu meningkat tentang Status Gizi Anak.

Kata Kunci: Penyuluhan, Makanan Pendamping Asi, Gizi Balita Puskesmas.

*Penulis Korespondensi : Sethiana Dewi Ruben

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

I. PENDAHULUAN

Di Indonesia, masalah gizi khususnya bagi balita menjadi masalah besar karena sangat berkaitan dengan indikator derajat kesehatan umum seperti angka kesakitan dan angka kematian. Salah satu usaha untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat dapat dilakukan melalui peningkatan status gizi seluruh anggota keluarga dengan dukungan berbagai faktor secara terkoordinasi dan merupakan bagian pembangunan untuk meningkatkan kesejahteraan masyarakat. Tujuan dari usaha meningkatkan status gizi adalah membina keadaan gizi seluruh anggota masyarakat melalui partisipasi dan pemerataan kegiatan, perubahan tingkahlaku yang mendukung tercapainya perbaikan gizi, termasuk gizi hak balita (Suharjo 2015).

Pemenuhan kebutuhan gizi bayi berbeda dengan pemenuhan gizi anak dan dewasa. Bentuk dan jenis makan yang di berikan harus sesuaikan dengan usia dan juga fungsi saluran pencernaan. Bayi usia 0-6 bulan cukup diberikan ASI tanpa di sertai dengan minuman ataupun makanan lain. Usia dan juga saluran pencernaan bayi pada usia 0-6 bulan belum siap untuk menerima makanan tambahan, selain itu supaya tidak terjadi masalah gizi pada bayi bila di sertai dengan makanan tambahan. ASI saja dengan pemberian yang teratur sudah dapat memenuhi kebutuhan bayi usia 0-6 bulan dan masih tetap lanjut di berikan sampai bayi usia 24 bulan. Bayi mulai mendapatkan makanan pendamping setelah usia 6 bulan dengan bentuk dan jenis makanan yang di berikan secara bertahap, sesuai dengan usia (Sulistyoningsih,2015).

Tujuan pemberian makanan pendamping ASI adalah : Untuk melengkapi zat gizi ASI yang sudah berkurang, Mengembangkan kemampuan bayi untuk menerima bermacam-macam makanan dengan berbagai rasa dan bentuk, mengembangkan kemampuan bayi untuk mengunyah dan menelan, mencoba adaptasi terhadap makanan yang mengandung kadar energi tinggi (Maryunani,2016).

II. METODE

Metode kegiatan ini adalah dengan ceramah berarti suatu metode penyampaian pesan kesehatan secara lisan dan disertai dengan tanya-jawab dan tentunya pembagian leaflet kepada para ibu dan kemudian penyuluhan, evaluasi kegiatan yaitu pembagian kuesioner pre-posttest. Penyuluhan ini dilaksanakan di Puskesmas, 21 Desember 2022, yang menjadi sasaran dalam kegiatan ini adalah ibu yang memiliki anak berusia 0-6 bulan. Untuk kegiatan, yang pertama kami lakukan adalah dengan membagikan leaflet kepada responden lalu melakukan penyuluhan tentang pemberian makanan pendamping ASI yang baik dan benar. Sebelum proses penyuluhan, kami juga melakukan tanya jawab untuk melihat bagaimana pengetahuan ibu tentang makanan pendamping ASI (pretest). Setelah melakukan penyuluhan, kami membagikan kuesioner untuk melihat peningkatan pengetahuan ibu tentang makanan pendamping ASI setelah (posttest).

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan tentang makanan pendamping ASI yang dilakukan kepada ibu-ibu di Puskesmas, ternyata masih ada ibu yang belum mengetahui tahapan pemberian makanan pendamping ASI pada anak mereka. Dari pernyataan tersebut dapat kami ketahui bahwa pengetahuan ibu tentang makanan pendamping ASI masih sangat kurang. Karena itu dengan Pelaksanaan Penyuluhan Makanan Pendamping ASI kepada orang tua ini sangat bermanfaat dilakukan dengan model pemberian leaflet, memberikan kuesioner 10 soal tentang makanan pendamping ASI untuk anak usia 0-24 bulan. Dari proses Tanya jawab yang kami lakukan dengan beberapa ibu ternyata masih ada ibu yang belum mengetahui tahapan pemberian makanan pendamping ASI pada anak mereka. Dari pernyataan tersebut dapat kami ketahui bahwa pengetahuan ibu tentang makanan pendamping ASI masih sangat

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

kurang. Hal ini menunjukkan bahwa status gizi anak di puskesmas relatif cukup baik, namun demikian dapat pula dilihat masih sangat banyak anak yang berkategori tidak baik. Olehnya itu hal ini harus menjadi perhatian dari berbagai pihak terkait untuk meningkatkan status gizi anak di wilayah Kerja puskesmas

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan ini, melalui Penyuluhan tentang makanan pendamping ASI yang dilakukan kepada ibu-ibu di Puskesmas, dapat disimpulkan bahwa semua peserta mengalami peningkatan pengetahuan setelah diberikan penyuluhan MP ASI dan berkategori baik. Dapat dilihat dari hasil evaluasi berupa pengisian kuesioner. Diharapkan penyuluhan dapat dilakukan secara teratur dan lebih baik lagi untuk lebih meningkatkan pengetahuan tentang makanan pendamping ASI wilayah kerja puskesmas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam kegiatan penyuluhan ini dan kepada para ibu yang sudah mau menjadi responden dalam kegiatan penyuluhan. Kami ucapkan juga terima kasih kepada Bapak Kepala Puskesmas dan serta seluruh SDM yang ada di puskesmas bersama juga TIM pelaksana Pengabdian Masyarakat serta civitas akademik yang telah menyediakan fasilitas dan akomodasi yang sangat baik, sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Depkes RI, 2017. Pemantauan Status Gizi. Edisi 3. EGC Jakarta.
- Suharjo, 2015. Gizi dan Kesehatan Balita. Kencana Premadia Grup, Jakarta.
- Sulistyoningsih, Christhon 2015. Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak.. Graha Ilmu, Yogyakarta
- Maryunani, Anik. 2016. Ilmu Kesehatan Anak Dalam Kebidanan. Jakarta : CV. Trans Info Media.
- Siti Nurasiyah*, Khuzaifah (2020). Prodi Penyuluhan Makanan Pendamping ASI pada Ibu Bayi D-III Kebidanan Poso, Poltekkes Kemenkes Palu, Poso, Indonesia . *Jurnal Pengabdian Bidan Nasuhae*-ISSN: xxxx-xxxx dan p-ISSN: xxxx-xxxx Volume 1 Nomor 1, 2020, Halaman 16-19 DOI: 10.33860/jpbn.v1i1.315 Website: <http://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php/JPBN/Penerbit: Poltekkes Kemenkes Palu>