



Penyuluhan Pemberian Makanan Pendamping ASI Terhadap Terjadinya Konstipasi Pada Bayi Di Kelurahan Baru Ladang Bambu Kecamatan Medan Tuntungan

Rizky Bakara

Akademi Kebidanan Darmo Medan

Korespondensi penulis: kikibakara12@gmail.com

Abstract. *Community service on counseling for complementary feeding of breast milk to prevent constipation in infants in Baru Ladang Bambu Village, Medan Tuntungan District, in 2021 aims to provide education and understanding to mothers of infants in the area about the importance of proper complementary feeding patterns to prevent constipation in infants. Through counseling activities, the community service team conducts socialization on the necessary nutrition for infants during growth phases, balanced strategies for complementary feeding of breast milk, as well as signs and prevention of infant constipation. The counseling methods used include lectures, interactive discussions, and distribution of educational materials to mothers of infants. Evaluation is conducted to measure the understanding and behavioral changes of mothers in providing complementary feeding of breast milk. The results of community service show an increase in knowledge and awareness among mothers about the importance of proper complementary feeding patterns to reduce the risk of infant constipation. This community service is expected to provide significant benefits in improving infant health in Baru Ladang Bambu Village.*

Keywords: *Complementary Feeding, Infant Constipation, Health Counseling*

Abstrak. Pengabdian masyarakat tentang penyuluhan pemberian makanan pendamping ASI terhadap terjadinya konstipasi pada bayi di Kelurahan Baru Ladang Bambu Kecamatan Medan Tuntungan tahun 2021 bertujuan untuk memberikan edukasi dan pemahaman kepada ibu-ibu bayi di wilayah tersebut mengenai pentingnya pola pemberian makanan pendamping ASI yang tepat guna mencegah terjadinya konstipasi pada bayi. Melalui kegiatan penyuluhan, tim pengabdian masyarakat melakukan sosialisasi mengenai nutrisi yang diperlukan oleh bayi dalam fase pertumbuhan, strategi pemberian makanan pendamping ASI yang seimbang, serta tanda-tanda dan pencegahan konstipasi pada bayi. Metode penyuluhan yang digunakan meliputi ceramah, diskusi interaktif, dan distribusi materi edukatif kepada ibu-ibu bayi. Evaluasi dilakukan untuk mengukur pemahaman dan perubahan perilaku ibu-ibu dalam memberikan makanan pendamping ASI. Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan peningkatan pengetahuan dan kesadaran ibu-ibu bayi tentang pentingnya pola pemberian makanan pendamping ASI yang tepat guna mengurangi risiko terjadinya konstipasi pada bayi. Pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat memberikan manfaat yang signifikan dalam meningkatkan kesehatan bayi di Kelurahan Baru Ladang Bambu.

Kata kunci: MP-ASI, Konstipasi pada Bayi, Penyuluhan Kesehatan

LATAR BELAKANG

Departemen Kesehatan (2019) mengungkapkan rata-rata per tahun terdapat 401 bayi baru lahir di Indonesia meninggal dunia sebelum umurnya genap 1 tahun. Data bersumber dari survei terakhir pemerintah, yaitu dari Survei Demografi Kesehatan Indonesia 2020 (SDKI). Berdasarkan data BPS (2020), angka kematian balita per 1000 kelahiran hidup menurut umur ibu saat melahirkan pada tahun 2017 mayoritas pada umur 40-49 tahun (58%) dan pada umur <20 tahun (40%). Prevalensi Konstipasi di Indonesia sangat sedikit, di Bali pada anak usia 4-6 tahun di dapatkan prevalensi konstipasi adalah 15,1%, sedangkan pada anak di Kecamatan Padang Barat Kota Padang angka konstipasinya adalah 19,9% dengan perbandingan antara laki-laki dan perempuan adalah 1,2 : 1. (Kemenkes, 2020).

Menurut Brown (2011) dalam penelitian Amelia dan Bambang (2016), Konstipasi adalah kondisi dimana feses mengeras sehingga susah dikeluarkan melalui anus, dan menimbulkan rasa terganggu atau tidak nyaman pada rectum. Konstipasi terjadi pada semua lapisan usia, yang pada umumnya ditandai dengan frekuensi buang air besar yang rendah (kurang dari 3 kali dalam satu minggu). Konstipasi pada bayi terjadi karena feses yang tidak di keluarkan sehingga terjadi distensi feses, kemudian reflek atau keinginan defekasi tertekan, sehingga tidak ada keinginan defekasi, namun tetap terjadi absorpsi air dari feses, sehingga feses menjadi keras.

Menurut hasil survey Casilia M, Reverian, pakar gizi anak Institut Pertanian Bogor (IPB) bahwa penggunaan makanan pendamping ASI 49% bayi sebelum usia 4 bulan sudah diberi susu formula, 45,1% makanan cair selain susu formula serta 50% makanan padat, pemberian susu formula makanan pendamping ASI cair dan yang diberikan pada bayi kurang dari 4 bulan cenderung dengan intensitas dan frekuensi yang sangat tinggi sehingga dapat membahayakan dan berakibat kurang baik pada anak, serta bisa terjadi konstipasi atau sembelit (Zakiyah, 2012).

KAJIAN TEORITIS

Bayi yang diberi ASI mungkin mengalami BAB setiap selesai disusui atau hanya sekali dalam 7-10 hari (Eka, 2014). Konstipasi dapat terjadi karena pemberian MP-ASI yang terlalu dini. Usia optimal dimulainya MP-ASI berusia 6 bulan. Anjuran pemberian MP-ASI dapat dimulai saat bayi berusaha 4 – 6 bulan. Pemberian ASI Eksklusif selama 6 bulan memberikan banyak manfaat bagi bayi dan juga ibu (Mona, 2018).

METODE PENELITIAN

1. Pada tanggal 23 Oktober 2021 dilaksanakan pendataan peserta yang akan mengikuti kegiatan penyuluhan tentang konstipasi pada bayi, dan MP ASI kepada ibu yang memiliki bayi di atas 6 bulan
2. Acara pembukaan
3. Penyuluhan tentang konstipasi pada bayi, dan MP ASI kepada ibu yang memiliki bayi di atas 6 bulan, antara lain dengan melakukan:
 - a. Ceramah
 - b. Tanya Jawab
 - c. Diskusi

Selesai pemberian materi, akan dilakukan demonstrasi senam hamil pada ibu hamil, akan dilakukan pemeriksaan kehamilan gratis pada ibu hamil.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Khalayak Sasaran

Kegiatan ini sasarannya adalah ibu yang ada di Kelurahan Baru Ladang Bambu Kecamatan Medan Tuntungan guna untuk mengetahui konstipasi pada bayi, dan MP ASI.

B. Keterkaitan

Dalam melaksanakan kegiatan pengabdian ini bidang ilmu yang dianggap berkaitan meliputi asuhan kebidanan pada bayi bayu lahir

C. Metode Kegiatan

Adapun arah atau tujuan kegiatan ini dapat terlaksana dengan melakukan penyuluhan pada ibu hamil guna untuk mengetahui manfaat senam hamil untuk mengurangi nyeri punggung bawah pada ibu hamil selama kehamilan dilakukan di:

1. Tempat : Lingkungan V Kel. Baru Ladang Bambu
2. Tenaga : Dosen AKBID Darmo yang berjumlah 2 orang, 1 orang mahasiswa
3. Sasaran : ibu yang memiliki bayi diatas 6 bulan

D. Rencana Evaluasi

Dalam hal ini evaluasi yang dilakukan adalah evaluasi status pengetahuan pada perubahan perilaku (pengetahuan, sikap, dan tindakan) serta peningkatan derajat kesehatan pada ibu yang memiliki bayi diatas 6 bulan, peningkatan informasi kepada ibu tentang MP ASI dan konstipasi ditandai dengan tangisan, merengekkesakitan dan muka berubah menjadi merah sebelum defekasi.

1. Faktor Pendukung

- a. Antusias ibu yang memiliki bayi di atas 6 bulan yang cukup besar
- b. Pihak Kecamatan dalam hal ini Kelapa Kecamatan, Kepling yang menyediakan waktu dan tempat sehingga penyuluhan dapat berjalan dengan baik

2. Faktor penghambat

Kesadaran ibu akan pentingnya penyuluhan informasi tentang MP ASI dan konstipasi ditandai dengan tangisan, merengek kesakitan dan muka berubah menjadi merah sebelum defekasi yang kurang sehingga dalam proses kegiatan memerlukan usaha yang cukup besar untuk menarik minat ibu dan keluarga sehingga ibu mengetahui bahwa MP ASI berikan pada bayi di atas 6 bulan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Laporan kegiatan pelaksanaan pengabdian masyarakat dalam bentuk penyuluhan kepada ibu tentang MP ASI dan konstipasi ditandai dengan tangisan, merengek kesakitan dan muka berubah menjadi merah sebelum defekasi yang dilaksanakan di Kantor Lurah Kelurahan Baru Ladang Bambu yang dapat dikemukakan sebagai berikut:

1. Kegiatan terlaksana sesuai dengan tujuan dan rencana
2. Kegiatan ini mendapat sambutan yang baik dari pihak kecamatan
3. Kegiatan ini memberikan wacana baru bagi para ibu tentang informasi MP ASI dan konstipasi yang ditandai dengan tangisan, merengek kesakitan dan muka berubah menjadi merah sebelum defekasi.

Saran

1. Perlunya kegiatan seperti ini dapat dilanjutkan khususnya untuk para ibu yang memiliki bayinya 0-6 bulan atau bayi berusia diatas 6 bulan.

2. Hasil kegiatan masih perlu dikembangkan agar ibu memahami dan mengerti manfaat dari MP ASI kepada bayi

DAFTAR REFERENSI

- Ardinasari, Eiyta. 2016. *Buku Pintar Mencegah & Mengobati Penyakit Bayi & Anak*. Jakarta : Penerbit Bestari.
- Badan Pusat Statistik. 2020. *Kompilasi Data Indukubator Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (Sustainable Development Goals) di Indonesi*. bps.go.id
- Brown, J. E., Isaacs, J.S., Krinke, U.B., Lechtenberg, E., Murtaugh, M.A., Sharbaugh, C., Splett, P.L., Stang, J., Wooldridge, N.H. (2011). *Nutrition Through the Life Cycle*. 4th edition. USA: Wadsworth Cengage Learning
- Dyah, Amelia., dan Bambang Wirjatmaddi. 2016. *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Konstipasi Pada Lansia Di Kota Madiun*.
- Farida, Yayuk. 2021. *MP –ASI Tepat, Anak Sehat, Budget Hemat*. Indonesia: Elex Media Komputindo
- Kementerian Kesehatan RI. 2020. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.
- Mahmud. 2019. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Usia 6-12 Bulan Di Desa Ureng Kecamatan Leihtu Kabupaten Maluku Tengah*. Vol. 4 Issue 3. ISSN 2503-5088 (p) 2622-1055 (e)
- Mona, R. 2018. *Pintar ASI dan Menyusui*. Jakarta: noura books
- Noordiati. 2019. *Asuhan Kebidanan Neonatus, bayi, Balita dan Anak Pra Sekolah*. Malang: Wineka Media.
- Santosa, Zen. 2019. *Mengatasi Sakit Perut, Konstipasi, Dan Sembelit*. Yogyakarta. CV Alaf Media.
- Setyowati. 2017. *Asupan Gizi Seimbang Neonatus Dan Bayi*. Edisi 10. Jakarta: EGC LANGGA
- Wayam, Ni. 2017. *Asuhan Kebidanan neonatus, Bayi, Balita dan Anak Pra Sekolah*. Yogyakarta : ANDI.
- Zakiah. 2012. *Pengaruh Pengetahuan Ibu terhadap Pemberian MP-ASI pada Bayi usia 0-6 Bulan di puskesmas jangkar kabupaten situbondo tahun 2012*