

PEMBERDAYAAN ORANG TUA DALAM MEMAHAMI POLA ASUH DAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF DENGAN STATUS GIZI

Elvina Sari Sinaga¹, Pepriani Gea², Putri Salsabilla Wahyudi³, Rabiatul Adawiyah
Hasibuan⁴, Rahel Tambunan⁵

Program Studi Sarjana Kebidanan
Universitas Prima Indonesia Medan
Email: elvinasarisinaga@unprimdn.ac.id

ABSTRAK

ASI sangat penting peranannya bagi bayi dikarenakan ASI mampu memenuhi seluruh kebutuhan energi dan zat gizi bayi secara sempurna (0-6 bulan), merupakan makanan bayi yang paling sempurna, berisi zat kekebalan tubuh. Zat Gizi adalah salah satu yang terpenting dalam siklus hidup manusia yang dimulai sejak dalam rahim hingga lansia. Kurangnya zat gizi dapat diartikan sebagai suatu proses kekurangan asupan makanan ketika kebutuhan normal terhadap satu atau beberapa zat gizi tidak terpenuhi. Tujuan penelitian ini untuk memahami pola asuh dan pemberian ASI eksklusif dengan status gizi. Metode yang digunakan dalam kegiatan serangkaian tahap antara lain dengan penyuluhan/ edukasi. Memberikan materi berupa pola asuh dan pemberian ASI eksklusif. Hasil yang dicapai setelah mengikuti pemberdayaan dan diskusi masyarakat Kelurahan Helvetia memahami pola asuh dan pemberian ASI eksklusif dengan status gizi.

Kata Kunci: bayi, ASI eksklusif, zat gizi,

Breast milk plays a very important role for babies because breast milk is able to fulfill all the energy and nutritional needs of babies (0-6 months), is the most perfect baby food, contains immune substances. Nutrients are one of the most important things in the human life cycle, which starts from the womb until the elderly. Lack of nutrients can be interpreted as a process of insufficient food intake when the normal needs for one or several nutrients are not met. The aim of this research is to understand parenting patterns and exclusive breastfeeding with nutritional status. The methods used in the series of activities include counseling/education. Providing material in the form of parenting patterns and exclusive breastfeeding. The results achieved after participating in community empowerment and discussions in Helvetia Village understood parenting patterns and exclusive breastfeeding with nutritional status.

Keywords: babies, exclusive breast milk, nutrients

PENDAHULUAN

Pemberian ASI eksklusif pada bayi hingga berusia 6 bulan merupakan hak bagi semua bayi. Berbagai penelitian yang telah dilakukan semuanya menunjukkan bahwa ASI memiliki peran yang sangat besar dalam membantu pertumbuhan dan perkembangan bayi secara optimal. pola asuh yang baik akan menunjang status gizi anak. Sebab, ibu akan memperhatikan asuhan anaknya terutama asupan nutrisi yang

diberikan. Kekurangan status gizi pada anak disebabkan oleh kurangnya pengetahuan orangtua tentang pola asuh yang baik dan benar terutama pada asupan nutrisi yang baik dan sesuai dengan usia anak (Elisa, 2017).

Status gizi adalah ekspresi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu atau perwujudan nutrisi dalam bentuk variabel tertentu. Status gizi merupakan bukti seberapa jauh perhatian manusia terhadap kecukupan gizi

bagi tubuh. Status gizi adalah keadaan yang diakibatkan oleh konsumsi, penyerapan dan penggunaan makanan. Status gizi adalah tingkat keadaan gizi; misalnya gizi lebih, gizi baik, gizi kurang dan gizi buruk seseorang yang dinyatakan menurut jenis dan beratnya keadaan gizi. Status gizi yang optimal merupakan keseimbangan antara asupan dan kebutuhan zat gizi. Dengan demikian, asupan zat gizi memengaruhi status gizi seseorang. Selain asupan zat gizi, infeksi juga ikut memengaruhi status gizi (Wirjatmadi, 2014).

Cara memantau pertumbuhan anak maka salah satu cara yang dilakukan adalah dengan mengetahui status gizi anak. Status gizi dan perkembangan anak merupakan indikator keberhasilan dalam pokok-pokok pembangunan Indonesia Sehat 2015. Di Indonesia, jumlah Bayi pada tahun 2017 mencapai 4.746.438 jiwa sehingga gangguan pertumbuhan yang berkaitan dengan status gizi dan perkembangan anak akan berpengaruh terhadap masa depan anak sehingga sulit bersaing secara global. Cara penilaian/pengukuran gizi yang paling sering dilakukan di masyarakat adalah antropometri gizi. Dalam program gizi masyarakat, pemantauan status gizi anak balita menggunakan metode antropometri sebagai cara untuk menilai status gizi (Dewa, 2013).

Faktor penyebab status gizi yaitu faktor gizi eksternal yaitu berupa daya beli keluarga, latar belakang sosial budaya termasuk didalamnya meliputi pola asuh, Pola asuh balita yang tidak memadai dapat menyebabkan anak tidak suka

makan, atau tidak diberikan makanan seimbang, dan juga mudah terkena infeksi yang kemudian berpengaruh terhadap status gizi anak.

Pada dasarnya masalah gizi yang terjadi masyarakat diakibatkan oleh pemberian ASI eksklusif yang belum terlaksana dengan baik. Pemberian ASI eksklusif pada bayi hingga berusia 6 bulan merupakan hak bagi semua bayi. Berbagai penelitian yang telah dilakukan semuanya menunjukkan bahwa ASI memiliki peran yang sangat besar dalam membantu pertumbuhan dan perkembangan bayi secara optimal. Depkes RI, 2007 dan Kemenkes RI, 2014 menuliskan bahwa beberapa hal yang menunjukkan bahwa ASI sangat penting peranannya bagi bayi dikarenakan ASI mampu memenuhi seluruh kebutuhan energi dan zat gizi bayi secara sempurna (0-6 bulan), merupakan makanan bayi yang paling sempurna, berisi zat kekebalan tubuh yang mampu melindungi bayi dari penyakit seperti diare dan infeksi saluran nafas, dapat dikonsumsi kapan saja dengan suhu yang tepat untuk bayi, seluruh zat gizinya dapat diserap dengan baik, dan bayi mendapatkan manfaat dari kolostrum yang dapat membantu mematangkan organ usus bayi (Citerawati, 2016).

METODE

Pengabdian masyarakat ini yaitu melakukan kegiatan tentang pentingnya pemahaman pola asuh dan pemberian ASI Eksklusif, dengan status gizi bayi atau balita. Adapun hasil perkembangan kegiatan yang telah dicapai yaitu:

1) Bidan memberikan dukungan pada orang tua dalam memahami pola asuh dan pemberian ASI eksklusif dengan status gizi dengan menyampaikan informasi-informasi yang mudah dimengerti oleh ibu, 2) Selain memberikan dukungan para bidan juga berperan serta dalam pemberian nasehat praktis untuk orang tua memahami pola asuh dan pemberian ASI eksklusif dengan status gizi agar mereka lebih bersemangat lagi dalam meningkatkan pemahaman pola asuh dan pemberian ASI eksklusif dengan status gizi sang anak yang lebih baik, 3) Reward bagi ibu yang mampu memahami pola asuh dan pemberian ASI eksklusif dengan status gizi, 4) Memberikan reward bagi ibu yang telah mampu melakukan pola asuh dan pemberian ASI eksklusif bagi bayi atau balita dalam meningkatkan status gizi anak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan secaraHubungan pola asuh dan pengetahuan gizi ibu dengan status gizi dan kesehatan anak balita, dapat diketahui bahwa sebagian besar pola asuh makan dan kesehatan yang diterapkan oleh ibu termasuk ke dalam kategori baik. Hal ini disebabkan oleh sebagian besar ibu anak balita adalah tidak bekerja atau sebagai ibu rumah tangga. Ibu yang tidak bekerja cenderung dapat memaksimalkan waktunya untuk merawat dan memperhatikan keluarga. Selain itu, sebagian besar ibu pernah mendapatkan informasi kesehatan karena sering datang ke posyandu (Kusumaputra, 2015).

Asuhan anak atau interaksi ibu dan anak terlihat erat sebagai indikator kualitas dan kuantitas peranan ibu dalam mengasuh anak. Enam indikator pola asuh menurut Engel, yaitu perawatan dan perlindungan ibu untuk anaknya, praktik menyusui dan pemberian MP-ASI, pengasuhan psikososial, penyiapan dan penyimpanan makanan, kebersihan diri dan sanitasi lingkungan, praktik kesehatan di rumah dan pola pencarian pelayanan kesehatan (Julaeha, 2012).

Ibu yang memiliki sikap yang baik tentunya akan memperhatikan segala kebutuhan anaknya, mulai dari perawatan sejak bayi, pemenuhan gizi yang akan menunjang kesehatan anaknya ketika kelak beranjak dewasa, memastikan anaknya mendapatkan kasih sayang yang berlimpah dari kedua orangtuanya terutama ibunya hingga melindungi anaknya dari berbagai hal yang membahayakan anaknya apalagi jika ibu hanya seorang ibu rumah tangga tentunya lebih banyak menghabiskan waktu bersama anak di rumah sehingga anak akan diperhatikan dan terpenuhi semua kebutuhannya (Elisa, 2017).

ASI sangat penting peranannya bagi bayi dikarenakan ASI mampu memenuhi seluruh kebutuhan energi dan zat gizi bayi secara sempurna (0-6 bulan), merupakan makanan bayi yang paling sempurna, berisi zat kekebalan tubuh yang mampu melindungi bayi dari penyakit seperti diare dan infeksi saluran nafas, dapat dikonsumsi kapan saja dengan suhu yang tepat untuk bayi, seluruh zat gizinya dapat diserap dengan baik, dan bayi mendapatkan

manfaat dari kolostrum yang dapat membantu mematangkan organ usus bayi (Citerawat, 2016).

Gizi kurang dan gizi buruk berdampak serius terhadap kualitas generasi mendatang. Anak yang mengalami gizi kurang akan mengalami gangguan pertumbuhan fisik, mempunyai tinggi badan lebih pendek, lalu mengalami gangguan perkembangan mental dan kecerdasan terhambat, anak akan mempunyai IQ lebih rendah, daya tahan tubuh anak menurun sehingga mudah terserang penyakit infeksi, yang semakin memperburuk keadaan gizi sampai mengancam kematian (Proverawati. 2010).

Pemberian ASI eksklusif yang masih belum terlaksana dengan baik dipengaruhi oleh banyaknya ibu yang kurang mengerti tentang penanganan yang harus dilakukan jika menemukan masalah dalam menyusui seperti ASI tidak keluar segera setelah bayi lahir, ASI kurang lancar yang diakibatkan oleh kurangnya asupan nutrisi ibu, bayi yang terus-menerus rewel meski sudah disusui yang terjadi akibat teknik menyusui yang salah, ibu yang tidak bisa menyusui bayinya karena harus bekerja padahal bisa diatasi dengan cara memerah ASI sebelum bekerja dan masih banyak masalah lainnya termasuk masalah budaya mempengaruhi gagalnya pemberian ASI secara eksklusif seperti pemberian madu kepada bayi baru lahir, bayi harus tetap diberi makanan tambahan lain karena ASI saja dianggap tidak akan membuat bayi kenyang dan lain sebagainya (Tarnoto, 2014).

KESIMPULAN DAN SARAN

Pola asuh dan pengetahuan gizi ibu dengan status gizi dan kesehatan anak balita, dapat diketahui bahwa sebagian besar pola asuh makan dan kesehatan yang diterapkan oleh ibu termasuk ke dalam kategori baik. hal ini disebabkan oleh sebagian besar ibu anak balita adalah tidak bekerja atau sebagai ibu rumah tangga. asi sangat penting peranannya bagi bayi dikarenakan asi mampu memenuhi seluruh kebutuhan energi dan zat gizi bayi secara sempurna (0-6 bulan), merupakan makanan bayi yang paling sempurna, berisi zat kekebalan tubuh yang mampu melindungi bayi dari penyakit seperti diare dan infeksi saluran nafas, dapat dikonsumsi kapan saja dengan suhu yang tepat untuk bayi, seluruh zat gizinya dapat diserap dengan baik, dan bayi mendapatkan manfaat dari kolostrum yang dapat membantu mematangkan organ usus bayi.

DAFTAR PUSTAKA

- Elisa. (2017). *Psikologi keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru.
- Citerawati, Y. W. (2016). *Makanan pendamping ASI*. 1 st ed. Yogyakarta: Trans Medika.
- Julaeha S. (2012). *Gambaran pola asuh makan pada anak usia dua tahun gizi kurang di Wilayah Kerja Puskesmas Sukamulya Kabupaten Tangerang*.
- Kusumaputra R, P. (2015). *Hubungan pola asuh dan pengetahuan gizi ibu dengan status gizi dan kesehatan anak balita*.
- Proverawati, Atikah. 2010. *Obesitas dan Gangguan Perilaku Makan pada Remaja*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Siregar, E. E., Siagian, A, & Ardiani F. (2017). *Gambaran pola asuh dan status gizi balita pada ibu yang menikah di usia dini di Desa*

- Seberaya Kecamatan Tiga Panah Kabupaten Karo Provinsi Sumatera Utara. Tesis.*
- Supariasa, I. D. N. (2013). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC.
- Tarnoto, T. (2014). *Hubungan pola asuh dengan status gizi pada anak usia 6- 24 bulan di Posyandu Desa Timbulharjo Sewon Bantul Tahun 2014*. Skripsi Stikes Aisisiyah.