

HUBUNGAN PEMBERIAN MAKANAN PENDAMPING DINI DENGAN KONSTIPASI PADA BAYI USIA DI BAWAH 6 BULAN

Relationship Of Early Complementary Feeding With Constipation In Infants Under 6 Months Of Age

Ika Agustina¹

¹Program Studi S1 Kebidanan STIKes Patria Husada Blitar

Alamat Korespondensi : Prodi S1 Kebidanan STIKes Patria Husada Blitar

Jl. Sudanco Supriyadi No. 168, Kota Blitar, Jawa Timur – Indonesia

Email : ikapatria45@gmail.com

ABSTRAK

ASI diberikan mulai 0 sampai bayi usia 6 bulan yang kita kenal dengan ASI eksklusif. Selanjutnya setelah usia 6 bulan bayi diberikan MPASI. Maka dari itu bayi berusia 6 bulan ke atas diperbolehkan konsumsi makanan pendamping ASI. Untuk makanan pendamping ini dalam memberikannya juga pelan-pelan mulai dari bentuk makanan, jenis makanan, dan frekuensi pemberian dalam sehari itu juga disesuaikan dengan usia bayi. Memberikan makanan pendamping terlalu dini pada bayi dapat mengakibatkan gangguan pencernaan seperti diare, konstipasi, muntah dan alergi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pemberian makanan pendamping ASI dengan kejadian konstipasi pada bayi dibawah usia 6 bulan. Desain penelitian adalah *cross sectional*. Populasi dari penelitian ini adalah ibu yang mempunyai anak bayi di desa Talok, Garum Kabupaten Blitar. Teknik sampling yang digunakan adalah *total sampling*. Jumlah sampel adalah 20 ibu yang mempunyai anak bayi dibawah 6 bulan. Uji statistik yang digunakan adalah uji *Chi-Square*. Hasil penelitian ini dari hasil uji statistik *chi square* diperoleh bahwa p dari kedua variabel yaitu $p = 0,013$ (lebih kecil 0,05) untuk itu dapat disimpulkan bahwa ada hubungan pemberian makanan pendamping dini dengan konstipasi pada bayi usia di bawah 6 bulan. Diharapkan pada ibu yang mempunyai bayi dibawah 6 bulan dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya ASI eksklusif dan memberikan makanan pendamping dini sesuai usia bayi.

Kata kunci : ASI, Konstipasi, Makanan Pendamping

ABSTRACT

Breastfeeding is given from 0 to 6 months of age, which is known as exclusive breastfeeding. Furthermore, after the age of 6 months, the baby is given MPASI. Therefore, infants aged 6 months and over are allowed to consume complementary foods with breast milk. For this complementary food, in giving it also slowly starting from the form of food, the type of food, and the frequency of giving in a day, it is also adjusted to the baby's age. Giving complementary foods too early in infants can cause digestive disorders such as diarrhea, constipation, vomiting and allergies. The purpose of this study was to determine the relationship between complementary feeding and the incidence of constipation in infants under 6 months of age. The research design was cross sectional. The population of this research is mothers who have babies in Talok village, Garum, Blitar Regency. The sampling technique used is total sampling. The number of samples is 20 mothers who have babies under 6 months. The statistical test used is the Chi-Square test. The results of this study from the results of the chi square statistical test, it was found that of the two variables, namely = 0.013 (smaller 0.05) for that it can be concluded that there is a relationship between early complementary feeding and constipation in infants under 6 months of age. It is hoped that mothers who have babies under 6 months can increase awareness of the importance of exclusive breastfeeding and provide early complementary foods according to the baby's age.

Keywords: Breast milk, Constipation, Complementary foods



PENDAHULUAN

Air susu ibu (ASI) merupakan makanan utama bayi dan makanan yang terbaik bagi bayi. Kualitas dan kuantitas zat gizi dalam ASI sangat bermanfaat untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. ASI diberikan mulai 0 sampai bayi usia 6 bulan yang kita kenal dengan ASI eksklusif. Selanjutnya setelah usia 6 bulan bayi diberikan MPASI (Yeyeh & Lia, 2012).

Makanan pendamping ASI yaitu berupa makanan dan minuman yang dikonsumsi oleh bayi usia 6 – 24 bulan yang bermanfaat untuk memenuhi gizi bayi tersebut. WHO dengan Kementerian Kesehatan dan organisasi IDAI (Ikatan Dokter Anak Indonesia) menerangkan bayi lahir sampai usia 6 bulan hanya boleh mengonsumsi ASI saja. Maka dari itu bayi berusia 6 bulan ke atas diperbolehkan konsumsi makanan pendamping ASI (Riksani, 2012). Untuk makanan pendamping ini dalam memberikannya juga pelan-pelan mulai dari bentuk makanan, jenis makanan, dan frekuensi pemberian dalam sehari itu juga disesuaikan dengan usia bayi.

Memberikan makanan pendamping terlalu dini pada bayi dapat mengakibatkan gangguan pencernaan seperti diare, muntah dan alergi dan pemberian MPASI ini juga berpengaruh pada tingkat kecerdasan pada usia dewasa anak tersebut. Pemberian makanan pendamping ASI ini juga dapat menyebabkan konstipasi pada bayi (Nadesul, 2011).

Konstipasi merupakan defeksi yang lebih dari tiga hari sekali. Konsistensi fases

dan frekuensi BAB dapat berbeda-beda pada anak normal. Bayi yang hanya diberikan ASI kemungkinan mengalami BAB setiap selesai disusui, sedangkan bayi yang diberikan susu formula lebih besar kemungkinan mengalami BAB setiap 2-3 hari. Diagnosis konstipasi ditegakkan berdasarkan temuan fases dengan karakter kering, keras bukan berdasarkan frekuensi (Yuliasti, 2014).

Menurut penelitian yang dilakukan Dwi dan Zumrotun tahun 2012 hasil dari gangguan pencernaan terjadi dari total 60 bayi didapatkan bayi sehat 30 (50%), bayi dengan diare ada 11 (18,3%), dengan muntah ada 15 (25%) dan bayi mengalami konstipasi sebanyak 10 (16,7 %). Dihasilkan nilai p value (0,0000) < 0,05 dan nilai X^2 hitung (48,889) > X^2 tabel (7,815) sehingga ada hubungan yang signifikan antara pemberianmakanan tambahan usia dini dengan kejadian gangguan sistem pencernaan.

Dari hasil survei yang dilakukan di Talok Garum terdapat 10 bayi usia dibawah 6 bulan, dengan 5 bayi sudah mengonsumsi makanan pendamping ASI. Makanan pendamping yang dikonsumsi yaitu buah pisang dan biskuit. Berdasarkan keterangan yang disampaikan ibu anaknya sering rewel karena kurang kenyang kalau hanya konsumsi ASI saja sehingga ibu menambahkan makanan pendamping, agar bayi merasa kenyang dan tidak rewel lagi.

Pemberian makanan pendamping secara dini sebenarnya akan berdampak yang tidak baik bagi bayi, dikarenakan sistem pencernaan bayi belum siap menerima karena



bayi masih di bawah 6 bulan. dari hasil survei peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul hubungan pemberian makanan pendamping dini dengan konstipasi pada bayi usia di bawah 6 bulan.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah survey analitik. Desain penelitian ini menggunakan *cross sectional* yaitu jenis penelitian dengan menekankan pada waktu pengukuran atau observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali pada satu saat. Populasi pada penelitian ini adalah 20 ibu yang mempunyai anak usia di bawah 6 bulan di desa Talok Garum. Teknik sampling yang dipakai dalam penelitian ini adalah total sampling. Sampel pada penelitian ini adalah ibu yang mempunyai anak usia di bawah 6 bulan sebanyak 20 orang. Variabel independen dalam penelitian ini adalah pemberian makanan pendamping dini dan variabel dependen adalah konstipasi pada bayi usia dibawah 6 bulan. Instrumen pada penelitian ini adalah kuisioner. Uji statistik yang digunakan adalah Uji Statistik *Chi-Square* dengan bantuan SPSS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berikut adalah paparan karakteristik responden penelitian:

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan usia ibu

No	Usia	f	%
1.	19-25 tahun	8	40%
2.	26-30 tahun	12	60%
Jumlah		20	100%

Berdasarkan tabel diatas usia ibu paling banyak adalah usia 26-30 tahun sebanyak 12 responden.

Tabel 2. Karakteristik responden berdasarkan usia bayi

No	Usia	f	%
1.	1 – 3 bulan	5	25%
2.	4 – 6 bulan	15	75%
Jumlah		20	100%

Berdasarkan tabel diatas usia bayi paling banyak adalah 4-6 bulan sebanyak 15 responden.

Tabel 3. Karakteristik responden berdasarkan anak ke-

No	Anak ke-	f	%
1.	1	9	45%
2.	2	2	10%
3.	3	9	45%
Jumlah		20	100%

Berdasarkan tabel diatas anak ke-paling banyak adalah anak ke-1 sebanyak 9 responden.

Tabel 4. Karakteristik responden berdasarkan pendidikan

No	Pendidikan	f	%
1.	SD	2	10%
2.	SMP	5	25%
3.	SMU	9	45%
4.	Akademi/ PT	4	20%
Jumlah		20	100%

Berdasarkan tabel diatas pendidikan paling banyak adalah SMU sebanyak 9 responden.

Tabel 5. Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan

No	Pekerjaan	f	%
1.	IRT	11	55%
2.	Petani	3	15%
3.	Swasta	5	25%
4.	ASN	1	5%
Jumlah		20	100%



Berdasarkan tabel diatas pekerjaan paling banyak adalah IRT sebanyak 11 responden.

Tabel 6. Karakteristik responden berdasarkan makanan yang diberikan

No	Makanan	F	%
1.	ASI saja	4	20%
2.	MP Dini	16	80%
Jumlah		20	100%

Berdasarkan tabel diatas paling banyak adalah MP dini sebanyak 16 responden.

Tabel 7. Karakteristik responden berdasarkan kejadian konstipasi

No	Kejadian	f	%
1.	Tidak konstipasi	9	45%
2.	Konstipasi	11	55%
Jumlah		20	100%

Berdasarkan tabel diatas kejadian konstipasi paling banyak adalah terjadi konstipasi sebanyak 11 responden.

Tabel 8. Tabulasi silang pemberian MP-Dini dengan konstipasi pada bayi usia di bawah 6 bulan

	Konstipasi	f	Tidak konstipasi	f	Total
ASI saja	0	0%	4	20%	4
MP dini	11	55%	5	25%	16
Total	11	55%	9	45%	20

Berdasarkan tabel 8 diatas terjadi konstipasi pada responden yang diberikan makanan pendamping dini sebanyak 11 bayi (55%), untuk bayi tidak konstipasi sebanyak 5 bayi (25%).

Pembahasan

Pemberian Makanan Pendamping Dini

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di desa Talok Garum bulan

Agustus Tahun 2015 menunjukkan hampir seluruhnya yaitu 16 bayi (80%) didapatkan sudah mengkonsumsi makanan pendamping dini menurut ibu bayinya sering rewel karena kurang kenyang kalau konsumsi ASI saja. Menurut Zakiyah (2012) pemberian susu formula sebagai makanan pendamping ASI cair yang diberikan pada bayi kurang 4 bulan dengan intensitas dan frekuensi yang tinggi dapat mengakibatkan kejadian konstipasi.

MP-ASI atau makanan pendamping dini adalah makanan pendamping tidak digunakan sebagai pengganti ASI tetapi disini dimaksudkan adalah makanan pokok bayi yaitu ASI sedangkan MP-ASI atau makanan pendamping dini yang berguna sebagai makanan bayi untuk sarana memulai belajar makan tetapi ASI juga tetap diberikan. Dalam memberikan makanan pendamping dini yang belum waktunya akan mengakibatkan produksi ASI ibu berkurang karena tergantikan makanan lain, dengan demikian semakin banyak makanan masuk maka ASI yang dikonsumsi berkurang sehingga sedikit pula produksi ASI. Berkurangnya ASI karena konsumsi makanan mengakibatkan kebutuhan nutrisi tidak terpenuhi dengan baik, padahal ASI 100% mencukupi kebutuhan bayi usia di bawah 6 bulan, sedangkan makanan pendamping dini tidak bisa menggantikan kandungan-kandungan dari ASI (Tim Admin HHBF, 2015). Makanan pendamping dini mulai diberikan ketika anak berusia 6 bulan. Usia 6-8 bulan berupa makanan lumat/ makanan seperti buah, sayur, susu yang dihaluskan, setelah diberikan makanan lumat



sampai usia 12 bulan diberikan makanan kental dan padat, dan usia di atas 12 bulan diberikan makanan sesuai dengan makanan keluarga asal tidak pedas (Jafar, 2012).

Konstipasi pada bayi usia di bawah 6 bulan

Hasil dari penelitian didapatkan kejadian konstipasi sebanyak (55%) ada 11 bayi, sedangkan tidak terjadi konstipasi sebanyak (45%) ada 9 bayi. Menurut Nadesul, 2011 pemberian makanan pendamping dini atau MP-ASI pada bayi menyebabkan gangguan pencernaan pada bayi seperti diare, konstipasi, muntah dan alergi.

Menurut karakteristik responden didapatkan bahwa responden dengan jumlah anak yang masih pertama 9 bayi dan anak ketiga adalah 9 bayi. Untuk ibu yang masih punya anak pertama, ibu masih belum punya pengalaman dalam memberikan ASI eksklusif, dan lingkungan keluarga atau kebiasaan ibu di keluarga yang menganjurkan untuk memberikan pengaruh dalam pemberian ASI. Kebutuhan makan bayi makin lama makin bertambah sehingga ibu dan keluarga menambahkan makanan pendamping dini agar bayi kenyang. Sedangkan untuk ibu yang sudah mempunyai anak tiga, karena pengalaman dari ibu sebelumnya menurut ibu anak yang pertama dan kedua dulu ASI saja kurang cukup jadi ibu menambahkan makanan pendamping dini sebelum usia anaknya 6 bulan, agar anaknya tidak rewel karena masih kurang makanan yang dikonsumsi. Disini

dijelaskan bahwa secara teoritis diketahui untuk pemberian MP-ASI atau makanan pendamping dini pada anak dapat menyebabkan gangguan pencernaan seperti diare, konstipasi, muntah dan alergi (Widyastuti, 2011). Hasil penelitian Warini (2014) diketahui bahwa makanan pendamping dini diberikan pada bayi usia 4-6 bulan bahwa 24 responden mengalami konstipasi.

Hubungan Pemberian Makanan Pendamping Dini Dengan Konstipasi Pada Bayi Usia di Bawah 6 Bulan

Dari hasil penelitian diperoleh bayi yang sudah mengonsumsi makanan pendamping dini atau MP-ASI sebanyak 16 bayi (80%), yang hanya mengonsumsi ASI saja sebanyak 4 bayi (20%). Kemudian terjadi konstipasi sebanyak 11 bayi (55%) dan tidak terjadi konstipasi sebanyak 9 bayi (45%). Dari hasil uji statistik *chi square* diperoleh bahwa p dari kedua variabel yaitu $p = 0,013$ (lebih kecil 0,05) untuk itu dapat disimpulkan bahwa ada hubungan pemberian makanan pendamping dini dengan konstipasi pada bayi usia di bawah 6 bulan.

Makanan pendamping ASI (MPASI) merupakan makanan atau minuman dengan kandungan gizi yang bagus untuk memenuhi kebutuhan gizi pada bayi. Makanan pendamping dini atau MP-ASI diberikan mulai usia 6 sampai 24 bulan. Dengan bertambahnya usia anak maka kebutuhan anak juga semakin bertambah karena ASI yang diproduksi juga berkurang sehingga makanan pendamping dini perlu diberikan



pada bayi untuk memenuhi kebutuhan gizinya (Molika, 2014).

Resiko pemberian makanan pendamping dini atau MP-ASI secara dini salah satunya adalah terjadi gangguan pada pencernaan. Makanan sulit dicerna pada sistem pencernaan bayi karena sistem pencernaan yang belum matang sehingga bisa mengakibatkan perutnya kembung, mual, konstipasi dan lain-lain. Kemudian pada sistem pencernaan bayi juga belum bisa mencerna protein dengan sempurna, dijelaskan juga bahwa enzim amilase sebelum usia 6 bulan belum mencapai jumlah yang cukup untuk mencerna kandungan tepung atau pati, sedangkan jumlah liase (enzim untuk mencerna lemak) juga belum matang (Tim Admin HHBF, 2015).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan Wulan NJ dan Sulistiani (2014) bahwa dari 39 responden, diketahui bahwa responden yang diberikan MP-ASI sebanyak 21 bayi (53,8%) yaitu terdiri dari 17 bayi (43,6%) mengalami konstipasi dan 4 bayi (10,3%) tidak mengalami konstipasi. Sedangkan pada responden yang mendapat ASI Eksklusif sebanyak 18 (46,2%) dimana 13 responden (33,3%) tidak mengalami konstipasi dan 5 responden (12,8%) mengalami konstipasi. Ditunjukkan dari X^2 hitung $\geq X^2$ tabel ($9,088 \geq 3,481$) maka hipotesis nol ditolak yang artinya ada hubungan pemberian makanan pendamping dini dengan kejadian konstipasi pada bayi dibawah umur 6 bulan dengan X^2 hitung $\geq X^2$ tabel ($9,088 \geq 3,481$).

Diperkuat lagi dengan penelitian Warini E (2014) tentang hubungan pemberian MP-ASI dini dengan kejadian konstipasi pada bayi umur 4-6 bulan. Penelitian ini dianalisis menggunakan uji *Chi Square* dengan hasil bahwa 23 responden (46,9%) diberikan MP-ASI dan 24 responden (49%) mengalami konstipasi yang ditunjukkan dengan $\rho = 0,000$ ($\rho < 0,05$).

Dengan demikian bayi hanya membutuhkan ASI saja pada usia 0 – 6 bulan karena pada ASI mengandung faktor imunitas yang bagus sehingga bayi mendapatkan kekebalan tubuh. Bayi jangan diberikan makanan pendamping dini karena sistem pencernaan bayi belum siap, bayi siap diberikan makan pendamping dini pada umur 6 – 9 bulan, dengan belum siapnya sistem pencernaan akan mengakibatkan gangguan pencernaan pada bayi.

PENUTUP

Kesimpulan

1. Sebagian besar responden (55%) mengalami konstipasi setelah diberikan makanan pendamping ASI dini
2. Ada hubungan antara pemberian makanan pendamping ASI dengan konstipasi pada bayi usia dibawah 6 bulan dengan nilai $\rho = 0,013$

Saran

Petugas kesehatan khususnya bidan diharapkan selalu memberikan pendidikan kesehatan tentang waktu pemberian makanan pendamping dini yang tepat yang sebaiknya dilaksanakan saat posyandu bagi ibu yang mempunyai anak dibawah 6 bulan.



Diharapkan juga khususnya pada ibu yang mempunyai bayi dibawah 6 bulan dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya ASI eksklusif pada bayinya dan memberikan makanan pendamping dini sesuai usia bayi. Pada peneliti selanjutnya sebaiknya pengambilan sampel lebih banyak dan sebaiknya tidak hanya menggunakan kuesioner, tetapi dapat menggunakan wawancara langsung sehingga jawaban lebih akurat.

Yeyeh AI dan Lia Y. 2012. Asuhan Neonatus Bayi Dan Anak Balita. Jakarta: Trans Info Media.

Zakiah. 2012. Pengaruh Pengetahuan Ibu terhadap Pemberian MP-ASI pada Bayi usia 0 – 6 Bulan di puskesmas jangkar kabupaten situbondo tahun 2012

DAFTAR PUSTAKA

- Dwi, WD dan Zumrotun. 2012. Hubungan Pemberian Makanan Tambahan Usia Dini Dengan Kejadian Gangguan Sistem Pencernaan Pada Bayi Usia 0-6 Bulan Di Puskesmas Bangsri Kecamatan Jepara.
- Jafar, N dkk., 2012. Modul Modul Pelatihan Edukasi Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI)
- Molika, E. 2014. Variasi Resep Makanan Bayi. Jakarta: Kunci Aksara.
- Nadesul, H. (2011). Makanan Sehat Untuk Bayi. Jakarta: Puspa Swara.
- Riksani, R. (2012) Variasi Olahan Makanan Pendamping ASI. Jakarta Timur: Dunia Kreasi.
- Tim Admin HHBF. 2015. Mini Ensiklopedia MP-ASI Sehat. Jakarta: Panda Media.
- Widyastuti, D. (2011). Panduan Perkembangan Anak 0-1 tahun. Jakarta: Puspa Swara.
- Wulan NJ Dan Sulistiani A. 2014. Hubungan Pemberian Makanan Pendamping Asi (Mp Asi) Dini Dengan Kejadian Konstipasi Pada Bayi Dibawah Umur 6 Bulan. Jurnal Kebidanan, Vol. VI, No. 01. Akademi Kebidanan Estu Utomo Boyolali.
- Warini E. 2014. Hubungan Antara Pemberian Makanan Pendamping Asi (Mp-Asi) Dini Dengan Kejadian Konstipasi Pada Bayi Umur 4-6 Bulan. Fakultas Kedokteran Program D IV Bidan.

