

PENINGKATAN PENGETAHUAN PEMBERIAN MAKANAN PENDAMPING (MP) ASI DALAM PENCEGAHAN GIZI BURUK PADA BALITA

Yesvi Zulfiana¹⁾, Nurul Fatmawati¹⁾, Yopi Suryatim Pratiwi¹⁾, Irni Setyawati¹⁾, Siskha Maya Herlina¹⁾

¹⁾Prodi Kebidanan Program Sarjana STIKES Yarsi Mataram, Mataram, NTB, Indonesia

Corresponding author : Yesvi Zulfiana

E-mail : yesvizulfiana@gmail.com

Diterima 28 April 2023, Direvisi 23 Mei 2023, Disetujui 24 Mei 2023

ABSTRAK

Masa bayi sering dipandang sebagai masa yang membutuhkan peran orang tua untuk menyatukan tumbuh kembang anak. Dalam laporan RISKESDAS 2018 balita gizi kurang di Indonesia tercatat sebesar 17.7% masih dibawah taret RJPMN yaitu 17%. Masalah tersebut muncul bukan hanya karena kekurangan pangan namun bisa dari faktor lain seperti pemberian MP-ASI yang tidak adekuat tidak sesuai dengan kebutuhan gizi yang ada diusianya dan penyapihan dini. Tidak banyak ibu yang mengetahui cara pemberian gizi seimbang melalui MP-ASI, sehingga berdampak pada masalah pemenuhan gizi pada balita yang dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak. Tujuan dari pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang pemberian MP-ASI yang tepat untuk memberikan gizi yang tepat pada bayi. Metode: penyuluhan, diskusi, tanya jawab, serta pretest dan posttest. Hasil: terjadi peningkatan pengetahuan ibu balita yang memiliki pengetahuan baik sebesar 33,4% yaitu dari 41,6% meningkat menjadi 75%, Kesimpulan: terjadi peningkatan pengetahuan ibu tentang makanan pendamping ASI (MPASI) yang tepat sebagai upaya pencegahan gizi buruk setelah diberikan penyuluhan Peserta yang hadir dengan antusias mengikuti kegiatan tersebut. Ibu banyak bertanya, terutama bagaimana membuat MPASI.

Kata kunci: gizi buruk; MP-ASI; bayi

ABSTRACT

Infancy is often seen as a period that requires the role of parents to unify the child's growth and development. In the 2018 RISKESDAS report, malnutrition in Indonesia was recorded at 17.7%, still below the RJPMN target of 17%. This problem arises not only because of food shortages but can also be caused by other factors such as inadequate complementary feeding, not in accordance with the nutritional needs of their age and early weaning. Not many mothers know how to provide balanced nutrition through MP-ASI, so that it has an impact on nutritional fulfillment problems in toddlers which can hinder children's growth and development. The purpose of this service is to increase mother's knowledge about giving proper MP-ASI to provide proper nutrition to babies. Methods: counseling, discussion, question and answer, and pretest and posttest. Result: there was an increase in the knowledge of mothers who had good knowledge of 33.4%, from 41.6% increased to 75%, Conclusion: there was an increase in mother's knowledge about appropriate complementary foods for ASI (MPASI) as an effort to prevent malnutrition after being given counseling The participants who attended enthusiastically took part in the activity. Mom asked a lot, especially how to make solids.

Keywords: malnutrition; MP-ASI; babies

PENDAHULUAN

Permasalahan gizi balita masih menjadi perhatian serius di Indonesia selama beberapa decade. Di Indonesia masalah pertumbuhan masih ada yaitu dari data Riskesdas menunjukkan bahwa prevalensi balita stunting masih tinggi yaitu sebesar 30,8%(Annur, 2021). Kejadian gizi buruk dan stunting berhubungan dengan masalah pemenuhan nutrisi sesuai dengan kebutuhan menurut usia bayi. Program perbaikan gizi

yang bertujuan meningkatkan jumlah dan mutu MPASI, selama ini telah dilakukan, diantaranya pemberian MPASI kepada bayi dan anak usia 6-24 bulan (Marfuah, D., & Kurniawati, 2017).

Anak yang memiliki status gizi kurang atau buruk (underweight) berdasarkan pengukuran berat badan terhadap umur (BB/U) dan pendek atau sangat pendek (stunting) berdasarkan pengukuran tinggi badan terhadap umur (TB/U) yang sangat rendah dibanding standar WHO mempunyai risiko kehilangan

tingkat kecerdasan atau Intelligence Quotient (IQ) sebesar 10-15 poin

Pemberian makanan pendamping yang tepat sesuai dengan umur bayi hanya dilakukan oleh 47% ibu (Purwati et al., 2018). Penelitian yang mengkaji adanya manfaat pemberian ASI eksklusif dapat menurunkan morbiditas dan mortalitas. Selain itu ASI juga dapat meningkatkan perkembangan kecerdasan anak, membantu memperpanjang jarak kehamilan bagi ibu (Roesli, 2001). Lebih dari setengah kematian anak berhubungan dengan permasalahan nutrisi dan pemenuhan nutrisi (Rahmad, 2017).

Keadaan status gizi anak usia di bawah dua tahun (Baduta) merupakan kelompok yang rawan gizi dan akan menentukan kualitas hidup selanjutnya. Pemenuhan gizi merupakan hak dasar anak (Marfuah, D., & Kurniawati, 2017). Program perbaikan gizi yang bertujuan meningkatkan jumlah dan mutu MP-ASI, diantaranya dapat dilakukan dengan pemberian MP-ASI kepada bayi dan anak usia 6–24 bulan dari keluarga miskin (Mufida et al., 2015). Pemberian makanan pendamping ASI yang terlalu dini dapat menyebabkan bayi kurang selera untuk minum ASI. Sebaliknya pemberian makanan pendamping yang terlambat dapat menyebabkan bayi sulit untuk menerima makanan pendamping (Helmyati et al., 2007).

MPASI adalah makanan dan minuman yang diberikan kepada anak usia 6–24 bulan untuk pemenuhan kebutuhan gizinya. WHO bersama dengan Kementerian Kesehatan dan Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) telah menegaskan bahwa usia hingga 6 bulan hanya diberikan ASI eksklusif saja. MPASI disebut sebagai makanan pergantian dari ASI ke makanan keluarga yang dilakukan secara bertahap baik dari jenis, frekuensi pemberian, jumlah porsi dan Bentuk makanan yang disesuaikan dengan umur dan kemampuan bayi untuk mencerna makanan. (Aprillia et al., 2020)

Pemberian MP-ASI di Indonesia masih banyak yang belum sesuai dengan umurnya terutama di daerah pedesaan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa masyarakat pedesaan di Indonesia pada umumnya memberikan pisang (57,3%) kepada bayinya sebelum usia 4 bulan (Darmawan & Sinta, 2015). Berdasarkan survey Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2005, menyebutkan bahwa kurang lebih 40% bayi usia kurang dari dua bulan sudah diberi MP-ASI. Disebutkan juga bahwa bayi usia 0–2 bulan mulai diberikan MP-ASI cair (21,25%), makanan lunak (20,1%) dan makanan padat (13,7%). Pada bayi 3–5 bulan yang mulai diberikan MP-ASI cair (60,2%), lunak (66,25%)

dan padat (45,5%). (Carin et al., 2018) Selain itu, salah satu penyebab terjadinya gangguan tumbuh kembang bayi dan anak usia 12-24 bulan di Indonesia adalah rendahnya mutu MP-ASI. (Septiana et al., 2014) Bayi harus mendapatkan MP-ASI untuk mencegah terjadinya gizi kurang pada anak. Pemberian makanan pendamping mesti tepat pada waktunya, tercukupi dan sesuai. Pemberian MP-ASI yang tepat tidak hanya dapat memenuhi kebutuhan gizi bayi, tetapi juga merangsang keterampilan makan dan merangsang rasa percaya diri pada bayi. Pemberian makanan harus bervariasi, dari bentuk bubur cair ke bentuk bubur kental, sari buah, buah segar, makanan lumat, makanan lembek dan akhirnya makanan padat. (Helmyati et al., 2017) Peran ibu sangat penting dalam pemenuhan gizi anaknya, sehingga pengetahuan dan keterampilan yang memadai seharusnya dimiliki oleh seorang ibu. (Yendi et al., 2017) Pemberian makan yang tidak tepat saat MPASI dapat berakibat buruk di masa yang akan datang. Bayi akan mengalami kekurangan zat besi, angka kecukupan gizi yang diterima tidak sesuai dengan usianya, dan yang paling fatal dapat mengakibatkan gizi buruk. (Prasetya & Amri, 2019) Masih rendahnya pengetahuan ibu tentang pemberian makanan pendamping ASI dipengaruhi oleh banyak faktor. Hasil menunjukkan bahwa pendidikan gizi menggunakan booklet dapat meningkatkan pengetahuan ibu mengenai gizi pada anak. Hal ini didukung oleh Zulaekah menunjukkan bahwa pemberian pendidikan gizi dengan metode booklet dapat memperbaiki tingkat pengetahuan gizi (Pratiwi & Puspitasari, 2017). Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu tingkat pendidikan, informasi, budaya, pengalaman, umur dan sosial ekonomi. Dengan didasari pengetahuan, diharapkan sikap dan perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. (Asi & Penyakit, 2011)

Berdasarkan hal-hal diatas, tim pengabdian bermaksud mengadakan penyuluhan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang pemberian makanan pendamping ASI yang tepat sebagai upaya pencegahan gizi buruk.

METODE

Metode pelaksanaan pengabdian ini terdiri dari beberapa tahap. Tahap pertama merupakan perencanaan kegiatan yang akan dilakukan. Proses perencanaan meliputi identifikasi kebutuhan, identifikasi potensi dan kelemahan yang ada, menentukan jalan keluar

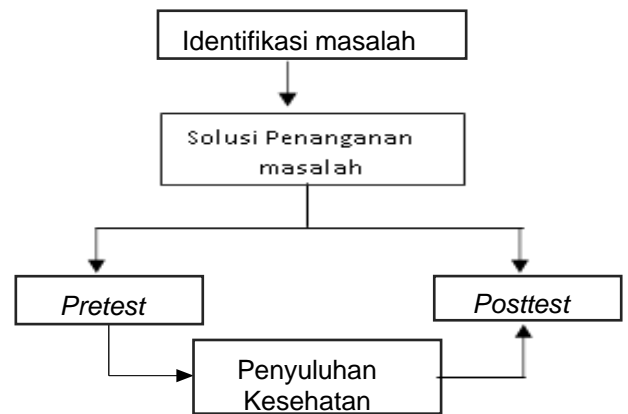
dan kegiatan yang akan dilakukan, dan membuat pengorganisasian kegiatan. Kegiatan tahap pertama dimulai dengan survei lapangan ke Kelurahan Jempong Baru, Kecamatan Sekarbela, Kota Mataram, Nusa Tenggara Barat. Survei lapangan dilakukan oleh tim pengabdian pada tanggal 21 Januari 2023. Pada tahap perencanaan ini tim pengabdian masyarakat juga mulai melakukan penyusunan media yang akan digunakan untuk kegiatan pengabdian yaitu booklet dan kuesioner pretest dan posttest.

Tahap Kedua merupakan pelaksanaan kegiatan pengabdian berupa solusi yang telah disetujui oleh Lurah Jempong Baru. Pelaksanaan kegiatan dilakukan selama 1 hari, yaitu pemberian penyuluhan kesehatan tentang Makanan Pendamping ASI (MP-Asi) yang Tepat Sebagai Pencegahan Gizi Buruk.

Kegiatan penyuluhan kesehatan terdiri atas tiga tahap. Tahap pertama merupakan tahap *pretest*, di mana tim pengabdian membagikan kuesioner untuk menilai pengetahuan responden sebelum diberikan pendidikan kesehatan. Tahap kedua merupakan proses pemberian penyuluhan kesehatan tentang metode pembuatan sayur bening daun katuk sebagai upaya meningkatkan produksi ASI. Pemberian materi dilaksanakan selama 15 menit dan dilanjutkan dengan tanya jawab selama 10 menit. Ibu hamil yang menjawab pertanyaan dengan benar diberikan hadiah oleh tim pengabdian. Metode yang digunakan adalah ceramah dengan media audiovisual berupa *powerpoint*, LCD, laptop, dan *leaflet*. *Powerpoint* dan *leaflet* berisi materi dilengkapi gambar sehingga peserta mudah memahami materi yang disampaikan. Media merupakan alat bantu dalam pemberian pendidikan kesehatan sehingga pesan atau informasi sampai ke penerima pesan. Media atau alat bantu lihat (*visual aids*) memberikan kontribusi yang sangat besar dalam perubahan perilaku masyarakat, terutama dalam aspek informasi. (Handayani et al., 2022)

Tahap ketiga adalah tahap *posttest*, di mana tim pengabdian membagikan kembali kuesioner untuk menilai pengetahuan responden setelah diberikan penyuluhan kesehatan. Media booklet yang digunakan berisikan materi tentang permasalahan gizi di Indonesia serta strategi pemberian MP-ASI yang tepat sesuai dengan usia anak. Booklet ini juga berisikan beberapa resep MP-ASI dengan bahan pangan lokal yang mudah untuk dibuat. Metode dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini menggunakan metode ceramah, tanya jawab/ Diskusi. Kegiatan ini menggunakan media/ alat bantu berupa media

booklet, alat peraga, materi, dan LCD. Dengan jumlah peserta 24 orang.



Bagan 1. Alur Pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan dan praktek pembuatan MP-ASI berjalan sesuai dengan tujuan. Meningkatnya pengetahuan, sikap dan perilaku ibu dalam praktek pembuatan makanan pendamping ASI (MP-ASI). Peserta yang hadir antusias terhadap kegiatan tersebut. Banyak pertanyaan yang diajukan oleh Ibu terutama cara pembuatan MP-ASI. Dalam pengabdian ini Ibu balita diberikan pendidikan kesehatan oleh tim dan praktek bagaimana cara membuat MP ASI dengan memanfaatkan bahan pangan yang mudah didapatkan atau berada di lingkungan sekitar. Diharapkan setelah mendapatkan pengetahuan tersebut ibu.

Sebelum pelaksanaan diberikan pretest terlebih dahulu dengan memberikan beberapa pertanyaan terkait materi kepada para peserta menggunakan lembar pertanyaan dengan pilihan jawaban benar atau salah. Selanjutnya narasumber memberikan materi tentang mengenai pemberian MPASI yang tepat sebagai upaya pencegahan gizi buruk. Setelah penyuluhan selesai, diberikan post-test dengan menggunakan lembar pertanyaan yang sama pada pre-test. Hasil *pretest* dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Pengetahuan ibu balita setelah diberikan pendidikan kesehatan

Kategori	Frekuensi	%
1. Baik	10	41,6
2. Kurang	14	58,3
Total	24	100

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan bahwa sebagian besar ibu balita memiliki pengetahuan kurang yaitu 58,3%, dan sebagian kecil memiliki pengetahuan baik yaitu 41,6%.

Hasil *posttest* dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Pengetahuan ibu balita sebelum diberikan pendidikan kesehatan

Kategori	Frekuensi	%
1. Baik	18	75
2. Kurang	6	25
Total	24	100

Hasil post-test menunjukkan bahwa hanya 25% dari 24 peserta (6 orang) yang sudah memahami mengenai MPASI yang tepat, sedangkan hasil post-test yaitu setelah materi sosialisasi diberikan menunjukkan kenaikan jumlah peserta yang memahami tentang MPASI yaitu sebanyak 18 orang (75%).

Terjadi peningkatan pengetahuan ibu balita yang memiliki pengetahuan baik sebesar 33,4% yaitu dari 41,6% meningkat menjadi 75%. Hal ini membuktikan bahwa kegiatan pengabdian dapat meningkatkan pengetahuan ibu-ibu balita di Kelurahan Jempong Baru mengenai pemberian MPASI serta cara pemberiannya yang tepat sebagai salah satu upaya pencegahan gizi buruk. Hasil tersebut juga diperkuat oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Nur (2014) menyatakan bahwa sebanyak 89,8% ibu yang memberikan MPASI pada waktu yang tepat, maka bayi cenderung memiliki status gizi baik, sedangkan ibu dengan pemberian MPASI yang tidak tepat waktu akan memiliki status gizi kurang yaitu sebesar 8,3%. Sejalan juga dengan hasil yang didapatkan oleh Reni 2018 bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dan kesadaran ibu balita di desa Mekar Asri mengenai stunting serta ibu balita sudah mampu mempraktekkan pembuatan MP-ASI berbahan pangan lokal. (Reni Umilasari dan Qurrota A'yu, 2018)



Gambar 1. Pemberian Materi MPASI

Peningkatan pengetahuan pada pemberian penyuluhan kesehatan dalam rangka pengabdian pada masyarakat ini juga didukung karena menggunakan metode

ceramah, diskusi, dan tanya jawab serta penggunaan media berupa *powerpoint* dan *leaflet*.

Pendidikan kesehatan diartikan sebagai suatu upaya kesehatan yang bertujuan untuk menjadikan kesehatan sebagai sesuatu yang bernilai di masyarakat. Pendidikan kesehatan juga dapat menolong dan mendorong individu agar mampu secara mandiri atau berkelompok mengadakan kegiatan dalam upaya mencapai hidup sehat (Notoatmodjo, 2012).

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil pretest dan posttest penyuluhan kesehatan, terdapat peningkatan pengetahuan ibu balita yang mempunyai pengetahuan baik sebesar 33,4% yaitu dari 41,6% meningkat menjadi 75%. Disarankan kepada ibu balita dapat memberikan MPASI yang sehat dan tepat sehingga mampu memenuhi kecukupan gizi mikro maupun makro, sehingga bayi dan balita tidak mengalami kekurangan zat gizi. hal ini sangat bermanfaat sebagai upaya menurunkan dan mencegah kejadian gizi buruk, Meningkatnya pengetahuan para ibu tentang MPASI dan cara pemberian yang tepat diharapkan dapat berkontribusi dalam pencegahan gizi buruk di Indonesia

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada STIKES Yarsi Mataram yang telah memberikan dukungan moril serta materil untuk terlaksananya kegiatan ini. Terima kasih juga kami sampaikan kepada mitra yang telah memberikan kesempatan waktu dan tempat untuk berbagi ilmu dengan para kader kesehatan dengan tujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat menuju kelurahan yang mandiri dan sehat.

DAFTAR RUJUKAN

- Annur, C. M. (2021). *Indeks ketahanan kesehatan global Indonesia peringkat ke-13 di G20 pada 2021*.
- Aprillia, Y. T., Mawarni, E. S., & Agustina, S. (2020). Pengetahuan Ibu Tentang Makanan Pendamping ASI (MP-ASI). *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), 865–872. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i2.427>
- Asi, P., & Penyakit, M. D. A. N. (2011). *Kaitannya Dengan Status Gizi Pada Bayi Umur 6-12 Bulan*.
- Carin, A. A., Sund, R. ., & Lahkar, B. K. (2018). No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における健康関連指標に関する共分散構造分析Title. *Journal of Controlled Release*,

- 11(2), 430–439.
- Darmawan, F. H., & Sinta, E. N. M. (2015). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Perilaku Pemberian MP-ASI yang Tepat pada Bayi Usia 6-12 Bulan di Desa Sekarwangi Kabupaten Sumedang. *Jurnal Bidan "Midwife Journal,"* 1(2), 32–42.
<https://media.neliti.com/media/publications/234063-hubungan-pengetahuan-dan-sikap-ibu-denga-35590e13.pdf>
- Handayani, S., Pratiwi, Y. S., & Fatmawati, N. (2022). Penyuluhan Pembuatan Sayur Bening Daun Katuk Sebagai Upaya Meningkatkan Produksi Asi. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(4), 1851.
<https://doi.org/10.31764/jpmb.v6i4.11547>
- Helmyati, S., Hadi, H., & Lestariana, W. (2007). Kejadian Anemia pada Bayi Usia 6 bulan yang Berhubungan dengan Sosial Ekonomi Keluarga dan Usia Pemberian Makanan Pendamping ASI. *Berita Kedokteran Masyarakat*, 23(1), 35–40.
- Marfuah, D., & Kurniawati, I. (2017). Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu tentang MP Asi dengan Edukasi Gizi Melalui Booklet. *Universitas Muhammadiyah Magelang*, 273–280.
- Mufida, L., Widyaningsih, T. D., & Maligan, J. M. (2015). Prinsip Dasar Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) untuk Bayi 6 – 24 Bulan : Kajian Pustaka. Basic Principles of Complementary Feeding for Infant 6 - 24 Months: A Review. *Jurnal Pangan Dan Agroindustri*, 3(4), 1646–1651.
- Prasetya, E. B., & Amri, N. (2019). Sistem Informasi Untuk Menentukan Menu Makanan Pendamping Asi (Mpas) Bayi Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (Akg) Menggunakan Metode Forward Chaining. *RESISTOR (ElektRONika KEndali TelekomunikaSI Tenaga LiSTrik KOMputeR)*, 2(1), 15.
<https://doi.org/10.24853/resistor.2.1.15-22>
- Pratiwi, Y. F., & Puspitasari, D. I. (2017). Efektivitas Penggunaan Media Booklet terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang pada Ibu Balita Gizi Kurang di Kelurahan Semanggi Kecamatan Pasar Kliwon Kota Surakarta. *Jurnal Kesehatan*, 10(1), 58.
<https://doi.org/10.23917/jurkes.v10i1.5493>
- Reni Umilasari dan Qurrota A'yu. (2018). PENGENALAN DAN PELATIHAN MP-ASI WHO DI POSYANDU INTRODUCTION AND TRAINING OF WHO ASI IN POSYANDU
- PENDAHULUAN Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) adalah makanan atau minuman yang mengandung zat gizi yang diberikan pada bayi atau anak usia 6-24 bulan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Inptek*, 4(2), 147–153.
- Septiana, R., Djannah, S. N., & Djamil, M. D. (2014). Hubungan Antara Pola Pemberian Makanan Pendamping Asi (Mp-Asi) Dan Status Gizi Balita Usia 6-24 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Gedongtengen Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Journal of Public Health)*, 4(2), 118–124.
<https://doi.org/10.12928/kesmas.v4i2.1097>
- Yendi, yoseph denianus nong, Eka, ni luh putu, & Maemunah, N. (2017). Hubungan Antara Peran Ibu Dalam Pemenuhan Gizi anak Dengan Status Gizi Anak Praekolah Di TK Dharma Wanita Persatuan 2 Tlogomas Kota Malang. *Nursing News*, 2(2), 763–769.
<https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/537>