



Edukasi Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) Sebagai Upaya Mempertahankan Status Gizi Bayi dan Balita di Desa Sungai Pauh Tanjung Kota Langsa

Maya Sari¹, Nurfadilla², Nurfadila, Fitriani

^{1,2,3} STIKes Bustanul Ulum Langsa

Email: ¹mayasari16498@gmail.com, ²Fadillan973@gmail.com,

³anif38905@gmail.com

Abstrak

Pemberian ASI Eksklusif di Indonesia terus membaik dalam 4 tahun terakhir. Setelah bayi berusia diatas 6 bulan maka pemberian ASI eksklusif harus ditambah dengan pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) dengan tepat. Tujuan pemberian MP-ASI ini adalah mempertahankan status gizi bayi dan balita. Pemberian MP-ASI yang tepat akan menyebabkan pertumbuhan dan perkembangan bayi dan balita menjadi optimal. Ibu mempunyai peranan penting dalam mempersiapkan dan menyajikan MP-ASI yang tepat untuk bayinya. Pengetahuan ibu memiliki pengaruh besar terhadap pola pikir dan sikap kepedulian terhadap keberhasilan pemberian MP-ASI yang tepat. Tujuan dilakukan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang pemberian MP-ASI sebagai upaya mempertahankan status gizi bayi dan balita di desa Sungai Pauh Tanjung Kota Langsa. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pemaparan dan diskusi. Hasil kegiatan ini adalah terjadi peningkatan pengetahuan ibu tentang MP-ASI sebesar 20%. Setelah dilakukan penyuluhan tentang pemberian MP-ASI, maka terjadi peningkatan pengetahuan ibu menjadi lebih baik sehingga diharapkan dapat direalisasikan ilmu yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari.

Kata kunci : Ibu, Bayi, Balita, Penyuluhan, Gizi, MP-ASI

Abstract

Exclusive breastfeeding in Indonesia has continued to improve in the last 4 years. Once the baby is over 6 months old, exclusive breastfeeding must be supplemented with appropriate complementary feeding (MP-ASI). The aim of providing MP-ASI is to maintain the nutritional status of infants and toddlers. Providing proper MP-ASI will result in optimal growth and development of babies and toddlers. Mothers have an important role in preparing and serving the right MP-ASI for their babies. Mother's knowledge has a big influence on the mindset and caring attitude towards the success of providing appropriate MP-ASI. The aim of this Community Service activity is to increase mother's knowledge about providing MP-ASI as an effort to maintain the nutritional status of babies and toddlers in Sungai Pauh Tanjung village Langsa City. The methods used in this activity are presentation and discussion. The result of this activity was an increase in mothers' knowledge about MP-ASI by 20%. After providing counseling about giving MP-ASI, the mother's knowledge increased so that it was hoped that the knowledge gained could be realized in everyday life.

Keywords: Mothers, Babies, Toddlers, Counseling, Nutrition, MP-ASI

PENDAHULUAN

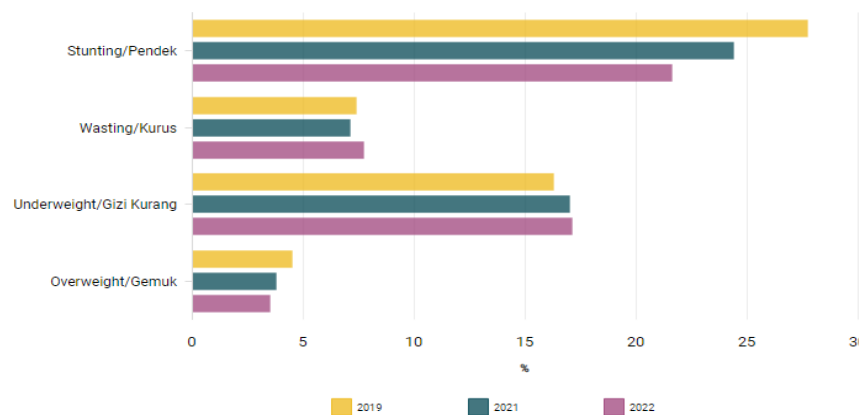
Pemberian ASI Eksklusif di Indonesia terus membaik dalam 4 tahun terakhir. Data terbaru menunjukkan, persentase pemberian ASI eksklusif di dalam negeri mencapai 72,04% dari populasi bayi berusia 0-6 bulan pada 2022. Angka itu meningkat 0,65% dibandingkan tahun sebelumnya yang sebesar 71,58%. (Cindy, 2023).

ASI eksklusif dapat menjamin kebutuhan gizi bayi baru lahir sampai usia 6 bulan. Setelah bayi berusia 6 bulan maka kebutuhan gizinya melebihi dari kebutuhan akan ASI eksklusif saja, maka untuk mempertahankan kebutuhan gizi bayi diperlukan makanan pendamping ASI. Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) adalah makanan tambahan yang diberikan pada bayi setelah usia 6 bulan. Makanan ini merupakan ASI dan ditambah dengan makanan keluarga yang diformulasikan untuk bayi sesuai dengan tahapan usia bayi. (Atikah, 2018).

MP-ASI sudah dapat dikenalkan pada bayi mulai usia diatas 6 bulan, karena secara fisik bayi sudah mampu menerima makanan lain selain ASI. Bayi sejak dilahirkan mempunyai reflek makan seperti menghisap, menelan, dan akhirnya menguyah. Pemberian makanan pendamping ASI harus disesuaikan dengan perkembangan sistem alat pencernaan bayi, mulai dari makan dengan bertekstur cair, kental, semi padat hingga akhirnya makanan padat. (Hanum, 2017).

MP-ASI diperlukan karena setelah berusia 6 bulan, bayi membutuhkan tambahan energi, protein, dan zat besi. Dan hal itu tidak bisa diperoleh dengan mengonsumsi ASI. Tujuan dari pemberian MPASI adalah Memperkenalkan tekstur makanan pada bayi sehingga keterampilan makan bayi dapat terasah, meningkatkan imunitas pada bayi, karena kandungan MP-ASI diantaranya antioksidan, vitamin A dan FE, sering dijumpai pada berbagai jenis makanan seperti hati ayam, bayam, ikan, brokoli dan lain-lain. Serta membantu pembentukan tulang, MP-ASI harus mengandung protein dan kalsium. (Kemenkes RI, 2011).

Pemberian MP-ASI merupakan salah satu upaya mempertahankan status gizi bayi dan balita. Gizi menjadi sangat penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi dan balita secara optimal. Gizi didalamnya memiliki keterkaitan yang erat hubungannya dengan kesehatan dan kecerdasan. Apabila bayi dan balita terkena defisiensi gizi maka kemungkinan besar akan mudah sekali terserang penyakit-penyakit infeksi. Masalah gizi bayi dan balita yang masih dihadapi di Indonesia dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Grafik Permasalahan Gizi Di Indonesia Tahun 2019-2022

Berdasarkan grafik yang terdapat pada Gambar 1 terlihat bahwa masalah bayi dan balita adalah angka stunting/pendek masih menjadi urutan teratas dari tahun 2019 sampai dengan 2022, diikuti dengan underweight/ gizi kurang menjadi urutan kedua setelah stunting. Kondisi ini masih menjadi masalah yang dihadapi oleh pemerintah kita dan kita bersama. Salah satu penyebab dari permasalahan tersebut adalah pemberian MP-ASI yang tidak tepat pada bayi seperti ketidaktahuan ibu dalam menyiapkan MP-ASI, pemberian MP-ASI yang tidak sesuai

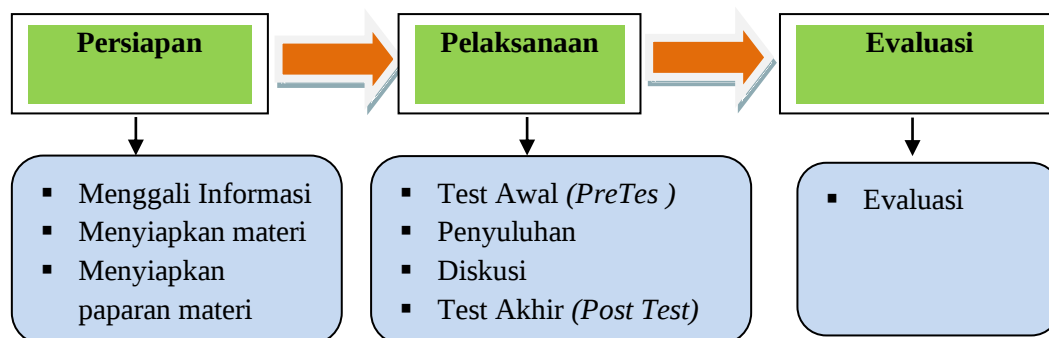
dengan tahapan usia bayi, kandungan MP-ASI yang tidak diperhatikan serta cara dan waktu yang tepat dalam pemberian MP-ASI. (Cindy, 2023)

Ibu mempunyai peranan penting dalam mempersiapkan dan menyajikan MP-ASI yang tepat untuk bayinya. Khususnya pengetahuan ibu memiliki pengaruh besar terhadap pola pikir dan sikap kepedulian terhadap keberhasilan pemberian MP-ASI yang tepat. Pemberian MP-ASI yang tidak tepat akan berdampak buruk pada pertumbuhan dan perkembangan bayi dan balita. Bayi akan kekurangan gizi, seperti defisiensi besi, angka kecukupan gizi tidak sesuai yang diterima dengan tahapan usianya bahkan yang terburuk adalah bayi akan mengalami gizi buruk. Beberapa faktor yang mempengaruhi masalah gizi adalah, faktor ekonomi, sosial budaya, pengetahuan, pendidikan orang tua terutama ibu. (Rismayani, 2023).

Hal inilah yang menjadi penting sebagai alasan kuat untuk melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang terkait dengan pemberian Makanan Pendamping ASI sebagai upaya mempertahankan status gizi bayi dan balita di desa Sungai Pauh Tanjung Kota Langsa tahun 2023.

METODE PENGABDIAN

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema Edukasi Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) sebagai Upaya Mempertahankan Status Gizi Bayi dan Balita ini diawali dengan melakukan (1) persiapan berupa menggali informasi tentang pemberian Makanan pendamping ASI, penyiapan materi dan paparan materi (2) pelaksanaan kegiatan yaitu melaksanakan test awal (*Pre test*) yang dilanjutkan dengan pemberian penyuluhan dan diskusi dan tahap akhir melakukan test akhir (*Post test*). (3) Evaluasi kegiatan.



Gambar 2. Skema Metode Pengabdian kepada Masyarakat

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pemberian edukasi dalam bentuk penyuluhan kesehatan tentang Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) sebagai Upaya Mempertahankan Status Gizi Bayi dan Balita yang dilaksanakan secara langsung oleh dosen dan mahasiswa. Sasaran kegiatan ini adalah ibu yang memiliki bayi dan balita di desa Sungai Pauh Tanjung Kota Langsa sebanyak 10 orang. Kegiatan dilaksanakan secara mandiri dari rumah kerumah ibu yang memiliki bayi dan balita untuk memberikan penyuluhan kesehatan. Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan pada tanggal 5 s/d 7 Desember 2023. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan yaitu:

A. Persiapan

Sebelum melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, tim lakukan persiapan berupa :

1. Mempersiapkan surat izin melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat kepada kepala desa Sungai Pauh Tanjung.

2. Mempersiapkan daftar pertanyaan (kuisisioner) yang akan digunakan saat melakukan *pre test* dan *post test*.
3. Mempersiapkan materi penyuluhan dalam bentuk lembar balik dan buku panduan KIA, yang akan digunakan untuk menyampaikan materi penyuluhan,
4. Mempersiapkan alat bantu dalam penyampaian penyuluhan.

B. Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan sesuai tahapan sebagai berikut :

1. Melakukan *pretest*
Memberikan lembar pertanyaan kepada ibu yang mempunyai bayi /balita tentang pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI). Selanjutnya tim pengabdian kepada masyarakat menilai hasil dari jawaban terhadap pertanyaan tersebut.
2. Memberikan penyuluhan
Memberikan penyuluhan tentang pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) pada bayi dan balita yang meliputi :
 - a. Prinsip pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) bagi bayi
 - b. Pengaruh gizi terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi dan balita
 - c. Macam-macam makanan bayi seperti makanan saring, makanan lunak dan makanan padat yang sesuai dengan tahapan usia bayi
 - d. Cara pengelolaan makanan bayi dan balita
3. Melakukan diskusi
Tim pengabdian masyarakat melakukan diskusi dan tanya jawab terkait dengan pemberian makanan pendamping ASI dan mendapat antusias dari masyarakat untuk mengikuti arahan dari tim.
4. Melakukan *post test*
Pada tahap akhir kegiatan tim pengabdian kepada masyarakat melakukan *post test* dengan memberikan pertanyaan yang sama pada saat *pre test*.

C. Evaluasi

Setelah pemaparan materi dan diskusi selesai, kegiatan berikutnya adalah melakukan evaluasi. Evaluasi dilakukan dengan menganalisis hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Hal ini dilakukan untuk menganalisis perubahan pengetahuan ibu tentang pemberian makanan pendamping ASI pada bayi dan balita di desa Sungai Pauh Tanjung. Pada tahap ini evaluasi yang di dapat adalah kegiatan yang dilakukan sesuai dengan harapan, jadwal yang telah ditetapkan dapat di gunakan dengan maksimal. Hasil yang ingin diperoleh juga sesuai harapan yaitu terjadi peningkatan pengetahuan ibu tentang pemberian MP-ASI pada bayi dan balita.



Gambar 3. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Tahapan evaluasi selanjutnya adalah menganalisis hasil *pre test* dan *pos test*. Hasil *pre test* dan *pos test* dapat dilihat pada Tabel 1 dan 2.

Tabel 1. Distribusi frekuensi (*Pre test*) Pengetahuan Ibu tentang makanan pendamping ASI (MP-ASI) di Desa Sungai Pauh Tanjung Kota Langsa

No	Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
1.	Baik	2	20
2.	Cukup	4	40
3.	Kurang	4	40
	Jumlah	10	100

Tabel 2. Distribusi frekuensi (*Post test*) Pengetahuan Ibu tentang makanan pendamping ASI (MP-ASI) di Desa Sungai Pauh Tanjung, Kota Langsa

No.	Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
1.	Baik	4	40
2.	Cukup	6	60
3.	Kurang	0	0
	Jumlah	10	100

Berdasarkan Tabel 1 dan 2 dapat dilihat bahwa pada saat dilakukan pre test mayoritas ibu berpengetahuan dengan kategori cukup sebesar 40%, dan kategori kurang sebesar 40%. Setelah dilakukan penyuluhan, maka dilakukan post test dan didapatkan hasil bahwa pengetahuan ibu tentang MP-ASI menjadi 60%, terjadi peningkatan sebesar 20%. Secara statistik kegiatan penyuluhan memberikan efektivitas dalam peningkatan pengetahuan peserta penyuluhan. Terjadi peningkatan pengetahuan dari 2 orang pada saat *pre test* menjadi 4 orang pada saat *post test*, sehingga dengan bekal pengetahuan yang dimiliki dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari dalam menyiapkan makanan pendamping ASI yang tepat.

Pengetahuan manusia sebagian besar diperoleh dari mata dan telinga dan merupakan hasil dari tahu setelah individu melakukan penginderaan terhadap hal tertentu. Objek dalam proses melihat dan mendengar mempunyai intensitas yang paling tinggi untuk mempersepsikan bahan edukasi menjadi tambahan pengetahuan yang nyata. Penyampaian melalui kata-kata saja dianggap kurang efektif. Maka Media dapat dijadikan salah satu prinsip proses edukasi. Media dapat dijadikan bantuan dalam melakukan penyuluhan supaya penyampaian pesan kesehatan dapat disampaikan jelas dan tepat sasaran. (Notoadmodjo, 2017). Soegeng, (2018) menyatakan bahwa materi mengenai pengetahuan dapat diperoleh dari pendidikan formal maupun non formal. Sumber informasi dapat berupa berbagai macam media sehingga seseorang dapat dengan mudah mengakses informasi dan lebih cepat mendapat pengetahuan. Media audiovisual dianggap menarik dalam pemberian penyuluhan kesehatan dan dapat dijadikan alat bantu edukasi yang penggunaannya menstimulasi indra pendengaran.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan sejalan dengan teori bahwa media penyuluhan dapat melibatkan dua indra sebagai alat pembelajaran yaitu indra pendengaran dan penglihatan, sehingga semakin banyak alat indra yang terlibat untuk menerima dan mengolah informasi, semakin besar kemungkinan isi informasi dapat dimengerti dan dipertahankan dalam ingatan.

PENUTUP

Berdasarkan kegiatan penyuluhan yang telah dilakukan dapat dilihat bahwa tingkat pengetahuan peserta sesudah penyuluhan mengalami peningkatan dan responden keseluruhan adalah dalam kategori baik. Terjadi peningkatan pengetahuan peserta tentang MP-ASI sebesar 20%. Dapat disimpulkan bahwa kegiatan edukasi melalui penyuluhan di tengah masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada ketua yayasan Dayah Bustanul Ulum, ketua STIKes Bustanul Ulum Langsa, Ketua LPPM STIKes Bustanul Ulum Langsa, Kepala Desa Sungai Pauh Tanjung, Bidan Desa Sungai Pauh Tanjung, mahasiswa prodi D-III Kebidanan STIKes Bustanul Ulum Langsa, seluruh ibu yang mempunyai bayi dan balita yang telah berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat dan semua pihak yang turut membantu sehingga kegiatan ini dapat berjalan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Atikah, P. 2018. *Ilmu Gizi Untuk Keperawatan dan Gizi Kesehatan*. Nuha Medika: Yogyakarta.
- Cindy M. 2023. *Tren Pemberian ASI Eksklusif di Indonesia*. Databoks.
- Hanum M. 2017. *Tumbuh Kembang, Status Gizi, dan Imunisasi Dasar pada Balita*. Nuha Medika: Yogyakarta.
- Kemenkes RI. 2011. *Modul Pelatihan Konseling MP-ASI Pedoman Pelatih*. Ditjen Bina Gizi dan KIA: Jakarta.
- Irianto, K. 2018. *Gizi dan Pola Hidup Sehat*. Yrama Widya: Bandung.
- Soegeng. 2018. *Kesehatan dan Gizi*. Rineka Cipta: Jakarta.