

Penyuluhan Pentingnya Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) Pada Anak Usia 6-8 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Botania

Counseling On The Importance Of Providing Complete ASI Food To Children Aged 6-8 Months In The Working Area Of The Botania Public Health Center

Erika Fariningsih^{1*}, Yulinda Laska², Jihan Febiyanti³

^{1,2,3} Universitas Awal Bros, Batam, Indonesia

Korespondensi Penulis : rika_fn@yahoo.com

Article History:

Received: Mei 22, 2024;

Revised: Juni 28, 2024;

Accepted: Juli 17, 2024;

Published: Juli 19, 2024;

Keywords: Toddler, Nutrition,
Complementary Feeding

Abstract: The complementary feeding of breast milk is additional food given to infants after the age of 6 months. Although breast milk is the best food for infants, after the age of >6 months, infants require more vitamins, minerals, proteins, and carbohydrates. The provision of complementary feeding aims to train and familiarize infants to consume foods that contain the nutrients needed by their bodies as they grow older. This community service activity uses a method of health education through providing information to the community about the importance of nutrition for children to prevent stunting, involving the roles of lecturers, health center officials, cadres, and students as responsible parties in community service. There were 17 mothers of toddlers who participated. With the implementation of community education at the integrated health service post (posyandu) regarding complementary feeding of breast milk for infants aged 6-8 months, the community gains a better understanding of the benefits of complementary feeding for infants aged 6-8 months.

Abstrak

Makanan pendamping ASI adalah makanan tambahan yang diberikan pada bayi setelah usia 6 bulan. Walaupun ASI merupakan makanan terbaik bayi, setelah berusia >6 bulan bayi membutuhkan lebih banyak vitamin, mineral, protein, dan karbohidrat. Pemberian MP-ASI bertujuan untuk melatih dan membiasakan bayi mengonsumsi makanan yang mengandung zat-zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuhnya seiring dengan pertambahan usianya. Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan metode penyuluhan pendidikan kesehatan pada masyarakat berupa pemberian materi tentang pentingnya pemenuhan gizi pada anak untuk mencegah stunting, dengan melibatkan peran dosen, petugas puskesmas, kader dan para mahasiswa sebagai penanggungjawab dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Peserta yang mengikuti sejumlah 17 orang ibu balita. Dengan dilaksanakannya penyuluhan kepada masyarakat di posyandu kita-kita mengenai makanan pendamping ASI (MP-ASI) pada anak usia 6-8 bulan, masyarakat menjadi lebih mengerti manfaat M-PASI pada anak usia 6-8 bulan.

Kata Kunci: Balita, Nutrisi, MP-ASI

1. PENDAHULUAN

Makanan pendamping ASI adalah makanan tambahan yang diberikan pada bayi setelah usia 6 bulan. WHO (2020) menyatakan bahwa di dunia hanya sebesar 44% bayi yang mendapatkan ASI eksklusif di antara periode waktu 2015-2020. ASI eksklusif ini seharusnya diberikan oleh sang ibu dari bayi baru lahir hingga mencapai 6 bulan. Pada saat bayi berusia sekitar 6 bulan, kebutuhannya akan energi dan nutrisi mulai melebihi apa yang diberikan oleh

* Erika Fariningsih, rika_fn@yahoo.com

ASI sehingga makanan pendamping (MP-ASI) diperlukan (Hidayatulla et al., 2021).

Menurut kementerian kesehatan (KemenKes) pertumbuhan balita berdasarkan status gizi menurut indikator BB/TB dan BB/U dapat menggambarkan status gizi saat ini, sedangkan status gizi menurut TB/U menggambarkan status gizi masa lalu. Gangguan pertumbuhan dan perkembangan ditemukan lebih dari 40% pada anak. 3 Selanjutnya diketahui 28,5% anak berusia 0,5-1,9 tahun mengalami keterlambatan perkembangan (Suryana et al., 2019). Dari data Kepulauan Riau didapatkan bahwasannya Air susu ibu (ASI) mengandung semua zat gizi yang diperlukan bayi dalam enam bulan pertama setelah dilahirkan. Pemberian pengganti susu ibu (PASI) sebelum anak berumur enam bulan tidak dianjurkan, karena dapat meningkatkan kemungkinan terkontaminasi dan meningkatkan risiko terkena penyakit, khususnya diare. Pengetahuan para ibu juga berhubungan dengan sumber informasi yang ibu dapatkan dari mitos dan media massa (Kumalasari et al., 2015).

Data dari kota Batam didapatkan, umur pemberian MP-ASI < 6 bulan bersifat protektif terhadap gizi buruk dibandingkan balita gizi kurang, yang berarti bahwa usia pemberian MP-ASI pertama ≥ 6 bulan berisiko untuk menyebabkan status gizi buruk pada anak 7-36 bulan. Umur pemberian pertama MP-ASI tidak boleh melebihi 6 bulan, karena memicu balita gizi kurang menjadi gizi buruk. Pemberian MP-ASI yang melebihi umur 6 bulan akan menyebabkan anak kurang mendapatkan asupan gizi yang dibutuhkan untuk pertumbuhannya (Widiastuti et al., 2018).

Walaupun ASI merupakan makanan terbaik bayi, setelah berusia >6 tahun bayi membutuhkan lebih banyak vitamin, mineral, protein dan karbohidrat. Kebutuhan gizi yang tinggi ini tidak bisa hanya didapatkan dari ASI, tetapi juga membutuhkan tambahan dari makanan pendamping ASI. Namun, MP ASI bukan berarti menghentikan pemberian ASI karena selama tahun pertama MP ASI hanya sebagai sarana untuk melengkapi ASI.

Pemberian MP ASI bertujuan untuk melatih dan membiasakan bayi mengonsumsi makanan yang mengandung zat-zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuhnya seiring dengan pertambahan usianya. Selain itu, MP ASI juga membantu mengembangkan kemampuan bayi dalam mengunyah dan menelan makanan.

2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan metode penyuluhan pendidikan kesehatan pada masyarakat berupa pemberian materi tentang pentingnya pemenuhan gizi pada anak untuk mencegah stunting. Prosedur dalam pelaksanaan kegiatan adalah peserta mengisi daftar hadir yang telah disediakan, kemudian dilanjutkan dengan pembagian leaflet. Kemudian

kegiatan dilanjutkan dengan sesi pengenalan lalu dilanjutkan dengan sesi pemberian penyuluhan dengan metode ceramah dan menggunakan lembar leaflet, kemudian sesi akhir penyampaian penyuluhan peserta diberikan kesempatan bertanya sebelum dilanjutkan dengan sesi foto bersama. Sebelum peserta pulang diberikan kembali beberapa pertanyaan yang diajukan secara langsung kepada peserta dengan tujuan mengevaluasi keberhasilan kegiatan penyuluhan.

Setelah diberikan pengenalan di awal sesi pembukaan penyuluhan materi, maka dilakukan pendokumentasian dan komunikasi informasi dan edukasi, sebelum ibu pulang diberikan kembali beberapa pertanyaan yang diajukan secara langsung untuk mengukur pengetahuan dan evaluasi keberhasilan penyuluhan para peserta. Lokasi kegiatan ini dilaksanakan di Posyandu Kita-Kita Wilayah Kerja Puskesmas Botania di Kota Batam, dengan jumlah peserta 17 orang.

Tahap pelaksanaan kegiatan ini dimulai dengan sesi pengenalan, sesi materi membahas tentang pentingnya pemenuhan MP-ASI pada anak usia 6-8 bulan, kemudian dilanjutkan dengan sesi tanya jawab. Hasil dari evaluasi kegiatan ini adalah mengajukan pertanyaan kembali kepada peserta mengenai materi yang telah disampaikan secara langsung dan melihat langsung kemampuan para peserta pasca pemberian penyuluhan.

3. HASIL

1. Tahap Persiapan

Melakukan rapat bersama tim penyuluhan dengan hasil rapat yang telah disepakati yaitu dengan melakukan studi pendahuluan terlebih dahulu dengan lahan instansi yang terkait, yaitu : Puskesmas Botania, Posyandu Kita-Kita dan kader di Perumahan Botania. Setelah dilakukan studi pendahuluan kemudian dilanjutkan dengan dilakukan rapat bersama kembali untuk menyepakati persiapan yang dibutuhkan untuk kegiatan penyuluhan. Kegiatan ini telah dibantu oleh tim penyuluhan dan kader untuk proses penyebaran informasi kepada masyarakat sekitar.

2. Tahap Implementasi

Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 25 Juni 2024 dengan melibatkan peran penyuluh, petugas puskesmas dan kader di perumahan Botania. Peserta yang mengikuti sejumlah 17 orang ibu balita. Pada sesi penyampaian materi para peserta mampu mengulang kembali pesan dari pemateri yang telah disampaikan, peserta aktif dalam berdiskusi, bertanya dan antusias menjawab pertanyaan.

3. Tahap Evaluasi

Evaluasi hasil dari kegiatan ini adalah para peserta dapat memahami materi yang telah disampaikan. Peserta dan para kader antusias dalam mengikuti kegiatan ini.

4. Tahap Kendali atau Masalah yang dihadapi

Selama proses kegiatan yang dilakukan dalam pengabdian kepada masyarakat ini dapat mempengaruhi beberapa faktor antara lain; kondisi saat penyampaian materi yang kurang kondusif karena para ibu balita membawa balitanya aktif sehingga terkadang fokus ibu balita teralihkan dari materi yang disampaikan. Hal ini merupakan kendala dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat di pelayanan kesehatan wilayah setempat.

Dokumentasi Kegiatan



4. DISKUSI

MP-ASI merupakan makanan pendamping ASI yang mulai diberikan saat anak berusia 6 bulan. Seperti namanya, makanan ini diberikan sebagai pendamping bagi bayi yang menyusui. Untuk mengolah MP-ASI pun tidak boleh sembarangan, karena pengolahannya berbeda dengan makanan orang dewasa. Ada beberapa hal yang perlu diketahui dan diperhatikan oleh ibu dalam menyiapkan MP-ASI.

Makanan ini diberikan pada bayi yang sedang tumbuh dan membutuhkan tambahan zat besi, seng, dan energi dari ASI atau susu formula saja. Namun, ASI memiliki nutrisi yang penting untuk pertumbuhan dan harus dilanjutkan paling tidak hingga bayi berusia 12 bulan dan lebih dari itu lebih baik. Hal ini agar bayi dapat makan berbagai makanan sehat bersama anggota keluarga lainnya.

Menurut WHO Pemberian tekstur M-PASI usia 6-8 bulan dengan tekstur lumat kental (tidak mudah jatuh dari sendok), 9-12 bulan dengan tekstur lembek dan usia 12-24 bulan anak-anak boleh diberikan makanan keluarga (Mustinda, 2020).

Dengan dilaksanakannya penyuluhan kepada masyarakat di posyandu kita-kita mengenai makanan pendamping ASI (MP-ASI) pada anak usia 6-8 bulan, masyarakat menjadi lebih mengerti manfaat MP-ASI pada anak usia 6-8 bulan.

Adapun berdasarkan terori manfaat MP-ASI itu adalah sebagai sumber energi, mengembangkan kemampuan bayi untuk makan sendiri, mengembangkan selera makan anak, memperkenalkan dan mengajari bayi makan.

Banyak faktor yang berhubungan dengan pemberian MP-ASI dini oleh ibu. Faktor-faktor tersebut meliputi pengetahuan, kesehatan dan pekerjaan ibu, Iklan MP-ASI, petugas kesehatan, budaya dan sosial ekonomi. Penegtahuan ibu yang masih kurang terhadap pemanfaatan pemberian ASI eksklusif sangat erat kaitannya dengan pemberian MP-ASI dini. Faktor penghambat kelanjutan pemberian ASI adalah pengetahuan dan keyakinan ibu bahwa bayi tidak akan cukup memperoleh zat gizi jika hanya diberi ASI sampai umur 6 bulan (Haryanto, 2017). Oleh karna itu, penyuluhan ini bertujuan untuk menambah pengetahuan ibu tentang pentingnya pemberian MP-ASI pada anak usia 6-8 bulan dengan baik dan benar.

Didalam pemberian MP-ASI 6-8 bulan, ibu juga perlu memperhatikan syarat-syarat pemberian MP-ASI yang benar pada anak. Adapun syarat-syarat pemberian MP-ASI pada anak usia 6-8 bulan yaitu tepat waktu, adekuat, aman dan diberikan dengan cara yang benar (seperti, MP-ASI diberikan secara teratur, lama pemberian makan maksimal 30 menit, lingkungan netral (tidak sambil bermain atau nonton TV), dan ajari anak makan sendiri dengan sendok dan minum dengan gelas).

5. KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini bahwa dengan adanya pemberian penyuluhan tentang pentingnya pemberian MP-ASI pada anak usia 6-8 bulan dapat menambah dan meningkatkan pengetahuan bagi ibu balita yang ada di Posyandu Kita-Kita di lingkungan wilayah kerja Puskesmas Botania Kota Batam, dengan dibuktikan dari hasil jawaban atas pertanyaan yang diajukan kembali setelah dilakukannya penyuluhan di akhir kegiatan peserta lebih aktif dan berpengetahuan baik. Dengan demikian dapat kita simpulkan bahwa pengetahuan ibu balita tentang pentingnya pemberian MP-ASI pada anak usia 6-8 bulan mengalami peningkatan dari yang tidak tau menjadi tau.

6. PENGAKUAN

Tim penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang banyak membantu dalam kelancaran pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yaitu Puskesmas Botania, masyarakat dan kader Perumahan Botania Kota Batam serta seluruh segenap civitas akademika Universitas Awal Bros dan Yayasan Awal Bros Bangun Bangsa.

7. DAFTAR REFERENSI

- Hidayatulla, R. N., Utami, R. F., Putri, R. S., Khasanah, R., Rosa, S., Hartinah, S., P, S. Y. S., Ramadhenisa, S., Andini, T. P., Aulia, V., Effendi, Rahmawati, Y., & Martha, E. (2021). Perilaku Pemberian MP-Asi Dini di Kecamatan Babakan Madang, Kabupaten Bogor. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat*.
- Kumalasari, S. Y., Sabrian, F., & Hasanah, O. (2015). Faktor-faktor yang berhubungan dengan pemberian makanan pendamping ASI. *Jom Fkp*.
- Suryana, Fitri, Y., Fajri, K., & Rahmad, A. H. Al. (2019). Pengaruh Riwayat Pemberian ASI dan MP ASI terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak (Usia 12-24 Bulan) di Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh.
- Widiastuti, D. P., Novayelinda, R., & Wofers, R. (2018). Hubungan Usia Awal Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) dengan Status Antropometri pada anak usia 9-12 Bulan. *Jom Fkp*.