

UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN KETERAMPILAN IBU BAYI TENTANG MAKANAN PENDAMPING AIR SUSU IBU (MP-ASI) DI POSYANDU SINGOSARI BANYUANYAR SURAKARTA

Erlyn Hapsari¹, Aryanti Setyaningsih², Christiani Bumi P³, Erinda Nur Pratiwi⁴

^{1,3}Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta

²Program Studi Sarjana Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta

⁴Program Studi Kebidanan Program Sarjana dan Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta

Email: erlynhap@ukh.ac.id, pratiwierinda@gmail.com

Abstrak

Makanan pendamping air susu ibu (MP-ASI) adalah makanan atau minuman yang mengandung zat gizi selain dari ASI, hal ini dikarenakan ASI hanya mampu memenuhi duapertiga kebutuhan bayi pada usia 6-9 bulan, dan pada 9-12 bulan memenuhi setengah dari kebutuhan bayi. Usia dibawah dua tahun masa yang amat penting sekaligus masa kritis dalam proses tumbuh kembang bayi baik fisik maupun kecerdasan, oleh karena itu setiap bayi dan anak usia 6-24 bulan harus memperoleh asupan gizi sesuai dengan kebutuhannya. Hasil survey menunjukkan bahwa salah satu penyebab terjadinya gangguan tumbuh kembang bayi dan anak usia 6-24 bulan di Indonesia adalah rendahnya mutu MP-ASI dan tidak sesuai pola asuh yang diberikan sehingga beberapa zat gizi tidak dapat mencukupi kebutuhan khususnya energi dan zat gizi mikro terutama zat besi (Fe) dan Zink (Zn). Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah setelah mendapatkan penyuluhan diharapkan Ibu bayi di Posyandu Singosari Banyuanyar Surakarta dapat memahami tentang MP-ASI sehingga nutrisi pada bayi tercukupi dan dapat membuat MP-ASI sendiri. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini mendapatkan hasil yaitu penyuluhan diikuti oleh 15 Ibu bayi posyandu yang dilakukan tanggal 17 Juli 2020 di Posyandu Singosari RW 05. Kegiatan pengabdian masyarakat tersebut mendapatkan respon yang baik. Ibu bayi posyandu menjadi lebih mengetahui tentang MP-ASI. Hal ini dapat diketahui dari hasil tanya jawab, dimana sebelum dilakukan penyuluhan tentang MP-ASI, Ibu bayi posyandu belum mengerti tentang MP-ASI, namun setelah dilakukan penyuluhan tentang MP-ASI, Ibu bayi posyandu menjadi lebih tahu tentang MP-ASI dengan nilai rata-rata pengetahuan tentang MP-ASI meningkat 80%.

Kata Kunci: MP-ASI, pengetahuan, ibu

Abstract

Complementary food for breast milk (MP-ASI) is food or drink that contains nutrients other than breast milk, this is because breast milk is only able to meet two-thirds of the baby's needs at 6-9 months of age, and at 9-12 months it fulfills half of the baby's needs. Age under two years is a very important period as well as a critical period in the process of growth and development of babies both physically and intellectually, therefore every baby and child aged 6-24 months must obtain nutritional intake according to their needs. The survey results show that one of the causes of growth and development disorders for babies and children aged 6-24 months in Indonesia is the low quality of complementary foods and not according to the parenting style given so that some nutrients cannot meet the needs, especially energy and micronutrients, especially iron. (Fe) and Zinc (Zn). The purpose of this community service is that after receiving counseling, it is hoped that the baby's mother at Singosari Banyuanyar Surakarta Posyandu can understand about complementary foods so that the baby's nutrition is fulfilled and can make complementary foods themselves. This community service activity got results, namely counseling followed by 15 mommies which was held on July 17, 2020 at Singosari RW 05 Posyandu. This community service activity received a good response. Posyandu babies' mothers know more about complementary foods. This can be seen from the results of the question and answer, where before counseling about complementary foods, posyandu babies do not understand complementary foods, but after counseling about complementary breastfeeding, posyandu babies become more aware of complementary foods with value. the average knowledge of complementary foods increased by 80%.

Keywords: *Complementary food for breast milk, knowledge, momies*

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) pada tahun 2012 melaporkan bahwa 54% kematian balita di seluruh dunia disebabkan secara langsung maupun tidak langsung oleh gizi kurang dan gizi buruk. Angka ini belum banyak berubah pada data WHO tahun 2011, yang melaporkan bahwa 45% kematian balita di seluruh dunia terkait dengan malnutrisi. Selanjutnya, data-data WHO memperlihatkan bahwa penurunan berat badan mulai terjadi pada usia 4-6 bulan yang dikenal sebagai periode penyapihan. Hal ini juga diperkuat dengan temuan bahwa dua per tiga balita yang meninggal tersebut mempunyai pola makan bayi yang salah antara lain tidak mendapatkan air susu ibu (ASI) eksklusif serta mendapat Makanan Pendamping ASI (MPASI) yang terlalu dini atau terlambat disertai komposisi zat gizi yang tidak lengkap, tidak seimbang dan tidak higienis.(1)

Makanan pendamping air susu ibu (MP-ASI) adalah makanan atau minuman yang mengandung zat gizi selain dari ASI. Hal ini dikarenakan ASI hanya mampu memenuhi duapertiga kebutuhan bayi pada usia 6-9 bulan, dan pada 9-12 bulan memenuhi setengah dari kebutuhan bayi. Dalam pemberian MP-ASI, yang perlu diperhatikan adalah usia pemberian MP-ASI, jenis MP-ASI, frekuensi dalam pemberian MP-ASI, porsi pemberian MP-ASI dan cara pemberian MP-ASI pada tahap awal. Usia dibawah dua tahun masa yang amat penting sekaligus masa kritis dalam proses tumbuh kembang bayi baik fisik maupun kecerdasan, oleh karena itu setiap bayi dan anak usia 6-24 bulan harus memperoleh asupan gizi sesuai dengan kebutuhannya. Hasil survey menunjukkan bahwa salah

salah satu penyebab terjadinya gangguan tumbuh kembang bayi dan anak usia 6-24 bulan di Indonesia adalah rendahnya mutu MP-ASI dan tidak sesuai pola asuh yang diberikan sehingga beberapa zat gizi tidak dapat mencukupi kebutuhan khususnya energi dan zat gizi mikro terutama zat besi (Fe) dan Zink (Zn). (2)

Dalam Buku Saku Kesehatan Tahun 2019 Dinas Kesehatan Jawa Tengah, disebutkan bahwa kasus balita gizi buruk pada tahun 2019 sebanyak 1216 sedangkan pada tahun 2018 sebanyak 961 kasus. Hal ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan yang sangat signifikan pada kasus balita dengan gizi buruk di Jawa Tengah.(3)

Berdasarkan data diatas menunjukkan betapa pentingnya pemenuhan gizi yang baik pada anak dimulai pada 1000 hari pertama kehidupannya, salah satunya yaitu dengan pemberian MP ASI yang sesuai dengan standar yang ditetapkan oleh WHO. Di Posyandu Singosari Banyuwangi Surakarta masih ada sekitar 8 Ibu balita yang belum mengerti tentang MP ASI yang sesuai dengan ketentuan dari WHO.

METODE PELAKSANAAN

Merujuk pada permasalahan potensial dan tujuan yang diharapkan, kegiatan pengabdian masyarakat kali ini menggunakan metode penyuluhan dengan maksud dan demonstrasi untuk meningkatkan pengetahuan keterampilan ibu dalam menerapkan pemberian MP-ASI. Media yang digunakan dalam penyuluhan ini adalah leaflet dan peralatan untuk membuat MP-ASI. Sasaran kegiatan ini ibu yang memiliki balita sebanyak 15 orang di Posyandu Singosari. Penyuluhan dilakukan dengan memberikan materi yang

dilakukan dengan diskusi dan Tanya jawab serta dilakukan demonstrasi pembuatan MP-ASI homemade secara langsung kepada ibu-ibu yang dilakukan tim Pengabdian ini disusun melalui tahapan yang diuraikan sebagai berikut:

Tahapan persiapan

Tahapan persiapan dalam kegiatan ini meliputi survei pendahuluan, menyusun proposal pengajuan hibah pengabdian masyarakat, melakukan diskusi dengan tim, melakukan koordinasi dengan pihak posyandu terkait rencana kegiatan, persiapan administratif seperti surat menyurat, dan persiapan teknis lainnya.

Pelaksanaan Kegiatan

Edukasi dilaksanakan di Posyandu Singosari tanggal 17 Juli 2020 yang dilakukan dalam bentuk tatap muka dimulai dari pukul 08.00-12.30 WIB.

Evaluasi Pelaksanaan

Proses evaluasi dilakukan dengan meminta ibu mengisi lembar instrument/ monitoring untuk menilai pengetahuan dan keterampilan ibu untuk mengetahui sejauhmana tingkat pengetahuan ibu tentang materi yang telah diberikan.

HASIL KEGIATAN

Karakteristik umum ibu

Tabel. 1 distribusi karakteristik responden ibu Posyandu Singosari tahun 2020

Karakteristik siswa	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia ibu		
18-20 tahun	3	20
20-35 tahun	12	80
Usia anak		
≤ 6 bulan	3	20
6 -12 bulan	10	66,7
≥ 1 tahun	2	13,3
total	15	100,0

Sumber: Data primer, 2020

Kegiatan upaya peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu tentang pembuatan MP-ASI homemade diikuti oleh 15 siswa dengan dengan rincian usia ibu $\leq 18-20$ sebanyak 3 orang atau 20% dan usia ibu 20-35 tahun paling banyak mengikuti kegiatan ini yaitu sebanyak 12 orang atau 80%. Usia anak ≤ 6 bulan sebanyak 3 orang atau 20%, 6-12 bulan sebanyak 10 orang atau 66,7% dan usia ≥ 1 tahun sebanyak 2 orang atau 13,3%.

Penyuluhan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan, keterampilan pada ibu dalam membuat MP-ASI secara homemade. Kegiatan penyuluhan dilakukan dengan pemberian materi tentang MP-ASI homemade dan dilakukan demonstrasi dalam pembuatan MP-ASI homemade secara langsung.

Narasumber dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah tim dosen dari FIK Universitas Kusuma Husada Surakarta yang memberikan materi tentang pengertian MP-ASI, tujuan MP-ASI, Manfaat MP-ASI, cara pemeberian MP-ASI dan cara pembuatan MP-ASI yang dilakukan dengan mendemonstrasikan cara pembuatan MP-ASI secara homemade. Sehingga makanan yang dibuat untuk bayi terjaga kualitas, hieginitas dan harga juga terjangkau serta bebas dari bahan-bahan pengawet makanan.

Ibu bayi di Posyandu Singisari sangat antusias dan bersemangat dalam mengikuti kegiatan penyuluhan ini dibuktikan dengan banyaknya ibu yang bertanya dan juga menceritakan pengalaman-pengalaman mereka dalam memberikan MP-ASI baik instant ataupun membuat sendiri.

Pemaparan materi dan demonstrasi berlangsung dari pukul 08.30 pagi sampai pukul 12.00, dalam sesi tersebut juga dilakukan Tanya jawab langsung jika ibu masih belum paham tentang materi yang disampaikan. Tingkat pengetahuan seseorang yang tinggi, selain dikarenakan tingkat pendidikan yang tinggi, juga dipengaruhi oleh keaktifan seseorang dalam mencari informasi. Pengetahuan seseorang dapat diperoleh dari keikutsertaan dalam kegiatan-kegiatan, misalnya penyuluhan rutin mengenai pengolahan MP-ASI.(4) Hasil penelitian yang dilakukan oleh Merdhika, dkk (2014) menunjukkan hasil bahwa terdapat pengaruh penyuluhan MP-ASI terhadap pengetahuan ibu menyusui. Pengetahuan ibu sesudah diberikan penyuluhan mengalami peningkatan dimana pengetahuan yang sangat signifikan terdapat pada pengetahuan tentang manfaat utama pembuatan MP-ASI bagi bayi membuktikan bahwa terdapat pengaruh penyuluhan kesehatan tentang MP-ASI terhadap pengetahuan, di mana terdapat beda rerata antara sebelum dan sesudah pemberian penyuluhan kesehatan. (5)



Gambar. 1 Leafleat MP-ASI



Gambar. 2 Foto kegiatan PkM

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Penyuluhan yang dilakukan menunjukkan bahwa ibu Posyandu Singosari sudah mengerti tentang pengertian MP-ASI, tujuan pemberian MP-ASI, manfaat MP-ASI, cara pemberian MP-ASI dan cara pembuatan MP-ASI homemade.

Saran

Saran yang dapat diberikan ialah sebagai berikut :

1. Menambah pengetahuan dan informasi serta dapat membuat sendiri MP-ASI untuk bayinya, sehingga nutrisi dan kebersihan makanan dapat terjamin;
2. Tenaga kesehatan lebih aktif dalam pendampingan pada Ibu, sehingga ibu dapat membuat sendiri tanpa harus membeli makanan pendamping ASI dirumah

DAFTAR PUSTAKA

1. IDAI. 2015. Rekomendasi Praktik Pemberian Makan Berbasis Bukti pada Bayi dan Batita di Indonesia untuk mencegah Malnutrisi. Ikatan Dokter Anak Indonesia
2. Suhariati, (2010). Hubungan Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) Terhadap Pertumbuhan Balita usia 6-24 Bulan
3. Dinkes Provinsi Jawa Tengah. 2019. *Buku Saku Kesehatan Tahun 2019*. Semarang.
4. Notoatmodjo, S. 2014. *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
5. Merdhika, W dkk. (2014). Pengaruh Penyuluhan ASI Eksklusif terhadap pengetahuan Ibu tentang ASI Eksklusif dan Sikap Ibu Menyusui. *Jurnal Teknologi dan Kejuruan*