
PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU BALITA TENTANG MAKANAN PENDAMPING AIR SUSU IBU

Suci Fitriana Pramudya Wardani^{1)*}, Yeni Ita Pratiwi²⁾, Ria Septiana Anggraeni³⁾, Silpi⁴⁾,
Inayah Ismiyati⁵⁾

^{1,2,3,4,5} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Brebes
sucipramudyawardani@gmail.com

Abstrak

Indikator status gizi dapat terlihat dari pertumbuhan seorang anak, dan akan menentukan status Kesehatan anak dimasa depan. Dua tahun pertama kehidupan adalah masa yang sangat sensitif terhadap lingkungan dan sangat singkat serta tidak dapat terulang kembali, oleh karena itu masa baduta (bawah dua tahun) disebut sebagai “golden age” atau zaman keemasan. Pemberian ASI Eksklusif yang dilanjutkan dengan pemberian makanan pendamping ASI yang tepat mampu meningkatkan kelangsungan hidup anak. Permasalahan yang dialami oleh mitra adalah masih minimnya pengetahuan masyarakat tentang pengolahan MP ASI yang baik dalam meningkatkan status gizi balita. Berdasarkan permasalahan tersebut, maka Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Brebes bertujuan untuk memberikan solusi Penyuluhan Kesehatan tentang MP ASI. Metode pelaksanaan pada program pengabdian kepada masyarakat ini disusun secara sistematis dimulai dari tahap persiapan, pelaksanaan hingga evaluasi. Kegiatan Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita tentang Makanan Pendamping Air Susu Ibu Di Desa Karanglo Kecamatan Jatibarang Kabupaten Brebes telah terbukti dapat meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang pengelolaan dan pemberian MP ASI. Hal ini tidak terlepas dari adanya bantuan media dalam penyampaian materi kegiatan.

Kata Kunci: Pengetahuan, MP ASI, Media

Nutritional status indicators can be seen from the growth of a child, and will determine the child's health status in the future. The first two years of life are very sensitive to the environment and are very short and cannot be repeated, therefore the baduta period (under two years) is referred to as the "golden age". Exclusive breastfeeding followed by proper complementary feeding can improve child survival. The problem experienced by partners is the lack of public knowledge about good MP breastfeeding management in improving the nutritional status of toddlers. Based on these problems, the Brebes College of Health Sciences aims to provide solutions for Health Counseling about MP ASI. The implementation method of this community service program is arranged systematically starting from the preparation, implementation to evaluation stages. Activities to Increase Knowledge of Mothers of Toddlers about Complementary Foods for Breast Milk in Karanglo Village, Jatibarang District, Brebes District have been proven to increase the knowledge of mothers under five about the management and provision of MP ASI. This is inseparable from the assistance of the media in delivering activity materials.

Keywords: Knowledge, complementary foods, media

PENDAHULUAN

Indikator status gizi dapat terlihat dari pertumbuhan seorang anak, dan akan menentukan status Kesehatan anak dimasa depan. Dua tahun pertama kehidupan adalah masa yang sangat sensitif terhadap lingkungan dan sangat singkat serta tidak dapat terulang kembali, oleh karena itu masa

baduta (bawah dua tahun) disebut sebagai “golden age” atau zaman keemasan.

Makanan pendamping ASI (MP ASI) adalah makanan atau minuman yang bergizi dan diberikan kepada anak usia 6-24 bulan guna memenuhi kebutuhan gizinya selain dari ASI (World Health Organization, 2003). Pemberian ASI Eksklusif yang

dilanjutkan dengan pemberian makanan pendamping ASI yang tepat mampu meningkatkan kelangsungan hidup anak (Frongillo et al., 2017). Namun pemberian makanan pendamping ASI secara dini dapat menyebabkan risiko diare, infeksi pada anak, dan penurunan jumlah ASI yang diterima anak

Makanan pendamping ASI yang baik dan tepat adalah makanan yang mampu memenuhi kebutuhan gizi anak, dan baik untuk pertumbuhan dan perkembangan. Pemberian makanan pendamping ASI dilakukan secara bertahap sesuai dengan usia anak, mulai dari makanan padat yang dihaluskan sampai anak terbiasa dengan makanan keluarga. Selain makanan pendamping ASI, air susu ibu (ASI) tetap menjadi unsur nutrisi dan perlindungan terhadap penyakit hingga anak berusia dua tahun (Black et al., 2013).

Sebanyak 2,7 juta (45%) kematian anak disebabkan oleh kekurangan gizi. Pada tahun 2020, secara global sebanyak 149 juta anak dibawah usia 5 tahun diperkirakan mengalami stunting (terlalu pendek untuk usia), 38,9 juta kelebihan berat badan atau obesitas, dan 45 juta diperkirakan kurus (terlalu kurus untuk tinggi badan). Di beberapa negara, kurang dari seperempat bayi usia 6-23 bulan memenuhi kriteria frekuensi dan makanan sesuai usia, yang disebabkan oleh rendahnya pengetahuan tentang makanan pendamping air susu ibu (MP ASI). (World Health Organization, 2021)

Hanya sebagian kecil anak yang mendapatkan makanan pendamping ASI dengan prinsip gizi seimbang. Prinsip gizi seimbang adalah konsumsi makanan yang cukup energi, lemak, protein, vitamin dan mineral. Menurut Citerawati, (2016) masalah kesehatan dan masalah gizi terjadi karena faktor biologis dan perilaku manusia. Upaya untuk mengatasi masalah perilaku tersebut dengan melalui penyuluhan. Dalam melaksanakan proses penyuluhan diperlukan media sebagai alat bantu. Media informasi dapat menginterpretasikan materi

penyuluhan yang kompleks menjadi lebih sederhana dan mudah dipahami.

IDENTIFIKASI MASALAH

Permasalahan yang dialami oleh mitra adalah masih minimnya pengetahuan masyarakat tentang pengolahan MP ASI yang baik dalam meningkatkan status gizi balita. Berdasarkan permasalahan yang dihadapi mitra, maka Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Brebes memberikan solusi Penyuluhan Kesehatan yang diberikan adalah tentang pengertian MP ASI, tujuan MP ASI, manfaat MP ASI, syarat pemberian MP ASI, cara pemberian MP ASI, jadwal pemberian MP ASI, kebutuhan gizi pada bayi, menu sehat dan seimbang pada bayi.

METODELOGI PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan pada program pengabdian kepada masyarakat ini disusun secara sistematis:

Tahap Persiapan

Kegiatan yang dilakukan pada tahap persiapan adalah:

1. Survey tempat pelaksanaan kegiatan
2. Penyusunan materi berupa Leaflet
3. Pembuatan proposal dan penyelesaian administrasi perijinan tempat
4. Penyusunan materi untuk penyuluhan seperti pembuatan SAP
5. Evaluasi tahap persiapan

Tahap Pelaksanaan Kegiatan

1. Persiapan
 - a) Pembuatan leaflet
 - b) Pengurusan perijinan
 - c) Pertemuan persiapan
 - d) Pertemuan membahas tentang persiapan penyuluhan dengan pihak Desa
2. Pelaksanaan
 - a) Penyuluhan Kesehatan dilaksanakan pada bulan juli 2022
 - b) Peserta penyuluhan adalah ibu yang memiliki balita 6-24 bulan.
 - c) Penyuluhan dilakukan dengan menggunakan media lisan dan cetak.

3. Tindak lanjut

Peserta mengetahui tentang peningkatan status gizi balita melalui MP ASI.

Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi merupakan tahapan yang dilakukan untuk menilai kegiatan secara keseluruhan dan meninjau kembali apakah terdapat kekurangan-kekurangan selama kegiatan. Tahap evaluasi ini bertujuan agar kegiatan yang dilakukan dapat berjalan dengan efektif dan sesuai dengan yang diharapkan.

Program kegiatan pengabdian masyarakat ini berjalan sesuai rencana, dan masyarakat yang berada pada lokasi penyuluhan merasa puas dan terbantu dengan kegiatan ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian dapat diuraikan melalui 2 (dua) tahapan kegiatan, yaitu persiapan dan pelaksanaan. Pada tahap persiapan yang merupakan perencanaan program pengabdian dilakukan kegiatan koordinasi dengan pihak lokasi pengabdian, penetapan waktu kegiatan, dan perencanaan materi penyuluhan.

Pada tahap pelaksanaan, kegiatan pengabdian Masyarakat ini berlangsung di Desa Karanglo Kecamatan Jatibarang Kabupaten Brebes. Kegiatan ini dihadiri oleh ibu yang memiliki balita usia 6-24 bulan. Pemberian materi kegiatan menggunakan bantuan media leaflet.

Hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan sesuai waktu yang telah ditentukan. Ketercapaian tujuan pengabdian Masyarakat sudah baik (85%), hal ini dilihat dari adanya peningkatan pengetahuan ibu balita tentang MP ASI. Materi yang telah disampaikan pada kegiatan ini adalah pengetahuan pengertian MP ASI, tujuan MP ASI, manfaat MP ASI, syarat pemberian MP ASI, cara pemberian MP ASI, jadwal pemberian MP ASI, kebutuhan gizi pada bayi, menu sehat dan seimbang pada bayi. Kemampuan peserta dalam penguasaan materi dapat dikatakan baik (80%). Penyampaian materi dengan

metode ceramah dan menggunakan leaflet mendukung kemampuan peserta dalam menguasai materi

KESIMPULAN

Kegiatan Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita tentang Makanan Pendamping Air Susu Ibu Di Desa Karanglo Kecamatan Jatibarang Kabupaten Brebes telah terbukti dapat meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang pengelolaan dan pemberian MP ASI. Hal ini tidak terlepas dari adanya bantuan media dalam penyampaian materi kegiatan.

REFERENSI

- Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., Bhutta, Z. A., Christian, P., de Onis, M., Ezzati, M., Grantham-McGregor, S., Katz, J., Martorell, R., Uauy, R., & Maternal and Child Nutrition Study Group. (2013). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *Lancet (London, England)*, 382(9890), 427–451. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(13\)60937-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(13)60937-X)
- Citerawati, Y. W. (2016). *Makanan pendamping ASI*. Transmedika.
- Frongillo, E. A., Nguyen, P. H., Saha, K. K., Sanghvi, T., Afsana, K., Haque, R., Baker, J., Ruel, M. T., Rawat, R., & Menon, P. (2017). Large-Scale Behavior-Change Initiative for Infant and Young Child Feeding Advanced Language and Motor Development in a Cluster-Randomized Program Evaluation in Bangladesh. *The Journal of Nutrition*, 147(2), 256–263. <https://doi.org/10.3945/jn.116.240861>
- World Health Organization. (2003). *Global strategy for infant and young child feeding*. World Health Organization. <https://www.who.int/publications-detail-redirect/9241562218>

World Health Organization. (2021). *Infant and young child feeding*.
<https://www.who.int/news-room/fact->

[sheets/detail/infant-and-young-child-feeding](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding)