

EDUKASI PEMBERIAN MAKAN PADA BAYI DAN ANAK (PMBA) UNTUK PEMENUHAN ASUPAN GIZI ANAK

Merita Eka Rahmuniyati^{1*}, Charista Millenia Bintari², Hanifatul Mukaromah³

¹⁾Dosen Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas Respati Yogyakarta

^{2,3}Mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas Respati Yogyakarta

*e-mail: merita_er@respati.ac.id

Abstrak

Perbaikan status gizi bayi/anak dapat dilakukan melalui Praktik Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) yang tepat. Kesalahan dalam PMBA dapat mengakibatkan terganggunya pemenuhan gizi. WHO memprediksi kejadian malnutrisi pada anak menjadi penyebab 55% kematian anak didunia dan lebih berisiko lagi pada anak dengan kondisi gizi buruk. Ibu merupakan sosok yang sangat berperan penting dalam proses pemenuhan gizi yang optimal bagi anaknya, sehingga sangat penting pengetahuan ibu terkait PMBA perlu ditingkatkan. Kondisi gangguan pemenuhan gizi pada anak dapat terjadi akibat kurangnya pengetahuan, sikap, motivasi dan keterampilan ibu/pengasuh dalam mempersiapkan makanan dan minuman yang bergizi dan sesuai dengan kebutuhan anak. Kegiatan ini akan dilaksanakan di Dusun Pokoh diikuti oleh 18 peserta ibu balita. Kegiatan ini terdiri dari dua bagian yakni penyuluhan PMBA dan praktik pembuatan MP-ASI homemade. Sebanyak 72,2% tingkat pengetahuan peserta mengalami peningkatan setelah mendapatkan penyuluhan. Praktik pembuatan MP-ASI dimulai dari menu MP-ASI usia 6 – 9 bulan, 9 – 12 bulan, dan 12 bulan ke atas. Kegiatan ini memberikan pengalaman yang luar biasa bagi ibu balita dalam upaya meningkatkan pemenuhan asupan gizi anak sesuai umurnya.

Kata kunci: PMBA ; MP-ASI ; Ibu ; Bayi ; Anak

Abstract

Improving the nutritional status of infants/children can be done through appropriate Infant and Child Feeding Practices (IPM). Errors in PMBA can result in disruption of nutritional fulfillment. WHO predicts the incidence of malnutrition in children is the cause of 55% of child deaths in the world and is even more at risk in children with poor nutritional conditions. Mother is a figure who plays an important role in the process of fulfilling optimal nutrition for her child, so it is very important that mother's knowledge regarding PMBA needs to be improved. Conditions of impaired nutritional fulfillment in children can occur due to lack of knowledge, attitudes, motivation and skills of mothers/caregivers in preparing nutritious food and drinks according to children's needs. This activity will be held in Pokoh Hamlet, followed by 18 mothers of toddlers. This activity consists of two parts, namely counseling for PMBA and the practice of making homemade MP-ASI. A total of 72.2% of participants' knowledge level increased after receiving counseling. The practice of making MP-ASI starts from the MP-ASI menu for ages 6-9 months, 9-12 months, and 12 months and over. This activity provides an extraordinary experience for mothers of toddlers in an effort to increase the fulfillment of children's nutritional intake according to their age.

Keywords: PMBA ; MP-ASI ; Mother ; Infant ; Child

PENDAHULUAN

Riskesdas (2018) menunjukkan bahwa balita stunting dan kurus masih cukup tinggi di Indonesia, prevalensi balita stunting sebanyak 30,8% dan balita kurus sebesar 6,7 %. Kasus stunting balita di Sleman masih tinggi. Pada tahun 2018 terdapat 11 % balita mengalami stunting, balita gizi kurang 7,32 %, dan balita kurus 3,97 % (Kemenkes RI, 2018). Puskesmas juga memiliki peran dalam mengatasi kasus stunting baik melalui gizi sensitif dan spesifik (Rahmuniyati, 2020). Praktik Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) yang tepat dapat memperbaiki status gizi

bayi/anak. Menurut *World Health Organization (WHO)/ United Nations Children's Fund (UNICEF)*, lebih dari 60 % kematian anak balita terkait dengan keadaan kurang gizi, dan dua pertiga diantara kematian tersebut terkait dengan praktik pemberian makan yang kurang tepat pada bayi dan anak (WHO, 2001).

Ibu memiliki peran penting dalam proses pemenuhan gizi yang optimal bagi anaknya, sehingga sangat penting pengetahuan ibu terkait PMBA perlu ditingkatkan. Kondisi gangguan pemenuhan gizi pada anak dapat terjadi akibat kurangnya pengetahuan, sikap, motivasi dan keterampilan ibu/pengasuh dalam mempersiapkan makanan dan minuman yang bergizi dan sesuai dengan kebutuhan anak. Salah satu faktor yang berpengaruh dalam pemberian makan yang benar yaitu pengetahuan ibu/pengasuh terkait dengan informasi tentang manfaat ASI, MPASI, dan lainnya. Adanya tujuan dari kegiatan ini adalah memberikan edukasi kepada ibu dalam memberikan makan pada bayi dan anak sesuai umurnya.

METODE

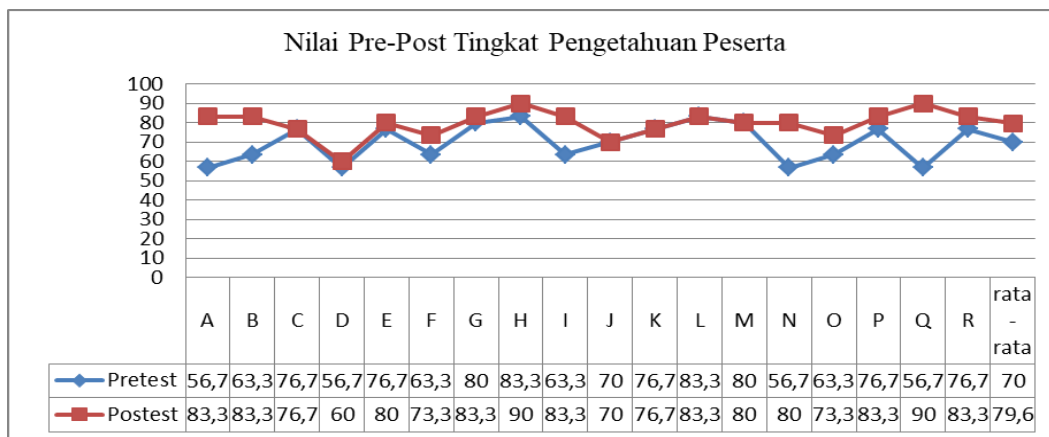
Kegiatan ini dilaksanakan 03 November 2021 di Rumah Bapak Dukuh Pokoh. Kegiatan ini diikuti 18 ibu balita. Beberapa rangkaian kegiatan berupa penyuluhan dan praktik pembuatan MP-ASI. (1) Penyuluhan PMBA, penyuluhan dilakukan mengetahui seberapa besar pengetahuan dan pemahaman peserta terkait PMBA. Peserta akan diberikan beberapa pertanyaan yang berkaitan dengan PMBA, baik sebelum penyuluhan maupun sesudahnya. Adanya pre dan post test menunjukkan perubahan pengetahuan dan pemahaman peserta terkait PMBA. (2) Praktik Pembuatan MP-ASI. Adanya praktik pembuatan MP-ASI ini dapat meningkatkan keterampilan ibu dalam menyusun menu yang sesuai dengan umur anak. Praktik pembuatan MP-ASI berupa kegiatan mengenai cara pengolahan MP-ASI 4* dengan prinsip pada jenis MP-ASI home made. Menu MP-ASI yang dimasak adalah menu makanan rumahan yang menggunakan bahan-bahan yang mudah dijumpai, sehingga dapat dipraktikkan langsung oleh para ibu di rumah di kemudian hari.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pemberian makan yang baik dimulai sejak awal pemberian MP-ASI hingga usia dua tahun. Kebutuhan energi anak hingga usia 6 bulan dapat tercukupi dari ASI saja. Pemberian MP-ASI dapat diberikan karena pemberian ASI saja tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi sekitar mulai usia sekitar 6 bulan (IDAI, 2018). Rekomendasi WHO terkait PMBA meliputi Inisiasi Menyusu Dini (IMD), pemberian ASI eksklusif, Makanan Pendamping ASI (MP-ASI), pemberian ASI sampai usia dua tahun (WHO, 2017), dimana tujuan pemberian MP-ASI yakni untuk pemenuhan kebutuhan gizi bayi/anak, memperkenalkan pola makan keluarga pada bayi/anak, mengembangkan kemampuan bayi untuk menerima bermacam-macam makanan dengan berbagai rasa dan bentuk (kemampuan menelan dan mengunyah), mencoba beradaptasi terhadap makanan yang mengandung energi tinggi.

Pengabdian ini difokuskan pada kegiatan tahap pengenalan MP-ASI kepada peserta melalui kegiatan edukasi berupa penyuluhan dan praktik pembuatan menu MP-ASI. Peserta dari kegiatan ini sebanyak 18 orang yang terdiri dari ibu yang memiliki balita. Kegiatan ini dilaksanakan kurang lebih 60 menit di Rumah Bapak Dukuh Pokoh. Kegiatan pengabdian ini terlaksana dengan sangat baik. Seluruh peserta aktif dan antusias mengikuti serangkaian agenda kegiatan. Kegiatan pengabdian ini dapat terlaksana dengan baik juga didukung dengan sarana/prasarana yang memadai, lokasi kegiatan yang nyaman, penyajian materi menggunakan media elektronik berupa LCD, soundsystem, laptop, serta materi disajikan dengan tidak membosankan.

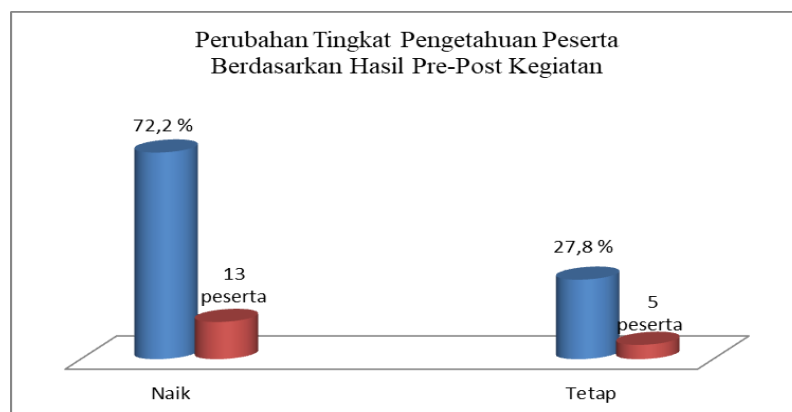
Edukasi dalam bentuk penyuluhan terkait pemberian MP-ASI. Penyuluhan dilakukan untuk memberikan pemahaman peserta terkait MP-ASI sesuai dengan umur anak. Peserta mengisi kuesioner berupa pertanyaan yang diberikan, baik sebelum maupun sesudah penyuluhan. Bilai Pre dan Posttest disajikan dalam gambar 1.



Gambar 1. Nilai Pre-Post Tingkat Pengetahuan Peserta

Gambar 1 menunjukkan nilai pre-post masing-masing peserta penyuluhan. Sebelum dilakukan penyuluhan, rata-rata nilai pengetahuan peserta sebesar 70 poin, sedangkan setelah diberikan penyuluhan sebesar 79,6 poin. Hal tersebut menunjukkan ada kenaikan sebesar 9,6 poin.

Pengabdian kepada Masyarakat ini terkait dengan upaya edukasi kepada masyarakat dalam bentuk penyuluhan terkait MP-ASI. Berdasarkan Notoadmojo (2012), metode dalam pendidikan kesehatan seperti ceramah ini baik digunakan untuk semua kalangan pendidikan. Ceramah dapat berhasil apabila pemateri itu menguasai materi yang akan disampaikan dan sasaran. Berdasarkan hasil pre-post menunjukkan hasil bahwa sebanyak 72,2% ibu balita mengalami peningkatan pengetahuan setelah diberikan penyuluhan. Pengetahuan peserta mengalami peningkatan sesuai dengan riset dari Saputri, dkk yang menunjukkan penerapan penyuluhan tentang MP-ASI meningkatkan praktik pemberian MP-ASI 4 bintang pada bayi umur 6 – 12 bulan (Saputri & Kusumastuti, 2019). Begitu juga dengan penelitian dari Muniarti yang menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan dan sikap ibu tentang pemberian MP-ASI dengan status gizi anak (Muniarti, 2010). Menurut Rahmuniyati *et al.* (2020) mengemukakan bahwa setelah dilakukan penyuluhan kepada peserta terjadi peningkatan pengetahuan menjadi lebih baik. Oleh karena itu apabila edukasi melalui penyuluhan rutin dilakukan akan meningkatkan pengetahuan seseorang. Menurut Arini, dkk yakni terjadi peningkatan pengetahuan PMBA pada Ibu dengan balita yaitu sebelum penyuluhan (Arini, Puspahreni, & Fatmawati, 2017).



Gambar 2. Perubahan Nilai Pre-Post Pengetahuan Peserta

Gambar 2 menunjukkan adanya perubahan nilai pre-post peserta. Sebanyak 72,2% mengalami kenaikan nilai setelah dilakukan penyuluhan. Selain itu, juga ada yang memiliki nilai tetap sebesar 27,8%.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Windayanti, *et all* (2019) menunjukkan bahwa hasil praktik menunjukkan ibu ada peningkatan pengetahuan tentang MP-ASI dan keterampilan dalam pembuatan tekstur MPASI sesuai kategori usia anak/bayi. Pemberian MP-ASI lokal memiliki beberapa dampak positif. Fungsi pengolahan MP-ASI lokal antara lain, ibu lebih terampil dalam

membuat MP-ASI dari bahan pangan lokal, meningkatkan partisipasi masyarakat dan memperkuat kelembagaan, memiliki potensi meningkatkan pendapatan masyarakat, sarana untuk penyuluhan gizi (Depkes RI, 2006).

Data dari *Global Strategy of Infant and Young Child Feeding* menunjukkan 60% kematian balita disebabkan oleh kurang gizi dan 2/3 dari kematian tersebut terkait dengan praktik pemberian makan yang kurang tepat bagi bayi dan anak. Pemberian makanan yang terlalu dini dan kurang tepat dapat menyebabkan anak menjadi kurang gizi. Pemberian MP-ASI terlalu dini dapat berisiko pada gangguan pencernaan (diare). Pemberian MP-ASI yang tidak tepat dalam jumlah yang cukup dari segi kuantitas dan kualitas akan mengakibatkan gangguan pertumbuhan dan kurang gizi.

Saat sesi tanya jawab kegiatan penyuluhan, peserta menyampaikan pendapat bahwa selama di rumah tidak membuat MP-ASI sendiri (homemade) dikarenakan tidak tahu manfaatnya apabila mengolah makanan sendiri, selain itu juga ada yang berpendapat memasak MP-ASI sendiri membutuhkan waktu lama. Namun, setelah mengikuti penyuluhan, peserta menjadi lebih ada peningkatan pengetahuan terkait MP-ASI. Menurut Widaryanti (2019) diperlukan upaya lebih giat terutama dari tenaga kader posyandu terampil sangat besar terhadap keberhasilan Pemberian makan bayi dan Anak (PMBA), peningkatan pemberdayaan ibu, peningkatan dukungan anggota keluarga serta peningkatan kualitas makanan bayi dan anak yang akan meningkatkan status gizi balita (Widaryanti & Rahmuniyati, 2019a).

Kegiatan berikutnya adalah praktik pembuatan MP-ASI. Pembuatan menu MP-ASI ini dimulai dari usia 6 bulan, dengan menggunakan menu 4* (beras, sayur, protein hewani dan nabati) dengan beberapa peralatan yang ada di rumah menggunakan pisau, telenan, saringan kawat, piring, mangkok, panci, ulek kayu, kompor. MP-ASI harus mengandung zat gizi sesuai kebutuhan. Menurut Asih (2019), penerapan pembuatan makanan pendamping asi homemade no gulgar untuk efektif meningkatkan keterampilan ibu dalam pemberian makanan pendamping ASI pada anak usia 6-12 bulan di PMB Hariyati, Adimulyo, Kebumen (Asih & Sofiana, 2019). Begitu pula dengan Widaryanti & Rahmuniyati (2019b) menunjukkan bahwa menu ini dapat dibagi sesuai umur anak yakni menu 6 – 9 bulan, 9 – 12 bulan, >12 bulan. Pemberian MP-ASI ini harus sesuai dengan umur dan frekuensi pemberian. Untuk itu, diperlukan pengetahuan dan keterampilan ibu untuk menyediakan MP-ASI yang tepat dan bermutu sesuai dengan kemampuan dan ketersediaan bahan makanan setempat.

SIMPULAN

Kesimpulan yang dapat diambil dari kegiatan ini adalah peserta tertarik mengikuti kegiatan sampai dengan selesai. Sebanyak 72,2% peserta mengalami peningkatan pengetahuan setelah dilaksanakan penyuluhan. Ibu balita belajar mempraktikkan pembuatan MP-ASI dengan benar sesuai dengan umur anak.

SARAN

Saran yang dapat diberikan adalah ibu balita dapat mempraktikkan dan menerapkan menu MP-ASI homemade sesuai umur anak. Serta perlu pendampingan dan pelatihan PMBA untuk ibu balita terutama dalam pembuatan MP-ASI home made baik oleh kader dan petugas kesehatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Universitas Respati Yogyakarta atas dukungan terselenggaranya kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arini, F. A., Puspareni, L. D., & Fatmawati, I. (2017). Pemberdayaan Ibu dengan Balita melalui Praktik Pemberian Makanan Bayi dan Anak dengan Gizi Seimbang di Wilayah Kerja Puskesmas Sukmajaya Kota Depok, 9(2012), 16.
- Asih, D. R., & Sofiana, J. (2019). Penerapan Pembuatan MP-ASI Homemade No Gulgar untuk Meningkatkan Keterampilan Ibu dalam Pemberian Makanan pada Anak Usia 6-12 Bulan. *Proceeding of The URECOL*, 436-445. Retrieved from <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/674>
- Depkes RI. (2006). *Pedoman Umum Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI)*

Lokal Tahun 2006.

- IDAI. (2018). Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI). *UKK Nutrisi Dan Penyakit Metabolik IDAI*.
- Kemenkes RI. (2018). *Riskesdas 2018*. Jakarta. Retrieved from <https://www.kemkes.go.id/resources/download/info-terkini/hasil-riskesdas-2018.pdf>
- Muniarti. (2010). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang Pemberian MP-ASI Dengan Status Gizi Anak (6-24 bulan) Di Kenagarian Bungo Tanjung Tahun 2009. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 4(2), 88–96. <https://doi.org/10.24893/JKMA.V4I2.74>
- Rahmuniyati, M. E. (2020). Peran Puskesmas dalam Upaya Mengurangi Kasus Stunting melalui Program Sanitasi Total Berbasis Masyarakat (STBM). *Prosiding Seminar Nasional Multidisiplin Ilmu*, 2(1), 511–517. Retrieved from <http://prosiding.respati.ac.id/index.php/PSN/article/view/320>
- Rahmuniyati, M. E., & Khasana, T. M. (2020). Edukasi Penganekaragaman Menu 4 Bintang (4*) MP-Asi Homemade sebagai Upaya Meningkatkan Status Gizi Balita. *Communnity Development Journal*, 1(3), 410–415. Retrieved from <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/cdj/article/view/1099>
- Saputri, F., & Kusumastuti. (2019). Penerapan Penyuluhan tentang MP ASI terhadap Praktek Pemberian MP ASI 4 Bintang pada Bayi Umur 6-12 Bulan di BPM Jemanis Kabupaten Kebumen. *University Research Colloquium*, 556–564.
- WHO. (2001). *Guiding Principles for Complementary Feeding of The Breastfed Child*. Retrieved from https://www.who.int/nutrition/publications/guiding_principles_compfeeding_breastfed.pdf
- WHO. (2017). Global strategy for infant and young child feeding. *WHO*. Retrieved from <http://www.who.int/nutrition/publications/infantfeeding/9241562218/en/>
- Widaryanti, R., & Rahmuniyati, M. E. (2019a). Evaluasi Pasca Pelatihan Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) pada Kader Posyandu Terhadap Peningkatan Status Gizi Bayi dan Balita, 4(2), 163–174. <https://doi.org/https://doi.org/10.35842/formil.v4i2.273>
- Widaryanti, R., & Rahmuniyati, M. E. (2019b). *Panduan Pemberian Makanan Bayi dan Anak bagi Kader Dilengkapi Menu 4* untuk Kondisi Normal dan Bencana* (1th ed.). Yogyakarta: Respati Press.
- Windayanti, H., Masruroh, & Cahyaningrum. (2019). Pemberian Informasi Tentang Pemberian Makan Bayi dan Anak Usia 0 – 24 Bulan. *Indonesia Journal of Community Empowerment (IJCE)*, 1(2), 23–28. Retrieved from <http://jurnal.unw.ac.id:1254/index.php/IJCE/article/view/321>