

## **PKM SOSIALISASI TENTANG MAKANAN PENDAMPING ASI (MP-ASI) SESUAI USIA DAN KONDISI ANAK DI POSYANDU MEKAR DESA BUKIT KEMUNING KECAMATAN TAPUNG HULU KABUPATEN KAMPAR**

**Erma Kasumayanti<sup>1</sup>, Siti Hotna Siagian<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Bangkinang, Indonesia

<sup>2</sup>Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Bangkinang, Indonesia  
erma.nabihan@gmail.com

**Abstrak:** Pemenuhan kebutuhan nutrisi dapat membantu peningkatan pertumbuhan dan perkembangan pada bayi dan anak. Pada kenyataannya banyak anak berusia kurang dari dua tahun mengalami gangguan pertumbuhan dan perkembangan disebabkan kekurangan gizi sejak dalam kandungan, ibu tidak memberikan ASI eksklusif, terlalu dini memberikan makanan pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) serta MP-ASI yang dikonsumsi anak tidak cukup mengandung kebutuhan zat gizi anak. Di desa Bukit Kemuning diketahui bahwa terdapat pemberian MP-ASI dini pada usia 0-6 bulan, selain itu MP-ASI yang diberikan belum sesuai dengan usia anak. Sosialisasi dan edukasi ini diberikan sebagai upaya peningkatan pengetahuan masyarakat dalam pemberian MP-ASI sesuai Tahapan dan usia anak. Kegiatan ini dilaksanakan di Posyandu Mekar Desa Bukit Kemuning Kecamatan Tapung Hulu Kabupaten Kampar pada tanggal 16 Agustus 2022 dengan melibatkan ibu hamil, ibu yang memiliki anak dibawah usia 2 tahun, kader posyandu dan tenaga profesional. Jumlah peserta yang hadir sebanyak 45 orang. Kegiatan ini diawali dari tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi kegiatan. Berdasarkan hasil evaluasi kegiatan diketahui terdapat peningkatan pengetahuan orang tua dan kader tentang edukasi tentang Pemberian MP-ASI sesuai usia dan Kondisi anak. Diharapkan bagi orang tua dapat memberikan MP-ASI sesuai usia Anak yang dianjurkan dan MP-ASI yang diberikan mencukupi kebutuhan nutrisi anak sehingga tumbuh kembang anak normal sesuai tahapan perkembangannya.

**Kata Kunci:** Makanan Pendamping ASI, Sosialisasi.

**Abstract:** Meeting nutritional needs can help increase growth and development in infants and children. In fact, many children aged less than two years experience growth and development disorders due to malnutrition from the time they are in the womb, mothers do not give exclusive breastfeeding, give complementary foods too early to breastfeed (MP-ASI) and the MP-ASI consumed by children does not contain enough children's nutritional needs. In the village of Bukit Kemuning it is known that early MP-ASI was given at the age of 0-6 months, besides that the MP-ASI given was not appropriate for the child's age. This socialization and education is provided as an effort to increase public knowledge in the provision of MP-ASI according to the stage and age of the child. This activity was carried out at the Posyandu Mekar, Bukit Kemuning Village, Tapung Hulu District, Kampar Regency on August 16 2022 involving pregnant women, mothers with children under the age of 2, posyandu cadres and professional staff. The number of participants who attended were 45 people. This activity starts from the preparation, implementation and evaluation stages of activities. Based on the results of the activity evaluation, it was found that there was an increase in the knowledge of parents and cadres about education about the provision of MP-ASI according to the age and condition of the child. It is expected that parents can provide MP-ASI according to the recommended age of the child and the MP-ASI given will meet the nutritional needs of the child so that the child's growth and development is normal according to the stages of its development.

**Keywords:** Complementary Food for ASI, Outreach.

### **Pendahuluan**

Nutrisi sangat bermanfaat bagi tubuh dalam membantu proses pertumbuhan dan perkembangan anak serta mencegah terjadinya berbagai penyakit akibat kurang nutrisi dalam tubuh. Untuk memastikan gizi anak terpenuhi penting adanya pengetahuan orang tua yang cukup tentang pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang sesuai usia pemberian serta

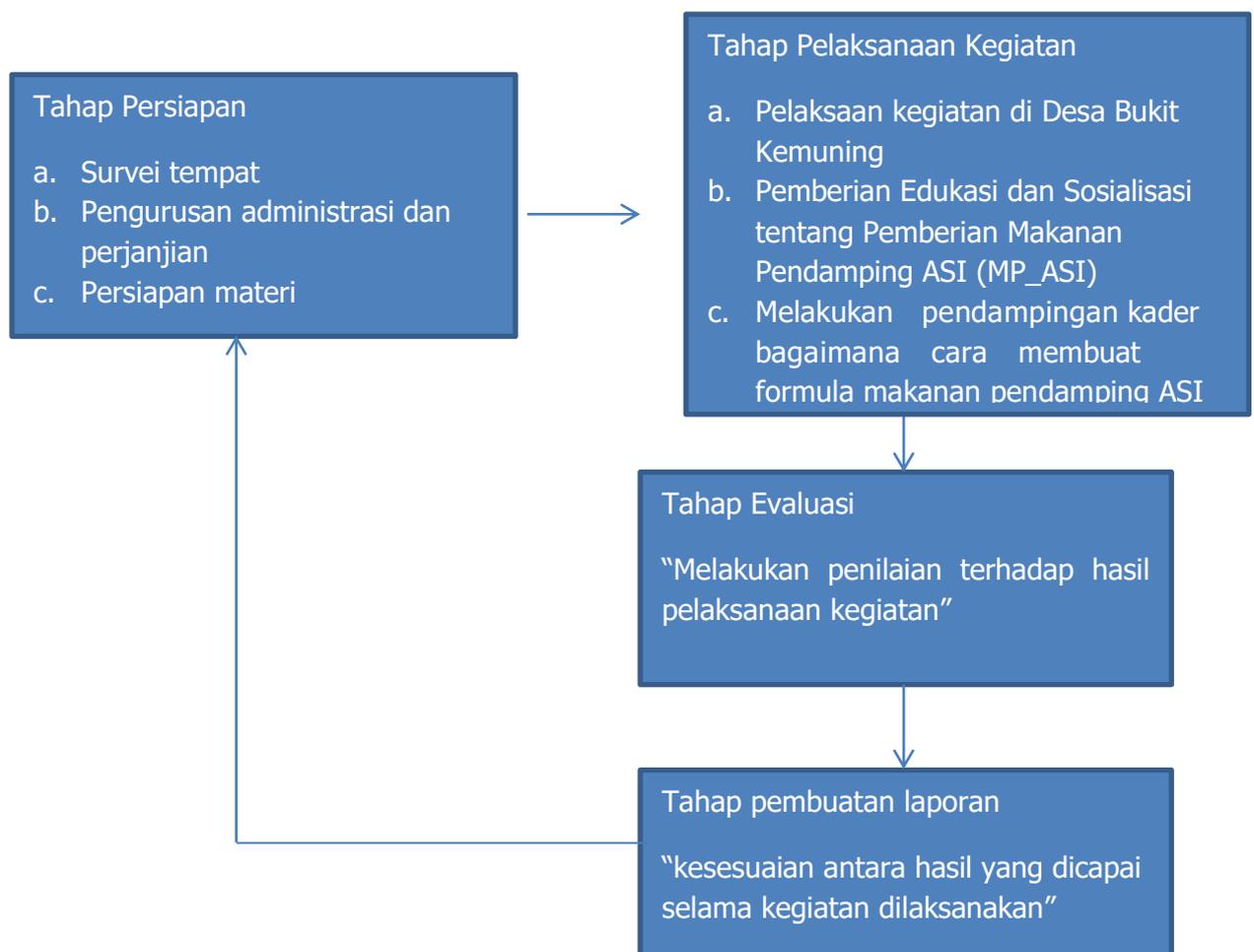
tahapan ataupun nilai gizi yang terkandung dari makanan harus memenuhi kebutuhan nutrisi anak. Nutrisi anak yang didapatkan melalui MP-ASI tidak boleh diberikan terlalu dini, dan tidak boleh juga diberikan terlalu lambat, karena dapat berdampak pada tidak terpenuhinya kebutuhan gizi anak. Pemberian MP-ASI juga harus mencakup semua zat gizi yang dibutuhkan antaralain karbohidrat, protein, lemak vitamin, mineral, dan air dengan memperhatikan kebersihan dan keamanannya bagi bayi. Tekstur MP-ASI juga harus disesuaikan dengan usia anak dimulai dari tesktur encer, lembek sampai dengan padat (Septikasari, 2018).

Pengenalan dan pemberian MP-ASI harus dilakukan secara bertahap baik bentuk maupun jumlah guna memenuhi kebutuhan gizi karena merupakan makanan peralihan dari ASI ke makanan keluarga. Pada bayi dan anak, kekurangan gizi akan menimbulkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan yang apabila tidak diatasi secara dini dapat berlanjut hingga dewasa. Namun kenyataan tersebut terkadang menimbulkan kesalah pahaman yaitu dengan alasan memenuhi kebutuhan gizi bayi, maka dilakukan pemberian MP-ASI yang terlalu dini. Pemberian MP-ASI terlalu dini disebabkan kurangnya pengalaman pada ibu menyusui yang beranggapan bahwa bayinya tidak akan kenyang jika hanya mengonsumsi ASI saja (Mariani, Hendarman, dan Nita, 2016)

Pegabdian Kepada Masyarakat ini dilaksanakan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat khusus nya ibu yang memiliki bayi agar memberikan ASI eksklusif pada bayi nya dan memberikan MP\_ASI setelah usia 6 bulan dengan tahapan dan jenis MP-ASI sesuai usia dan kondisi anak. Desa bukit kemuning merupakan daerah pedesaan yang terletak di Kecamatan Kampar Tapung Hulu Kabupaten Kampar. Berdasarkan survey awal yang dilakukan di Desa Bukit Kemuning diketahui terdapat pemberian MP-ASI dini pada usia 0-6 bulan, selain itu MP ASI yang diberikan belum sesuai dengan usia dan kondisi anak. Berdasarkan hasil wawancara terhadap 8 orang ibu yang memiliki anak usia kurang 24 bulan didapatkan sebanyak 5 orang (62,5%) memberikan MP-ASI dini sebelum usia 6 bulan dan 3 (37,5 %) orang lainnya memberikan MP-ASI tepat di usia 6 bulan. Dari 8 orang ibu tersebut sudah mengetahui waktu yang tepat memberikan MP-ASI namun 5 diantaranya tetap memberikan MP\_ASI dini pada bayinya karena dianjurkan keluarga. Dari 8 ibu tedapat 7 (87,5%) ibu yang belum tau tentang tahapan dan jenis MP-ASI yang diberikan berdasarkan usia anak. 7 (87,5%) ibu mempunyai kebiasaan menggunakan MP-ASI instan. Penggunaan MP- ASI instan ini praktis akan tetapi kandungan bahan makanannya tidak komplek dan tidak terjamin nilai gizinya. Selain itu ada satu orang ibu yang memilih memasak sendiri MP-ASI tapi variasi menunya kurang beragam sehingga bayi cepat bosan. Oleh sebab itu penting bagi Tim Pengabdi Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan untuk melakukan Pengabdian Kepada Masyarakat dengan melakukan” Sosialisasi tentang Pemberian MP\_ASI sesuai usia dan kondisi anak di desa Bukit Kemuning kecamatan Tapung Hulu Kabupaten Kampar”.

## Metode

kegiatan PKM ini dapat memberikan pengetahuan bagi orang tua dalam menerapkan dan mempersiapkan pemberian makanan pendamping ASI yang sesuai dengan usia anak. Selain itu kegiatan ini juga meningkatkan pengetahuan dan peran serta kader dalam upaya memotivasi dan sosialisasi bagi orang tua yang belum terpapar informasi terkait pemberian MP-ASI. Dengan dilaksanakan kegiatan PKM ini dapat meningkat derajat kesehatan anak dan mencegah terjadinya masalah atau gangguan pada pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga anak mencapai kesehatan yang optimal. Adapun proses yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat tersebut yaitu sebagai berikut:



## Hasil dan Pembahasan

Hasil pelaksanaan kegiatan PKM dijabarkan dalam 2 tahapan kegiatan, yaitu persiapan dan pelaksanaan. Pada tahap persiapan kegiatan pengabdian dilakukan beberapa hal yaitu :

1. Koordinasi dengan pihak Desa Bukit Kemuning Kecamatan Tapung Kabupaten Kampar  
Koordinasi kegiatan pengabdian ini dilakukan dengan Kepala Desa dan Bidan Desa yang mendukung kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dalam upaya peningkatan derajat kesehatan pada anak.

2. Penetapan waktu pelatihan

Pelaksanaan Kegiatan sosialisasi pemberian Makanan Pendamping ASI sesuai Usia dan Kondisi anak di Desa Bukit Kemuning kecamatan Tapung Hulu Kabupaten Kampar berdasarkan kesepakatan dilakukan pada hari Selasa, tanggal 16 Agustus 2022 Desember.

3. Penentuan sasaran dan target peserta pelatihan

Dari koordinasi dengan Pihak Desa maka sasaran pelatihan adalah kader posyandu, ibu hamil dan ibu yang memiliki anak usia dibawah 24 bulan di Desa Bukit Kemuning Kecamatan Tapung Hulu Kabupaten Kampar

4. Perencanaan materi pelatihan

Materi pelatihan yang telah direncanakan oleh tim pengabdian yaitu terkait sosialisasi tentang pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) sesuai usia dan kondisi anak adapun cakupan materinya yaitu: pengertian MP-ASI, manfaat MP-ASI, syarat pemberian MP-ASI, pola pemberian manakanan bayi dan balita, dampak pemberian MP-ASI dini, pemilihan bahan makanan yang berkualitas, menghitung kandungan gizi dalam makanan, dan bagaimana cara pengolahan yang tepat serta menyusun daftar siklus menu MP-ASI.

Tahap pelaksanaan ini diuraikan pembahasan berikut ini :

- a. Kegiatan pengabdian " Sosialisasi Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) sesuai Usia dan Kondisi Anak di Desa Bukit Kemuning Kecamatan Tapung Hulu Kabupaten Kampar" dilaksanakan pada hari selasa, pada tanggal 16 Agustus 2022, di Posyandu Mekar Desa Kecamatan Tapung Hulu Kabupaten Kampar. Kegiatan pengabdian ini dihadiri oleh 39 orang dan kader posyandu 6 orang.
- b. Para peserta sangat antusias dan aktif selama kegiatan pengabdian berlangsung. Peserta ikut serta dari awal kegiatan sampai kegiatan pengabdian selesai, peserta aktif bertanya tentang materi yang disampaikan oleh TIM PKM.
- c. Kegiatan yang dilaksanakan yaitu :(a) peningkatan pengetahuan dengan memberikan edukasi tentang MP-ASI sesuai usia dan kondisi anak, adapun cakupan materinya yaitu : pengertian MP-ASI, manfaat MP-ASI, syarat pemberian MP-ASI, pola pemberian manakanan bayi dan balita, dampak pemberian MP-ASI dini, pemilihan bahan makanan yang berkualitas, menghitung kandungan gizi dalam makanan, dan bagaimana cara pengolahan MP-ASI yang tepat serta menyusun daftar siklus menu MP-ASI. (b) Demonstrasi dalam membuat pengolahan makanan pendamping ASI (MP-ASI). (c) Melakukan pendampingan kader bagaimana cara membuat formula makanan pendamping ASI sesuai usia anak.
- d. Pa da sesi tanya jawab ada beberapa pertanyaan yang diajukan peserta, antara lain:
  - (a). Apa saja dampak lanjut dari pemberian MP-ASI dini, (b). bagaimana mengolah makanan atau MP-ASI yang sesuai agar nilai gizi tidak berkurang, (c) Apa langkah-

langkah yang dapat dilakukan orang tua jika anak tidak mau makan (d) apa dampak jika MP-ASI yang diberikan tidak sesuai tahapan atau usia anak (d) bagaimana cara menyusun menu MP- ASI agar anak tidak mudah bosan?

Hasil pelaksanaan kegiatan PKM dapat diuraikan dari beberapa komponen berikut ini :

1. Keberhasilan target jumlah peserta pelatihan

Keberhasilan target jumlah peserta pelatihan dapat dikatakan sangat baik yaitu peserta 85% peserta dapat menghadiri kegiatan sosialisasi.

2. Ketercapaian tujuan penyuluhan Kesehatan

Ketercapaian tujuan pelatihan dapat dikatakan sangat baik (85%). Ada peningkatan pengetahuan dari ibu –ibu yang memiliki balita tentang pemberian MP-ASI sesuai usia dan kondisi anak. Pelaksanaan kegiatan sosialisasi tentang pemberian MP-ASI sesuai usia anak dapat berjalan dengan lancar dan memperoleh hasil sesuai tujuan kegiatan yang diharapkan. Tujuan Pengabdian Kepada Masyarakat ini diukur dengan melakukan evaluasi kepada peserta kegiatan sosialisasi. Hasil evaluasi yang diperoleh terdapat peningkatan pengetahuan dan keterampilan tentang pemberian makanan pendamping ASI yang sesuai dengan usia anak.

3. Ketercapaian target materi yang telah direncanakan

Ketercapaian target materi yang telah direncanakan dapat dikatakan sangat baik (80%). Semua materi disampaikan oleh tim pengabdian dengan waktu yang terbatas. Materi yang telah disampaikan tentang pemberian MP-ASI sesuai usia dan kondisi anak yang mencakup tentang pengertian MP-ASI, manfaat MP-ASI, syarat pemberian MP-ASI, pola pemberian makanan bayi dan balita, dampak pemberian MP-ASI dini, pemilihan bahan makanan yang berkualitas, menghitung kandungan gizi dalam makanan, dan bagaimana cara pengolahan yang tepat serta menyusun daftar siklus menu MP-ASI.

4. Kemampuan peserta dalam penguasaan materi

Kemampuan peserta dalam penguasaan materi dapat dikatakan baik (75%). Penyampaian materi dengan metode ceramah dan demonstrasi mendukung kemampuan peserta dalam menguasai materi yang disampaikan oleh tim pengabdian. Secara keseluruhan kegiatan pelatihan “Sosialisasi tentang pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) di Desa Bukit Kemuning Kecamatan Tapung Hulu Kabupaten Kampar” dapat dikatakan baik dan berhasil. Dari hasil sosialisasi tentang MP-ASI rata-rata peserta dapat memahami materi yang disampaikan dan mampu mempraktikkan kembali cara mengolah MP-ASI dengan baik, sedangkan pada saat pendampingan pada kader diketahui adanya peningkatan pengetahuan terutama mengenai tahapan dan jenis MP-ASI, pemilihan bahan yang berkualitas, pengolahan makanan melalui demonstrasi maupun pada penyusunan menu MP-ASI. Dengan adanya peningkatan pengetahuan tersebut baik pada orang tua diharapkan dapat memberikan MP- ASI

sesuai waktu dan usia anak yang dianjurkan, sedangkan bagi kader dapat melanjutkan informasi tentang MP-ASI kepada ibu-ibu yang memiliki Anak usia dibawah 2 tahun.



**Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat**

### **Kesimpulan**

1. Kegiatan PKM " Sosialisasi tentang pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) sesuai usia dan kondisi anak di Posyandu Mekar desa Bukit Kemuning Kecamatan Tapung Hulu Kabupaten Kampar"
2. Terdapat peningkatan pengetahuan dan keterampilan bagi masyarakat khususnya ibu-ibu yang memiliki anak usia 0-24 tentang pemberian MP-ASI yang tepat sesuai usia anak di desa Bukit Kemuning Kecamatan Tapung Hulu Kabupaten Kampar.
3. Secara keseluruhan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat "Sosialisasi tentang pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) sesuai usia anak dan kondisi anak di Desa Bukit Kemuning Kecamatan Tapung Hulu Kabupaten Kampar" dapat dikatakan lancar dan berhasil. Hasil kegiatan PKM diketahui rata-rata peserta mampu memahami materi dan mempraktikkan cara mengolah MP-ASI yang sesuai dengan baik.
4. Kegiatan pendampingan dan bimbingan kader dalam pembuatan MP-ASI sesuai tahapan usia telah dilaksanakan dan terdapat peningkatan pengetahuan dan ketrampilan dalam mengolah MP-ASI

### **Ucapan Terima Kasih**

Terima Kasih teruntuk kepala Desa Bukit Kemuning yang telah memberikan izin pelaksanaan pengabdian masyarakat. terima kasih kepada bidan desa yang telah meluangkan waktu guna terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat di tempat beliau berkerja dan mengabdikan.

## Referensi

- Fitriyah UH, Hapsari RW. Gambaran Pengetahuan Ibu tentang Periode Emas usia 0-3 tahun di Puskesmas Terminal periode Mei-Juni 2011. *Ejournal Akbid Stikes Sari Mulia*. 2011;5(5):1-11.
- Harahap, DSN. (2012). Hubungan Pemberian MP-ASI Dini dengan Kejadian Penyakit Infeksi Pada Bayi 0-6 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Sindar Raya Kecamatan Raya Kahean Kabupaten Simalungan Tahun 2012 (Skripsi). Universitas Sumatera Utara Fakultas Kesehatan Masyarakat.
- Heryanto, E. (2017). Faktor-faktor yang berhubungan dengan pemberian makanan pendamping ASI dini. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(2), 141-152.
- Kasnodihardjo, Elsa Elsi. 2013. Perilaku Ibu dan Kesehatan Anak. Media Publication.
- Kemendes RI. 2014. "Materi Penyuluh Pemberian Air Susu Ibu Dan Makanan Pendamping ASI". Direktorat Bina Gizi.
- Lewis, Sara. 2003. Seri Praktis Keluarga Panduan Makanan Pertamaku. Jakarta : Erlangga.
- Mahayu, P. 2014. *Panduan Pemberian Imunisasi Dan Nutrisi Pada Bayi, Balita, Dan Manfaatnya*. Jogjakarta, Buku biru.
- Majestika, S. (2018). Status Gizi Anak Dan Faktor Yang Mempengaruhi. In *Uny Press* (Vol. 53, Issue 9).
- Mariani, N. N., Hendarman, H., & Nita, G. S. (2016). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemberian Mp-Asi Dini Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Sindanglout Kecamatan Lemahabang Kabupaten Cirebon. *Jurnal Kesehatan*, 7(3). <https://doi.org/10.26630/jk.v7i3.225>
- Maryuani, A. (2010). Ilmu Kesehatan Anak Dalam Kebidanan. *Ilmu Kesehatan Anak Dalam Kebidanan. Jakarta : Trans Info Media*.
- Muchtadi, Deddy 2002. Gizi Untuk Bayi : Asi, Susu Formula dan Makanan Tambahan. Jakarta : Pustaka Sinar Harapan.
- Nuranitha, R. (2013). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Makanan Pendamping Asi (Mp-Asi), Umur Pertama Pemberian Dan Kesesuaian Porsi Mp-Asi Dengan Status Gizi Bayi Umur 7-12 Bulan Di Kecamatan Jatipuro Kabupaten Karanganyar. *Gospodarka Materialowa I Logistyka*, 26(4).