

EDUKASI MP-ASI DI DESA PERCUT KABUPATEN DELI SERDANG

Mayasari Rahmadhani

Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara

Abstract

Keywords: MP-ASI, Babies, and Knowledge

ASI is the best intake because it has the amount of nutrients needed to protect a baby from various diseases. As the baby grows, so does the need for nourishment, so at the age of 6 months, the baby begins to be fed maternal feeding. MP-ASI maybe given from 6 months to 24 months. Mothers with good knowledge about MP-ASI will bring children to grow and develop well. A mother's knowledge of the can MP-ASI include understanding, the benefit, the role, the manner of giving, and the risk of giving. Providing good companion food ASI would have a good effect on the baby's health and instead. The study used a type of experimental with the design of one group pre test – post test. The population in this study is all the mothers who have children aged 0 to 24 months in the village Percut district's Deli Serdang. The technique used in determining a sample is to use the saturated sample in which all the population counts will be samples. And the number of samples is 23 people. With education comes increased knowledge from 13,0% increased to 60,9%.

Pendahuluan

Seorang ibu memiliki peranan penting dalam pertumbuhan dan perkembangan bayi. Pengetahuan yang dimiliki ibu akan mempengaruhi pola pikir dan kepedulian untuk memberikan asupan makanan yang tepat untuk anaknya. Tahun 2022 prevalensi *stunting* dan gizi buruk di Indonesia saat ini mencapai 8,4%, angka tersebut jauh dari yang ditargetkan dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2022-2024 sebesar 14% [1]. Target penurunan *stunting* di Indonesia sudah ditetapkan sebesar 14% pada tahun 2024 [2]. *Stunting* adalah masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi [3].

Pada masa bayi, ASI merupakan asupan terbaik karena mempunyai kandungan zat gizi yang diperlukan untuk melindungi bayi dari berbagai penyakit. Seiring bertumbuhnya bayi, maka bertambah pula kebutuhan gizi, oleh sebab itu sejak usia 6 bulan, bayi mulai diberikan Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI). MP-ASI dapat diberikan mulai umur 6 bulan sampai 24 bulan [4]. Ketidaktahuan seorang ibu tentang cara pemberian makanan pada anak serta adanya kebiasaan yang dapat merugikan kesehatan, secara langsung menjadi penyebab terjadinya masalah kurang gizi.

Pemberian MP-ASI harus memperhatikan Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang disarankan sesuai kelompok usia dan tekstur makanan yang sesuai perkembangan usia anak. Masalah gangguan pertumbuhan anak pada usia dini diduga berkaitan dengan banyaknya anak yang sudah diberi MP-ASI sejak umur baru satu bulan bahkan lebih awal.

Pada usia 6 sampai 24 bulan merupakan usia yang perlu diperhatikan karena pada usia tersebut masa peralihan dari ASI ke pengganti ASI. Jika pada anak usia 6 sampai 24 bulan belum cukup gizi dari MP-ASI, maka akan mengakibatkan gangguan pertumbuhan dan kurang gizi, oleh sebab itu perlu perbaikan kuantitas dan kualitas MP-ASI. Untuk mendapatkan MP-ASI yang baik secara kuantitas dan kualitas diperlukan peranan petugas kesehatan atau akademisi untuk memberikan informasi tentang pemberian makanan yang baik dan tepat untuk anak usia dibawah 2 tahun.

Pemberian MP-ASI yang tidak tepat akan mempengaruhi masalah gizi pada anak. MP-ASI adalah makanan atau minuman yang mengandung zat gizi yang diberikan kepada bayi untuk memenuhi kebutuhannya [5]. Pemberian dan pengenalan MP-ASI dilakukan secara bertahap, secara umum pada usia setelah 6 bulan bayi sudah dapat diperkenalkan dengan MP-ASI. Pemberian MP-ASI secara jenis dan porsi bergantung dari usia dan kemampuan bayi. Banyak faktor yang mempengaruhi ketidaktepatannya pemberian MP-ASI salah satunya adalah faktor ketidaktahuan tentang cara pemberian makanan pada anak usia dibawah 2 tahun. Ibu dengan pengetahuan yang baik tentang MP-ASI akan membawa anak tumbuh dan berkembang dengan baik. Pengetahuan ibu tentang MP-ASI dapat meliputi pengertian, manfaat, peranan, cara pemberian, dan risiko pemberian [6].

Diperlukan pengetahuan yang baik terhadap pemberian MP-ASI agar pemberian berjalan dengan baik. Upaya peningkatan status kesehatan dan gizi pada bayi melalui perbaikan pengetahuan dan perilaku masyarakat dalam pemberian MP-ASI merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari upaya perbaikan secara menyeluruh. Upaya perbaikan pengetahuan tersebut dilakukan melalui edukasi penyuluhan. Pemberian edukasi merupakan upaya untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang MP-ASI sekaligus sebagai pembelajaran. Pendidikan dan pemahaman orang tua, memiliki peranan yang penting dalam pemenuhan kebutuhan gizi pada anak.

Berdasarkan uraian diatas tentang pengetahuan MP-ASI dapat disimpulkan bahwa pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) yang tidak tepat dapat berakibat bayi mengalami kekurangan gizi secara kualitas dan kuantitas. Meningkatnya perilaku ibu mengenai pemberian makan pada anak menjadikan asupan zat gizi anak juga meningkat. Karena kurangnya pengetahuan yang dapat menyebabkan masalah gizi pada bayi, sehingga tertarik untuk dilakukannya penyuluhan atau pengabdian kepada masyarakat mengenai faktor apa apa yang berhubungan dengan pengetahuan ibu tentang MP-ASI di Desa Percut Kabupaten Deli Serdang.

Tinjauan Pustaka

Dalam pemberian MP-ASI sebaiknya perlu memperhatikan beberapa hal seperti kandungan zat gizi pada bahan-bahan yang digunakan. Pemberian makanan pendamping ASI yang baik akan memberikan dampak yang baik bagi kesehatan bayi dan sebaliknya. Sebagian besar terjadinya kurang gizi dapat dihindari apabila mempunyai pengetahuan yang cukup tentang cara pemeliharaan gizi dan mengatur makanan anak.

Pemberian MP-ASI mempunyai tujuan memberikan zat gizi yang cukup untuk kebutuhan bayi guna pertumbuhan dan perkembangan fisik dan psikomotorik yang optimal. Tujuan pemberian MP-ASI adalah untuk menambah energi dan zat-zat gizi yang diperlukan oleh bayi karena ASI tidak dapat memenuhi kebutuhan bayi secara terus menerus, dengan demikian makanan tambahan diberikan untuk mengisi kesenjangan antara kebutuhan nutrisi pada anak dengan jumlah yang didapatkan dari ASI [7].

MP-ASI diberikan sejak bayi berusia 6 bulan. MP-ASI hendaknya bersifat yang padat gizi, kandungan serat kasar dan bahan lain yang dapat dicerna, sebab serat yang terlalu banyak jumlahnya dapat mengganggu proses pencernaan dan penyerapan zat gizi.

Masalah gangguan pertumbuhan pada usia dini yang terjadi diduga banyaknya bayi yang sudah diberi MP-ASI sejak usia satu bulan bahkan sebelumnya. Pemberian MP-ASI terlalu dini akan mengurangi konsumsi ASI, dan apabila terlambat akan menyebabkan bayi kekurangan gizi. Bayi yang mendapat MP-ASI kurang dari 4 bulan akan mengalami risiko gizi kurang lima kali lebih besar dibandingkan bayi yang mendapatkan MP-ASI pada umur empat 4-6 bulan.

Metode

Penelitian ini menggunakan jenis eksperimental dengan desain penelitian *one group pre test – post test*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki anak usia 0 sampai 24 bulan di Desa Percut Kabupaten Deli Serdang. Teknik yang digunakan dalam menentukan sampel adalah dengan menggunakan *sampling* jenuh yang dimana semua jumlah populasi akan menjadi sampel. Dan yang menjadi jumlah sampel adalah sebanyak 23 orang. Kegiatan penyuluhan atau pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan pada tanggal 14 sampai 17 November di Kantor Desa Percut Kabupaten Deli Serdang.



Gambar-1. Pemberian Susu dan Makanan Tambahan



Gambar-2. Foto Bersama Penyelenggara



Gambar-3. Foto Bersama Depan Kantor Kepala Desa

Data yang digunakan merupakan data primer yang diperoleh dari hasil kuisisioner dan wawancara untuk mengetahui waktu pemberian pertama MP-ASI. Hasil penelitian adalah penjelasan deskriptif yang akan membandingkan pengetahuan sebelum dan sesudahnya. Pengetahuan diukur dengan menjumlahkan jawaban kemudian mengkategorikan menjadi pengetahuan baik, cukup dan kurang. Instrumen pengumpulan data primer dikumpulkan dan diwawancara dengan menggunakan kuisisioner terstruktur dan observasi sebelum diberikan penyuluhan dan sesudah penyuluhan. Data yang diperoleh diolah kemudian dianalisis dan dibandingkan satu sama lain secara deskriptif.

Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian yang dilakukan di Desa Percut Kabupaten Deli Serdang dari 23 sampel yang menjadi perwakilan di tempat tersebut diketahui distribusi frekuensi berdasarkan kelompok usia yang terbanyak adalah kelompok usia 21-35 tahun. Distribusi frekuensi berdasarkan pendidikan yang terbanyak adalah memiliki pendidikan dasar. Dan distribusi frekuensi berdasarkan pekerjaan yang terbanyak adalah tidak bekerja.

Tabel-1. Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik	Responden	
	n	%
Kelompok Usia		
17-20 Tahun	5	21.7
21-35 Tahun	16	69.6
>35 Tahun	2	8.7
	23	100.0
Pendidikan		
Dasar	14	60.9
Menengah	7	30.4
Tinggi	2	8.7
	23	100.0
Pekerjaan		
Bekerja	4	17.4
Tidak Bekerja	19	82.6
	23	100.0

Distribusi kelompok usia responden dari 23 orang yang menjadi sampel didapatkan yang paling banyak pada kelompok usia 21-35 tahun sebanyak 16 orang (69,6%). Usia seseorang menggambarkan sedikit banyaknya pengalaman dalam hidup dan tentunya memiliki berbagai pengetahuan dari berbagai sumber. Usia seseorang mempengaruhi tingkat kemampuan, serta kematangan dalam berfikir dan kemudahan seseorang dalam menerima berbagai informasi.

Menurut undang-undang Nomor 2 Tahun 1989 tentang Sistem Pendidikan Nasional berdasarkan jenjang pendidikan dibagi menjadi [8]:

- 1) Pendidikan tinggi merupakan kelanjutan pendidikan menengah yang diselenggarakan untuk mempersiapkan pesert didik menjadi anggota masyarakat yang memiliki kemampuan akademik;
- 2) Pendidikan menengah diselenggarakan untuk melanjutkan dan meluaskan pendidikan dasar serta mempersiapkan peserta didik menjadi anggota masyarakat yang memiliki kemampuan mengadakan hubungan timbal balik dengan lingkungan sekolah;
- 3) Pendidikan dasar diselenggarakan untuk mengembangkan sikap dan kemampuan serta memberikan pengetahuan keterampilan dasar yang diperlukan untuk memenuhi persyaratan mengikuti pendidikan menengah.

Pendidikan merupakan salah satu faktor penentu mudah atau tidaknya seseorang dalam memahami informasi yang diperoleh. Semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan semakin baik pengetahuannya.

Distribusi karakteristik responden berdasarkan pendidikan yang terbanyak adalah tamatan SD sebanyak 14 orang (60,9%), tamatan SMP/SMA/SMK sebanyak 7 orang (30,4%), dan hanya 2 orang (8,7%) yang pernah menempuh pendidikan di perguruan tinggi. *Background* pendidikan belum tentu menjadi acuan dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan ibu terkait MP-ASI. Pendidikan dapat berlangsung didalam maupun diluar sekolah sebagai upaya pengembangan kepribadian dan kemampuan seseorang. Proses belajar juga dipengaruhi oleh Pendidikan. Semakin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah seseorang tersebut dalam menerima informasi. Banyaknya informasi yang didapat akan semakin banyak pengetahuan yang didapatkan oleh seseorang. Namun, tidak selamanya tingkat Pendidikan dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang. Bisa saja pengetahuan seseorang baik karena didapat dari lingkungan sosial atau sekitar.

Pada distribusi karakteristik responden berdasarkan pekerjaan yang terbanyak adalah kelompok ibu yang tidak bekerja sebanyak 19 orang (82,6%). Ibu yang bekerja mempunyai risiko untuk memberikan MP-ASI tidak tepat waktu yaitu pada usia kurang dari 6 bulan. Pada dasarnya ibu yang memiliki kesibukan bekerja tidak memiliki banyak waktu untuk memberikan ASI pada anaknya, sehingga berpotensi untuk memberikan makanan tambahan selain ASI sejak usia anak kurang dari 6 bulan.

Penelitian yang dilaksanakan di Desa Percut Kabupaten Deli Serdang melalui penyebaran kuisioner dengan 23 responden diketahui sebanyak 15 ibu yang memberikan MP-ASI pada anaknya saat berusia <6 bulan dan sebanyak 8 ibu memberikan MP-ASI pada anaknya disaat berusia 6 bulan atau lebih dari 6 bulan. Pemberian MP-ASI yang terlalu dini memiliki risiko terjadinya diare dan dalam jangka waktu yang lama akan mengakibatkan Kurang Energi Protein (KEP) pada anak bayi.

Tabel-2. Distribusi Tindakan Responden dalam Pemberian ASI

Pemberian ASI pertama	n	%
Usia <6 Bulan	15	65.2
Usia 6 Bulan	8	34.8
Total	23	100.0

Pemberian MP-ASI yang tidak tepat dapat mengakibatkan berbagai masalah kesehatan seperti diare, infeksi usus, dan lain sebagainya. Jika ibu memberikan MP-ASI pada waktu yang tepat maka bayi akan cenderung mendapatkan status gizi yang baik, sedangkan ibu dengan memberikan MP-ASI yang tidak tepat waktu akan memiliki status gizi yang kurang baik.

MP-ASI sebaiknya diberikan setelah bayi berusia 6 bulan. Pentingnya menunda pemberian makanan selain ASI sampai bayi berusia 6 bulan karena bayi membutuhkan ASI sebagai makanan dan minumannya sampai usia 6 bulan. Pemberian MP-ASI pada waktu yang terlalu dini dapat berakibat obesitas dikemudian hari. ASI merupakan makanan yang memiliki nutrisi dan energi yang mudah dicerna oleh bayi. Pencernaan bayi lebih mudah mencerna protein dan lemak yang berasal dari ASI. ASI juga dapat memberikan perlindungan pada bayi. Bayi akan mendapatkan kekebalan tubuh melalui ASI karena ASI mengandung faktor imunitas. Sistem pencernaan pada bayi pada usia 6-9 bulan biasanya sudah siap mencerna makanan padat. Berikut dapat dilihat pola pemberian ASI dan MP-ASI dibawah ini:

Tabel-3. Pola Pemberian ASI/MP-ASI

Usia (bulan)	Jenis Makanan			
	ASI	Makanan Lumat	Makanan Lunak	Makanan Padat
0-6				
6-9				
9-12				
12-24				

Pada prinsipnya makanan tambahan untuk bayi yang biasa dikenal dengan MP-ASI adalah makanan yang kaya dengan zat gizi, mudah untuk dicerna, mudah untuk disajikan, mudah dalam menyimpannya, dan higienis. Makanan tambahan bayi dapat berupa campuran dari berbagai bahan campuran dan beberapa bahan makanan dalam perbandingan tertentu agar diperoleh sesuatu produk dengan nilai gizi yang tinggi [9].

Tabel-4. Pengetahuan Tentang Pemberian MP-ASI

Test	Pengetahuan Pemberian MP-ASI							
	Baik		Cukup		Kurang		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Pre	3	13.0	2	8.7	18	78.3	23	100.0
Post	14	60.9	9	39.1	0	0	23	100.0

Pada tabel diatas menunjukkan bahwa pengetahuan tentang pemberian MP-ASI sebelum diberikannya edukasi memilih lebih banyak kurang mengetahui pemberian MP-ASI. Dan setelah diberikan edukasi terlihat peningkatan pengetahuan tentang pemberian MP-ASI dari 13,0% meningkat menjadi 60,9%.

Ibu lebih aktif dan tertarik dengan diadakannya penyuluhan. Penyuluhan yang dikemas menarik dapat menumbuhkan motivasi dan minat belajar. Materi penyuluhan disajikan dengan menarik sehingga dapat lebih dipahami oleh ibu dan memungkinkan ibu dapat menguasai isi materi yang disampaikan. Metode penyuluhan yang dibawakan bervariasi dan tidak hanya melalui komunikasi secara verbal, namun banyak aktifitas lain yang diberikan agar mudah untuk menyerap informasi, sehingga pengetahuan mengenai MP-ASI dapat meningkat dan dapat di implementasikan dalam pemberian MP-ASI pada anak.

Kesimpulan

Dengan diberikannya edukasi terlihat peningkatan pengetahuan dari 13,0% meningkat menjadi 60,9%. Program penyuluhan Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) berdasarkan hasil analisis dan kebutuhan menunjukkan bahwa belum pernah dilaksanakan program tersebut, sehingga program seperti ini dibutuhkan oleh ibu untuk meningkatkan pengetahuan. Besar pengaruhnya pengetahuan terhadap ibu tentang MP-ASI sehingga menjadikan informasi yang tepat sejak kehamilan terkait pemberian MP-ASI. Kedepannya hal ini diharapkan dilakukan bertahap agar dapat membantu menurunkan angka *stunting* di Indonesia.

Referensi

- [1] Rokom. (2022, October 25). *Kejar Stunting Turun Harga Hingga 14%, Kemenkes Sasar Perbaiki Gizi pada Remaja Putri*. Redaksi Sehat Negeriku Kementerian Kesehatan.
- [2] Ditjen Bina Pembangunan Daerah. (2022). *Sebaran Data Stunting*. Kementerian Dalam Negeri.
- [3] Kesehatan, J. I., Husada, S., & Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan Stunting dan Pencegahannya *Stunting Problems and Prevention*. *Juni, 11*(1), 225–229. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.253>
- [4] Mufida, L., Widyaningsih, T. D., & Maligan, J. M. (2015). *Basic Principles of Complementary Feeding for Infant 6-24 Months: A Review* (Vol. 3).
- [5] Marfuah, D., & Kurniawati, I. (n.d.). *Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu tentang MP Asi dengan Edukasi Gizi Melalui Booklet S1 Gizi Stikes PKU Muhammadiyah Surakarta 2 S1 Gizi Stikes PKU Muhammadiyah Surakarta **.
- [6] Lestiarini, S., & Sulistyorini, Y. (2020). Perilaku Ibu pada Pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) di Kelurahan Pegirian. *Jurnal PROMKES*, 8(1), 1. <https://doi.org/10.20473/jpk.v8.i1.2020.1-11>
- [7] World Health Organization. (2002). *Global Strategy for Infant and Young Child Feeding*. *WHO Library Cataloguing*.
- [8] Badan Pembinaan Hukum Nasional. (1989, March 27). *Undang-undang Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 1989 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Kemenkumham RI.
- [9] Wulandari Purnamasari, E. (2014). *OPTIMASI KADAR KALORI DALAM MAKANAN PENDAMPING ASI (MP-ASI) Optimization of Calorie Content on the Preparation of Babies Complementary Feeding* (Vol. 2, Issue 3).