

## Penyuluhan Makanan Pendamping ASI pada Ibu Bayi

Siti Nuraisyah\*, Khuzairah

Prodi D-III Kebidanan Poso, Poltekkes Kemenkes Palu, Poso, Indonesia

\*Email: [sittinuraisyah09@gmail.com](mailto:sittinuraisyah09@gmail.com)

### ABSTRAK

#### Kata kunci:

Pengetahuan;  
Makanan Pendamping  
ASI (MP-ASI) Ibu  
Menyusui;

Tujuan kegiatan ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang makanan pendamping ASI (MP ASI). Kegiatan ini dilaksanakan di Desa Tabalu pada tanggal 05 November 2020. Sasaran kegiatan ini adalah ibu yang sedang menyusui yang berjumlah 5 orang. Metode kegiatan ini adalah dengan pembagian leaflet kepada para ibu dan kemudian melakukan penyuluhan, evaluasi kegiatan yaitu pembagian kuesioner pre-posttest. Hasil peningkatan diperoleh pengetahuan ibu meningkat yang sebelumnya 37% meningkat menjadi 91% dan kami juga menyarankan pada ibu untuk memberikan makanan pendamping setelah berumur 6 bulan.

#### Keywords:

Knowledge;  
Complementary  
food for breast milk;  
breastfeeding  
mothers;

### ABSTRACT

*The purpose of this activity is to increase the knowledge of mothers about complementary foods (MP ASI). This activity was held in Tabalu Village on November 05, 2020. The target of this activity was 5 breastfeeding mothers. The method of this activity is by distributing leaflets to mothers and then conducting counseling, evaluating activities, namely distributing pre-posttest questionnaires. The result of the increase is that maternal knowledge has increased from 37% to 91% and we also recommend that mothers provide complementary foods after 6 months of age.*



© 2020 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).

## PENDAHULUAN

Makanan pendamping ASI (MP ASI) adalah makanan pendamping yang diberikan kepada bayi atau anak yang berumur diatas 6 bulan, bila diberikan sebelum bayi berusia 6 bulan artinya bayi tersebut tidak mendapatkan ASI secara eksklusif (Yuliani, 2019). Pemberian MP-ASI yang tepat diharapkan tidak hanya dapat memenuhi kebutuhan gizi bayi, namun juga merangsang keterampilan makan dan merangsang rasa percaya diri pada bayi. MP-ASI juga merupakan asupan yang semata berbasis susu menuju ke makanan yang semi padat. Pemberian MP-ASI harus diberikan secara bertahap baik bentuk maupun jumlahnya, sesuai dengan kemampuan pencernaan bayi/anak (Mufida et al., 2015).

Makanan sangat memegang peranan penting dalam tumbuh kembang anak, dimana kebutuhan anak berbeda dengan orang dewasa, bagi anak makanan dibutuhkan juga untuk perkembangan, Satu aspek yang perlu ditambahkan dalam keamanan pangan (food safety) yaitu bagaimana makanan dapat bebas dari berbagai racun: fisik, kimia, biologis yang dapat mengancam kesehatan (Fitriani et al., 2020).

MP-ASI yang mampu memenuhi kebutuhan nutrisi anak merupakan MP-ASI yang adekuat (Septikasari, 2019). Waktu pemberian, frekuensi, jenis bahan makanan, jumlah dan cara pengolahan adalah hal yang perlu diperhatikan dalam pemberian ASI. Bayi akan sulit menerima MP-ASI bila MP-ASI diberikan terlambat dan bila MP-ASI diberikan terlalu dini maka akan menurunkan tingkat konsumsi ASI karena sudah ditambahkan MP-ASI (Jayanti et al., 2020). Bayi juga dapat mengalami masalah kesehatan seperti diare dan masalah kesehatan lain yang bersifat akut bila bayi diberikan MP-ASI saat belum berumur 6 bulan atau saat bayi masih berumur di bawah 6 bulan (Dary, 2018). Pelengkap zat gizi pada ASI yang kurang dibandingkan dengan usia anak yang semakin bertambah merupakan tujuan dari pemberian MP-ASI (Lestiarini & Sulistyorini, 2020)

Menyusui predominan adalah menyusui bayi tetapi pernah memberikan sedikit air atau minuman berbasis air misalnya the, sebagai makanan/minuman sebelum ASI keluar. Sedangkan menyusui parsial adalah menyusui bayi serta diberikan makanan buatan selain ASI seperti susu formula, bubur atau makan lain sebelum bayi berusia 6 bulan, baik diberikan secara kontinyu maupun sebagai makanan prelakteal. Berdasarkan hasil Riskesdes 2018 pola pemberian ASI pada bayi umur 0-5 bulan di Indonesia sebanyak 37,7% ASI eksklusif, 9,3% ASI parsial, dan 3,3% ASI predominan (Kemenkes, 2019)

Secara nasional, bayi mendapatkan ASI eksklusif pada tahun 2019 yaitu sebesar 67,74%. Angka tersebut sudah melampaui target restru pada tahun 2019 yaitu sebesar 50% (Kemenkes RI, 2019). Sedangkan di Sulawesi Tengah pada tahun 2019 adalah 54,7% berbeda dengan tahun sebelumnya yaitu 2018 yang mencapai 57,7%. Kabupaten Donggala pada tahun 2019 menjadi Kabupaten dengan presentase tertinggi yaitu 63,7% sedangkan Kabupaten Poso mencapai 56,7% (Dinkes, 2019). Tujuan kegiatan ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang makanan pendamping ASI (MP ASI).

### **METODE PELAKSANAAN**

Penyuluhan ini dilaksanakan di Desa Tabalu pada hari Rabu, 05 November 2020, yang menjadi sasaran dalam kegiatan ini adalah ibu yang memiliki anak berusia 0-6 bulan. Untuk kegiatan, yang pertama kami lakukan adalah dengan membagikan leaflet kepada responden lalu melakukan penyuluhan tentang pemberian makanan pendamping ASI yang baik dan benar. Sebelum proses penyuluhan, kami juga melakukan tanya jawab untuk melihat bagaimana pengetahuan ibu tentang makanan pendamping ASI (*pretest*). Setelah melakukan penyuluhan, kami membagikan kuesioner untuk melihat peningkatan pengetahuan ibu tentang makanan pendamping ASI setelah (*posttest*).

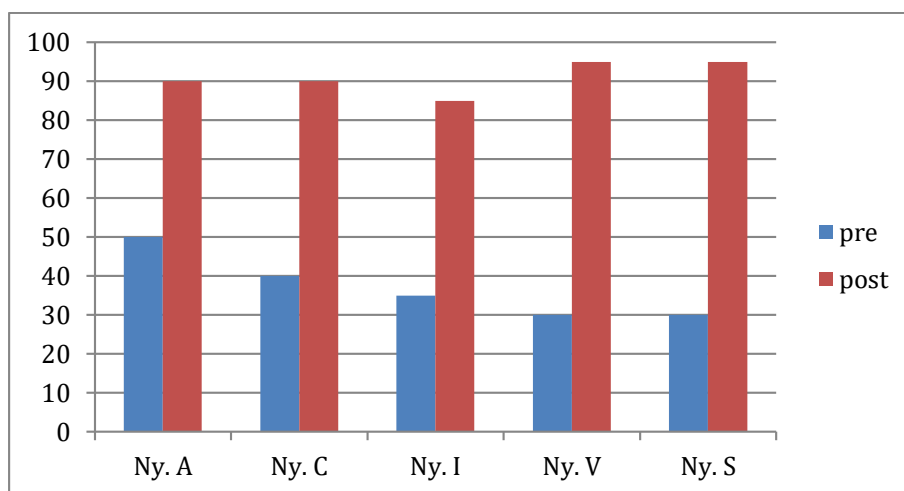
### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penyuluhan tentang makanan pendamping ASI yang dilakukan kepada ibu-ibu di Desa Tabalu. Sebelum dilakukan penyuluhan masih banyak ibu yang belum paham tentang makanan pendamping ASI khususnya tahapan pemberian makanan pendamping ASI.



Gambar 1 dan 2 Pelaksanaan Penyuluhan Makanan Pendamping ASI

Hasil penyuluhan tentang makanan pendamping ASI kepada orang tua dilakukan melalui pemberian leaflet lalu memberikan kuesioner 10 soal tentang makanan pendamping ASI untuk anak usia 0-24 bulan. Dari proses Tanya jawab yang kami lakukan dengan beberapa ibu ternyata masih ada ibu yang yang belum mengetahui tahapan pemberian makanan pendamping ASI pada anak mereka. Dari pernyataan tersebut dapat kami ketahui bahwa pengetahuan ibu tentang makanan pendamping ASI masih sangat kurang.



**Grafik 1.** Peningkatan keterampilan hasil penyuluhan

Grafik tersebut adalah hasil dari evaluasi kuesioner yang dibagikan kepada ibu-ibu yang berpartisipasi dalam penyuluhan. Dari grafik tersebut dapat kita lihat terjadi peningkatan pengetahuan orang tua tentang makanan pendamping ASI. Grafik tersebut membandingkan bagaimana gambaran pengetahuan orangtua mengenai makanan pendamping ASI sebelum dan sesudah dilakukannya penyuluhan di mana pada Ny. A dari 50% menjadi 90%, Ny. C dari 40% menjadi 90% Ny. I dari 35% menjadi 85%, Ny. V dari 30% menjadi 95%, Ny. S dari 30% menjadi 95%. Terjadi peningkatan pengetahuan sesudah diberikannya penyuluhan. Begitu juga dengan partisipan penyuluhan lainnya.

## SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil kegiatan ini, dapat disimpulkan bahwa semua peserta mengalami peningkatan pengetahuan setelah diberikan penyuluhan MP ASI dan 5 di antaranya berkategori baik. Dapat dilihat dari hasil evaluasi berupa pengisian kuesioner yang tergambar pada grafik di atas. Diharapkan penyuluhan dapat dilakukan secara teratur dan lebih baik lagi untuk lebih meningkatkan pengetahuan tentang makanan pendamping ASI.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam kegiatan penyuluhan ini dan kepada para ibu yang sudah mau menjadi responden dalam kegiatan penyuluhan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Dary, D. (2018). Pemberian Makanan Pendamping Asi Pada Bayi Di Karangpete Rt. 01 Rw. 06 Salatiga. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-Ilmu Keperawatan, Analis Kesehatan Dan Farmasi*, 18(2), 278–295. <https://doi.org/10.36465/jkbth.v18i2.412>
- Dinkes, S. (2019). *Profil kesehatan Provinsi Sulawesi tengah Tahun 2010*. 1–222. <https://dinkes.sultengprov.go.id/wp-content/uploads/2018/06/profil-Dinkes-Sulteng-TA.-2019.pdf>
- Fitriani, Y., Firdawati, F., & Lubis, G. (2020). Hubungan Pemberian Jenis Makanan Pendamping ASI dengan Perkembangan Bayi Umur 9-12 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Begalung Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 8(4), 238–246. <https://doi.org/10.25077/jka.v8i4.1146>
- Jayanti, K., Hayuningsih, S., Pembayun, E. L., Petricka, G., Prima, S., Rochmawati, R., Kusmintarti, A., Fary, V., & Elfaristo, L. (2020). Meningkatkan Pengetahuan Ibu Menyusui Mengenai Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) melalui Penyuluhan Kesehatan di PBM Citra Lestari Bogor. *Jurnal Abdimas Berdaya: Jurnal Pembelajaran, Pemberdayaan Dan Pengabdian Masyarakat*, 3(02), 125. <https://doi.org/10.30736/jab.v3i02.63>
- Kemendes. (2019). Menyusui Sebagai Dasar Kehidupan. *Kementerian Kesehatan RI*, 1–7. [https://www.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin ASI per halaman - 02012018.pdf](https://www.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin%20ASI%20per%20halaman%2002012018.pdf)
- Kemendes RI. (2019). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. In *Kemendrian Kesehatan Republik Indonesia* (Vol. 42, Issue 4).
- 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>
- Mufida, L., Widyaningsih, T. D., & Maligan, J. M. (2015). Prinsip Dasar Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) untuk Bayi 6-24 Bulan: Kajian Pustaka. *Jurnal Pangan Dan Agroindustri*, 3(4), 6. <https://jpa.ub.ac.id/index.php/jpa/article/view/290>
- Septikasari, M. (2019). *Peningkatan Keterampilan Kader dalam Pembuatan Makanan Pendamping ASI ( MP-ASI ) Berbahan Dasar Lokal*. 3(1), 128–133. <https://ojs.unpkediri.ac.id/index.php/PPM/article/view/13132/1320>
- Yuliani, Y. (2019). Analisis Faktor yang Mempengaruhi Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP ASI) Dini pada Bayi Usia 0-6 Bulan. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 9(02), 58–65. <https://doi.org/10.33221/jiki.v9i02.198>