

	<p><b>OMNICODE Journal</b> <b>(Omnicompetence Community Development Journal)</b> ISSN. 2809-6177   Volume 1 Issue 1   December 2021   pages: 18-22 UrbanGreen Journal Available online at <a href="http://www.journal.urbangreen.ac.id">www.journal.urbangreen.ac.id</a></p>	
---	--	---

## **Education of Mother Milk Companion Food (MP-ASI) According to Balanced Nutrition Guidelines**

### **Fika Aulia**

Program Studi DIII Kebidanan, Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin  
Banjarmasin, Indonesia

### **Pratiwi P. Lestari**

Program Studi DIII Kebidanan, Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin  
Banjarmasin, Indonesia

### **Bardiatul Ulfah**

Program Studi DIII Kebidanan, Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin  
Banjarmasin, Indonesia

\*corresponding author: [fika\\_aulia@umbjm.ac.id](mailto:fika_aulia@umbjm.ac.id)

#### **Keywords:**

*Education,  
Companion,  
Food, Nutrition,  
Guidelines*

#### **ABSTRACT**

After the baby is 6 months old, breast milk can no longer provide adequate nutrition. For sufficient the nutrition, baby needs mother milk companion food (MPASI). During the age of 6-24 months, that's a period that is vulnerable to malnutrition. So that in providing MPASI, it must balanced nutritional guidelines: protein, fat and carbohydrates. The fact that occurs is that the practice of giving mother milk companion food is not appropriate, like early feeding before 6 months, the food given does not vary, limited to carbohydrates only rice, vegetables and fruit are rarely given, increase animal protein. The purpose of this community service is to increase understanding of the practice of giving milk companion food according to balanced nutrition guidelines. The method uses education and evaluated them. The results is education can increase the knowledge and commitment of participants by giving milk companion food according to balanced nutrition guidelines.

### **PENDAHULUAN**

Air susu ibu (ASI) sudah tidak dapat memenuhi kebutuhan gizi bayi setelah bayi berusia 6 bulan. Untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayi memerlukan tambahan dari makanan pendamping ASI (MPASI). Pada masa pemberian MPASI, yaitu usia 6-24 bulan merupakan periode yang rentan terhadap kurang gizi. Hal ini dapat terjadi karena hal penting dalam faktor asupan makanan bukan hanya jenis MPASI saja, tetapi praktik pemberian makan yang tepat berupa frekuensi, jumlah, tekstur, variasi makanan, dan cara penyajian MPASI juga perlu diperhatikan. Sejalan

dengan studi di Congo, Afrika Tengah yang menyatakan bahwa praktik pemberian makan yang buruk dapat berdampak pada status gizi bayi yang buruk (Anggraeni *et al.*, 2020).

Status gizi yang buruk dapat menyebabkan stunting. Permasalahan stunting akan mempengaruhi fisik dan fungsional tubuh dan meningkatkan angka kesakitan pada balita. Stunting berhubungan dengan kualitas manusia yang meliputi tidak hanya pertumbuhan melainkan juga perkembangan otak. Stunting sangat mempengaruhi kemampuan, prestasi dan produktivitas manusia (Kemenkes, 2018). Hasil penelitian menunjukkan Siswa yang stunting lebih banyak memiliki prestasi belajar yang kurang, sementara siswa yang non stunting lebih banyak memiliki prestasi belajar yang baik (Intje Picauli dalam Nurjanna 2019). Pemerintah Indonesia mendukung upaya dalam penurunan stunting, hal ini ditunjukkan dengan banyaknya program pemerintah dalam hal pencegahan dan pengendalian stunting. Upaya ini bertujuan agar anak-anak Indonesia dapat tumbuh dan berkembang secara optimal dan maksimal, dengan disertai kemampuan emosional, sosial, dan fisik yang siap untuk belajar, sehingga dapat menjadi manusia yang berkualitas dan berprestasi (Nurjanna, 2019).

Praktik kebiasaan dalam hal pemberian makanan mempengaruhi kejadian stunting (Mustika and Syamsul, 2018). Penelitian yang menjelaskan pentingnya pemberian MPASI yang bervariasi seperti yang dilakukan Mikami (2014). Penelitian ini menjelaskan dalam memberikan MPASI harus memenuhi kandungan gizi yang seimbang, meliputi kandungan protein, lemak dan karbohidrat dalam setiap bahan makanan (Sihwi *et al.*, 2016).

Fakta yang terjadi di masyarakat adalah masyarakat masih banyak memberikan MPASI pabrikan yang merupakan makanan bayi yang banyak diminati oleh masyarakat di Indonesia. Fakta lain, lingkungan pedesaan terjadi pemberian MPASI sebelum usia 6 bulan, bahkan bayi sejak lahir sudah diberikan makanan pendamping ASI. Umumnya mereka diberikan pisang yang dihaluskan. Hal ini sudah menjadi kebiasaan yang turun-temurun dan dianggap sebagai cara yang efektif untuk menenangkan bayi saat menangis. MPASI yang diberikan juga terbatas jenisnya, seperti sayur dan buah. Sedangkan karbohidrat bayi hanya dikenalkan nasi. Sedangkan protein hewani sering dianggap pemicu penyebab penyakit pada bayi. Padahal ada banyak hal yang harus diperhatikan untuk memberikan MP-ASI kepada bayi selain faktor usia dan variasi bahan makanan (Umilasari and A'yun, 2018).

MPASI buatan sendiri masih menjadi pilihan utama MPASI karena buatan sendiri lebih terjamin bahan bakunya. MPASI buatan sendiri lebih beragam dalam variasi bahan, rasa, kandungan gizi, dan higienis. Variasi pangan saat bayi dapat memberikan pengalaman rasa dan aroma makanan. Dengan demikian dapat menjadi pembelajaran makan bagi bayi sehingga anak menjadi mudah makan karena lebih familiar dengan menu keluarga (IDAI, 2017).

Dalam pemberian MPASI, diperlukan kesabaran dan usaha dari orang tua. Memberikan MPASI hendaknya berupaya memberikan yang terbaik. Untuk memberikan yang terbaik perlu usaha dan kesabaran. Menurut hasil penelitian Anggraeni (2020) Mengurangi pemberian makanan instan/ekstra food/ makanan pabrikan akan memberikan dampak positif bagi kesehatan anak karena minim kandungan bahan kimia, dan akan melatih kebiasaan anak untuk hidup sehat. Data hasil penelitian Konsumsi MPASI bayi didominasi oleh jenis buatan pabrik yaitu sebesar 69,6% (Anggraeni *et al.*, 2020).

Edukasi mengenai pemberian MPASI harus dilakukan karena di masyarakat praktik pemberian MPASI yang dilakukan masih belum sesuai dengan pedoman yang diharapkan. Hal ini disebabkan rendahnya pengetahuan mengenai pemberian MPASI. Edukasi Pemberian MPASI sesuai pedoman Gizi Seimbang dinilai penting dan dapat memberikan manfaat dalam upaya pencegahan stunting yang saat ini menjadi program prioritas pemerintah. Berdasarkan latar belakang di atas maka penting untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat tentang "Edukasi Pemberian MPASI Sesuai Pedoman Gizi Seimbang".

## METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang Edukasi Pemberian MPASI sesuai Pedoman Gizi Seimbang dilakukan di Wilayah Alalak Tengah Banjarmasin. Kegiatan pengabdian ini dilakukan bekerjasama dengan Puskesmas Alalak tengah. Pelaksana melakukan koordinasi dengan Bidan Koordinator KIA Puskesmas Alalak Tengah dengan melakukan kajian mengenai masalah kesehatan yang ada di wilayah Alalak tengah, khususnya mengenai masalah kesehatan bayi dan balita. Ditemukan masalah mengenai pemberian Makanan Pendamping ASI yang kurang tepat pada bayi dan anak.

Sebelum dilaksanakannya edukasi mengenai pemberian MPASI sesuai pedoman gizi seimbang, pemateri terlebih dahulu melakukan sesi pengumpulan data untuk mengukur pengetahuan sebelum dilakukan edukasi. Setelah kegiatan edukasi selesai kemudian dilakukan evaluasi pengetahuan melalui post test dan evaluasi kegiatan pengabdian pada masyarakat yang telah berjalan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan oleh dosen Prodi DIII Kebidanan FKIK Universitas Muhammadiyah Banjarmasin bekerjasama dengan bagian KIA Puskesmas Alalak Tengah Banjarmasin. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 9 April 2021 dan tempat pelaksanaan di Puskesmas Alalak tengah Banjarmasin. Jumlah peserta sebanyak 15 peserta. Pengumpulan peserta secara *offline* harus dibatasi untuk mencegah penyebaran penyakit di masa pandemic covid-19. Hal ini mengakibatkan terbatasnya jumlah peserta, hal ini diatasi dengan membagikan leaflet kepada warga agar masyarakat yang tidak terlibat langsung masih dapat mengakses materi melalui leaflet.

Target yang ditetapkan dari kegiatan ini adalah peserta mengerti mengenai prinsip pemberian Makanan Pendamping ASI sesuai pedoman Gizi Seimbang. Masalah yang terjadi di masyarakat saat ini adalah keluarga dalam hal ini orang tua memberikan makanan masih belum sesuai pedoman gizi seimbang.

Kegiatan edukasi diawali dengan perkenalan dan kemudian melakukan wawancara dengan pengisian kuesioner pretest terkait pengetahuan MPASI sesuai pedoman gizi seimbang, kemudian dilanjutkan dengan edukasi tentang pemberian MPASI sesuai pedoman gizi seimbang. Hasil nilai sebelum dan sesudah dilakukan edukasi dapat dilihat pada tabel 1 di bawah ini:

**Tabel 1. Nilai Peserta Sebelum dan Sesudah Edukasi Pemberian MPASI**

	Hasil Nilai		Nilai Pengetahuan tentang MPASI				Total	
	Kurang Σ	%	Cukup		Baik		Σ	%
			Σ	%	Σ	%		
Sebelum Edukasi	12	80	3	20	0	0	15	100
Sesudah Edukasi	6	40	4	26,6	5	33,4	15	100

\*Sumber Data Primer, 2021

Hasil nilai sebelum dan sesudah edukasi didapatkan yang berpengetahuan baik sebanyak 0 orang (0%) meningkat menjadi 5 orang (33,4%), ibu yang berpengetahuan cukup sebanyak 3 orang (20%) meningkat menjadi 4 orang (26,6%) dan ibu yang berpengetahuan kurang sebanyak 12 orang (80%) menurun menjadi 6 orang (40%). Dari hasil tersebut dapat dilihat peningkatan persentase pada ibu dengan pengetahuan baik dan cukup serta penurunan persentase pada ibu berpengetahuan kurang sehingga dapat disimpulkan terjadi peningkatan pengetahuan pada peserta setelah dilakukan edukasi.

Setelah dilakukan edukasi, kemudian dilakukan pengumpulan data mengenai evaluasi praktik pemberian MPASI yang selama ini telah dilakukan peserta sebelum mengikuti edukasi. Hasil analisis data mengenai perilaku peserta pada praktik pemberian MPASI sebelum dilakukannya edukasi adalah sebagai berikut:

**Tabel 2. Praktik Pemberian MPASI**

No.	Jenis Pemberian MPASI	Jumlah	Prosentase
1.	Pemberian MPASI memenuhi pedoman gizi seimbang	2	14,4%
2.	Pemberian MPASI tidak memenuhi pedoman gizi seimbang	13	86,6%
Jumlah Peserta		15	100%

\*Sumber Data Primer, 2021

Tabel 2 menjelaskan bahwa dalam hal pemberian MPASI, sebagian besar peserta tidak memberikan MPASI yang sesuai dengan pedoman gizi seimbang yaitu sebesar 86,6%. Hal ini dapat disebabkan karena kurangnya pengetahuan peserta tentang pemberian MPASI sesuai pedoman gizi seimbang. Penelitian Lestiarini (2020) menyebutkan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan sikap ibu dengan pemberian MPASI pada bayi. MPASI sesuai pedoman gizi seimbang meliputi karbohidrat, protein, lemak, dan mineral dari beragam sayur dan buah. Pemberian MPASI yang tidak sesuai gizi seimbang dapat mengakibatkan malnutrisi yang jika terjadi dalam jangka panjang dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan (Lestiarini

and Sulistyorini, 2020). Anak yang menerima variasi bahan MPASI yang rendah lebih banyak ditemukan pada kelompok stunting (Nurkomala, 2017).

Setelah dilakukan edukasi, dilanjutkan dengan evaluasi terkait komitmen peserta setelah mengikuti kegiatan Edukasi. Hasil analisis data mengenai komitmen peserta dalam memberikan anaknya MPASI yang sesuai panduan gizi seimbang adalah sebagai berikut:

**Tabel 3. Komitmen Peserta Dalam Memberikan MPASI sesuai Pedoman**

No.	Komitmen Memberikan MPASI yang sesuai pedoman gizi seimbang	Jumlah	Prosentase
1.	Tidak Berkomitmen	0	0%
2.	Ragu-Ragu/Belum tahu	3	26,7%
3	Berkomitmen	11	73,3%
Jumlah Peserta		15	100%

\*Sumber Data Primer, 2021

Tabel 3 menunjukkan sebagian besar peserta 11 (73,3%) berkomitmen akan memberikan MPASI yang sesuai dengan pedoman gizi seimbang. Tidak ada peserta yang menolak atau tidak berkomitmen dalam pemberian MPASI yang sesuai pedoman gizi seimbang setelah mengikuti Edukasi. Terdapat 3 (26,7%) peserta yang ragu karena belum mempersiapkan bahan, melihat kondisi keuangan dan takut tidak mampu. Perlunya dukungan dari keluarga dan masyarakat dalam mendukung pemberian MPASI yang sesuai pedoman. Penelitian yang dilakukan di kota Depok tahun 2021 menyebutkan bahwa dukungan anggota keluarga berperan dalam pemberian MPASI pada balita sehingga tanggungjawab pemberian nutrisi terutama MPASI bukan hanya tanggung jawab ibu seorang, namun juga melibatkan anggota keluarga lain seperti ayah dan nenek. Peran keluarga dalam pemberian MPASI pada balita sangat penting untuk mencegah anak mengalami kekurangan gizi (Rahmadiyah *et al.*, 2021).

## KESIMPULAN

Adanya peningkatan pengetahuan peserta akan pentingnya pemberian MPASI sesuai pedoman menu gizi seimbang. Peningkatan pengetahuan peserta kegiatan ini juga mampu meningkatkan komitmen dalam upaya pemberian MPASI yang sesuai dengan pedoman gizi seimbang. Diharapkan keluarga, masyarakat, tokoh masyarakat dan tenaga kesehatan menjadi pendukung dalam mempromosikan upaya penurunan stunting melalui pemberian makanan yang sesuai dengan pedoman gizi seimbang sehingga mampu meningkatkan kualitas kesehatan bayi dan balita.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih setinggi-tingginya diucapkan kepada Universitas Muhammadiyah Banjarmasin yang telah memberikan dukungan atas terselenggarakannya pengabdian masyarakat. Ucapan terimakasih juga kami sampaikan kepada mahasiswa perwakilan dari BEM dan HIMA Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan Universitas muhammadiyah Banjarmasin yang terlibat aktif dalam kegiatan pengabdian ini.

## REFERENSI

- Anggraeni, E. M. *et al.* (2020) 'Perbedaan status gizi bayi usia 6-9 bulan yang diberi MPASI buatan pabrik dan rumah', *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 16(3), p. 106. doi: 10.22146/ijcn.43358.
- Lestiarini, S. and Sulistyorini, Y. (2020) 'Perilaku Ibu pada Pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) di Kelurahan Pegiran', *Jurnal PROMKES*, 8(1), p. 1. doi: 10.20473/jpk.v8.i1.2020.1-11.
- Mustika, W. and Syamsul, D. (2018) 'Analisis Permasalahan Status Gizi Kurang Pada Balita di Puskesmas Teupah Selatan Kabupaten Simeuleu', *Jurnal Kesehatan Global*, 1(3), p. 127. doi: 10.33085/jkg.v1i3.3952.
- Nurjanna (2019) 'Determinan Sosial Budaya Kejadian Stunting Pada Suku Makassar Di Kecamatan Turatea Kabupaten Jeneponto', *Skripsi*, pp. ii–190. Available at: [http://repository.uin-alauddin.ac.id/16406/1/NURJANNA\\_70200115040.pdf](http://repository.uin-alauddin.ac.id/16406/1/NURJANNA_70200115040.pdf).

- Nurkomala, S. (2017) 'SITI\_NURKOMALA\_22030113120041-min-1'. Available at: [http://eprints.undip.ac.id/62350/1/SITI\\_NURKOMALA\\_22030113120041-min.pdf](http://eprints.undip.ac.id/62350/1/SITI_NURKOMALA_22030113120041-min.pdf).
- Rahmadiyah, D. C. *et al.* (2021) 'Pengalaman Keluarga dalam Praktik Pemberian Makan Pendamping ASI pada Balita Gizi Kurang', *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 11(2), pp. 401–416. Available at: <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM/article/view/1422>.
- Sihwi, S. W. *et al.* (2016) 'Sistem Rekomendasi Menu Harian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI) Berdasarkan Kebutuhan Kalori Bayi dengan Metode TOPSIS', *Jurnal Ilmu Komputer dan Agri-Informatika*, 3(2), p. 122. doi: 10.29244/jika.3.2.122-131.
- Umilasari, R. and A'yun, Q. (2018) 'Pengenalan Dan Pelatihan Mp-Asi Who Di Posyandu', *Jurnal Pengabdian Masyarakat IPTEKS*, 4(2), p. 147. doi: 10.32528/pengabdian\_iptek.v4i2.1847.
- Kemenkes RI. 2018. Cegah Stunting dengan Perbaikan Pola Makan, Pola Asuh dan Sanitasi. Jakarta:Kemenkes:P2PTM, available at: (<http://p2ptm.kemkes.go.id/kegiatan-p2ptm/subdit-penyakit-diabetes-melitus-dan-gangguan-metabolik/cegah-stunting-dengan-perbaikan-pola-makan-pola-asuh-dan-sanitasi>)
- IDAI.2017. Makanan Pendamping ASI. Available at <https://www.idai.or.id/artikel/klinik/pengasuhan-anak/apa-kah-makanan-pendamping-asi-mpasi-komersil-berbahaya-buat-bayi>