



DARMABAKTI CENDEKIA: Journal of Community Service and Engagements

www.e-journal.unair.ac.id/index.php/DC

TRAINING ON HOW TO PROVIDE COMPLEMENTARY FOODS FOR BABIES IN GEMPOLPADING VILLAGE, PUCUK, LAMONGAN

PELATIHAN CARA PEMBUATAN MAKANAN PENDAMPING ASI (MP-
ASI) DI DESA GEMPOLPADING, PUCUK, LAMONGAN

Scope:
Health

Rukanah* , Yunita Dyah Fitriani¹ , Yuyun Farihatin¹ 

¹ Akademi Kebidanan Mandiri Gresik - Indonesia

ABSTRACT

Background: Babies aged 6 months to 24 months is a very important period for the growth and development of children. Therefore, health workers have an important role in helping families to achieve it from complementary foods. Good foods can make their growth optimal. Complementary foods start from mashed and soft. **Objective:** This activity aims to provide education to mothers about the nutritional status of toddlers, complementary feeding, and motor development. **Method:** This activity was counseling and training on how to provide complementary foods. Participants of this activity were mothers who have children aged > 6 months to 24 months. **Results:** It shows an increase in knowledge about the importance of correct and proper complementary foods for babies which improves baby's appetite, baby's motor development, and how to monitor baby's growth. Breastfeeding mothers are motivated to implement the correct and age-appropriate complementary feeding. **Conclusion:** The participants who took part in this training looked very enthusiastic. It was evidenced by the participants' listening comprehension and understanding.

ARTICLE INFO

Received 09 September 2024
Revised 18 September 2024
Accepted 18 November 2024
Online 02 December 2024

*Correspondence (Korespondensi):
Rukanah

E-mail:
rukanah1986@gmail.com

Keywords:
Training; Aged 6-24 months;
Complementary Foods

ABSTRAK

Latar belakang: Bayi usia 6-24 bulan sangat membutuhkan makanan pendamping ASI guna mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan tubuhnya. Setiap bayi membutuhkan MP-ASI yang tepat agar kebutuhan gizinya tercukupi. Terdapat tahapan tekstur MP-ASI yang perlu diketahui, mulai dari bertekstur lembut sampai anak mampu beradaptasi dengan makanan keluarga secara utuh. **Tujuan:** Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memberikan pendidikan kesehatan kepada ibu mengenai status gizi, jenis dan bentuk MP-ASI serta perkembangan fisik dan motorik bayi. **Metode:** Metode yang digunakan adalah penyuluhan dan pelatihan pembuatan MP-ASI dengan sasaran ibu yang memiliki bayi usia 6-24 bulan. **Hasil:** Setelah dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat, pengetahuan dan motivasi ibu meningkat mengenai manfaat MP-ASI, cara pembuatan dan pemberian MP-ASI, perkembangan fisik dan motorik anak, serta cara pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anak. **Kesimpulan:** Kegiatan pemberian pendidikan kesehatan dan pelatihan tentang MP-ASI berjalan dengan lancar. Peserta kegiatan terlihat antusias mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat terbukti dari hasil evaluasi didapatkan hampir seluruh peserta menyatakan memahami hal yang disampaikan.

Kata kunci:
Pelatihan; Usia 6-24 Bulan;
MP-ASI

PENDAHULUAN

Gizi berperan penting dalam setiap tahapan siklus kehidupan manusia. Status gizi yang kurang baik pada masa kehamilan dapat meningkatkan kelahiran Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) sehingga mengakibatkan menurunnya tingkat kecerdasan anak yang dilahirkan. Bayi dan anak yang mengalami malnutrisi akan terjadi gangguan perkembangan dan pertumbuhan baik secara fisik, psikologis dan kecerdasan (Mufida et al., 2015). Menilai pertumbuhan jika tidak didukung oleh tidak lanjut yang sesuai tidak dapat meningkatkan status gizi dan kesehatan anak. Pada keadaan tertentu seperti keadaan darurat dan banyaknya kemiskinan, penilaian pertumbuhan diarahkan untuk identifikasi anak-anak yang perlu intervensi mendesak, seperti pemberian makanan tambahan dan makanan pemulihan untuk mencegah kematian (Al-Rahmad dan Fadillah, 2023).

Usia 0-24 bulan merupakan periode yang sering disebut dengan periode emas, dikarenakan pada masa ini proses perkembangan dan pertumbuhan anak sangat cepat dan pesat. Pada usia ini anak harus mendapatkan asupan gizi yang cukup sesuai dengan umur dan tahapan pertumbuhan dan perkembangannya. Apabila seorang anak tidak mendapatkan asupan gizi yang cukup pada periode emasnya, maka periode yang akan dialami seorang anak menjadi periode kritis bagi pertumbuhan dan perkembangan anak dimana lebih dari tiga per empat contoh diberikan MP-ASI pertama kali pada umur 6 bulan ke atas dengan jenis MP-ASI berupa MP-ASI siap saji, dan diberikan dengan frekuensi yang cukup dalam sehari dan itu sangat kurang dengan kebutuhan makan anak setiap harinya (Hikmah dan Martianto, 2016).

Selain itu kebiasaan keluarga dalam pemberian MP-ASI biasanya diturunkan orang tua kepada anaknya seperti memberikan susu formula, madu, air putih dan lain-lain. Pola masyarakat yang masih mempercayakan hal tersebut dapat mempercepat pertumbuhan bayi dan akan mengikuti kebiasaan tersebut sebagai bentuk kepatuhan terhadap orang tua, hal ini lah yang memicu pemberian MP-ASI dini yaitu pada bayi 0-6 bulan (Sari et al., 2021). Sehingga, salah satu upaya yang dilakukan adalah dengan penerapan Keluarga Sadar Gizi, yaitu mendorong keluarga untuk memberikan periode awal seorang anak berupa ASI eksklusif dan dilanjutkan dengan pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) sesuai tahapan kepada anak usia 6-24 bulan (Rismayani et al., 2023).

Makanan pendamping ASI (MP-ASI) adalah makanan yang mudah dikonsumsi dan dicerna oleh bayi. MP-ASI yang diberikan harus menyediakan nutrisi tambahan untuk memenuhi kebutuhan

gizi bayi yang sedang bertumbuh. Walaupun ASI merupakan makanan terbaik bagi bayi, bayi berusia > 6 bulan membutuhkan lebih banyak vitamin, mineral, protein, dan karbohidrat. Kebutuhan gizi yang tinggi ini tidak bisa hanya didapatkan dari ASI, tetapi juga membutuhkan tambahan dari makanan pendamping ASI (Departemen Kesehatan RI, 2006).

MP-ASI pada anak usia 6-24 bulan sangat berperan penting dan sangat menentukan proses pertumbuhan dan perkembangan anak, maka sudah seharusnya tenaga kesehatan mengambil peran penting untuk memberikan bantuan kepada keluarga agar anak dapat bertumbuh dan berkembang secara optimal. Memberikan MP-ASI pada anak yang artinya memperkenalkan jenis makanan lain diluar ASI kepada anak usia 6-24 bulan di samping juga tetap memberikan ASI kepada anak. Pemberian Makanan Pendamping ASI yang tepat adalah memberikan asupan gizi yang dapat memenuhi kebutuhan gizi anak. Pemberian MP-ASI harus diberikan kepada anak secara bertahap sesuai usia, dimulai dari berbentuk lumat, lembek sampai anak mampu makan makanan keluarga (IDAI, 2018).

Tujuan pemberian MP-ASI adalah memberikan suplemen pelengkap kandungan gizi pada ASI yang semakin berkurang dengan bertambahnya usia dan juga bertambahnya kebutuhan gizi anak. Bertambahnya usia anak membawa konsekuensi semakin bertambahnya kebutuhan gizi, sehingga juga diperlukan makanan tambahan berupa MP-ASI sebagai pelengkap (Lestiarini dan Sulistyorini, 2020). Akan tetapi bila pemberian MP-ASI diberikan dengan makanan siap saji dapat semakin beresiko terkena obesitas pada anak sehingga diperlukan adanya pelatihan untuk pembuatan MP-ASI rumahan (Hikmah dan Martianto, 2016).

Semakin tinggi pengetahuan ibu maka akan menentukan ibu dalam bersikap dan berperilaku terutama dalam memilih dan memberikan MP-ASI pada anaknya. Hal ini sesuai dengan penelitian yang berjudul perilaku ibu pada Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) di kelurahan pegirian didapatkan hasil bahwa ada hubungan pengetahuan dan sikap ibu dan pengasuh balita dapat berpengaruh pada pemberian MP-ASI pada bayi usia kurang 6 bulan, sehingga diperlukan penyuluhan kepada ibu yang memiliki balita agar bisa memahami dalam pemberian MP-ASI (Lestiarini dan Sulistyorini, 2020). Pengetahuan ibu pun berkaitan dengan pendidikan ibu, semakin tinggi pendidikan ibu kemungkinan besar membuat ibu semakin mudah menerima informasi, dari informasi tersebutlah yang membuat pengetahuan ibu semakin bertambah (Rahmania et al., 2022). Hal ini sesuai dengan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul Optimalisasi Pemberian MP-ASI Dengan Menu Olahan Ibu Berbasis Buku

KIA 2020 didapatkan hasil ada peningkatan pengetahuan ibu balita terkait pemberian MPASI, setelah dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat (Munjidah et al., 2022).

Sedangkan dari hasil survei awal ibu yang mempunyai anak usia 6 bulan–2 tahun masyarakat Desa Gempolpading sejumlah 16 ibu belum memahami cara pembuatan MP-ASI, mereka memberikan MP-ASI sesuai makanan kesukaan anaknya atau yang dimau anak, kemudian menggunakan bubur instan atau membeli bubur bayi dan mereka tidak mengetahui MP-ASI yang baik untuk anak mereka dilihat dari mereka tidak pernah memperhatikan kandungan gizi dari makanan yang disajikan untuk anaknya. Berdasarkan latar belakang diatas diperlukan pendidikan kesehatan kepada ibu menyusui mengenai status gizi, jenis dan bentuk MP-ASI serta pemantauan pertumbuhan diukur dengan BB/PB menurut grafik WHO di buku KIA menunjukkan status gizi normal pada anak usia 6-24 bulan.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Gempolpading Kecamatan Pucuk Kabupaten Lamongan, dengan sasaran ibu yang mempunyai anak usia 6-24 bulan berjumlah 23 orang. Penyuluhan diklasifikasi kedalam 3 kelompok MPASI (6-9 bln, 9-12 bln, >12 bln). Metode menggunakan penyuluhan dan pelatihan pembuatan MP-ASI. Kegiatan dilaksanakan oleh Tim dari Akademi Kebidanan Mandiri Gresik. Rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan dengan tahapan : persiapan, pelaksanaan, tindak lanjut dan evaluasi. Tahap persiapan yaitu melakukan koordinasi, menyiapkan materi dan alat untuk penyuluhan dan pelatihan. Tahap pelaksanaan, yaitu memberikan penyuluhan dan pelatihan tentang MP-ASI, dan tahap tindak lanjut, yaitu dengan melakukan pendampingan atau pelatihan lanjutan tentang MP-ASI, serta tahap evaluasi yaitu melakukan evaluasi proses penyuluhan dan pelatihan MP-ASI.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan memberikan penyuluhan dan pelatihan tentang MP-ASI. Kegiatan ini diawali dengan koordinasi dengan Kepala Desa serta Kader Posyandu yang ada di Desa Gempolpading Kecamatan Pucuk Kabupaten Lamongan. Hasil koordinasi dengan dilakukan kegiatan berbentuk penyuluhan dan pelatihan tentang MP-ASI dengan peserta ibu menyusui yang mempunyai anak usia antara 6-24 bulan dengan peserta sebanyak 23 orang. Pelaksanaan kegiatan sebelumnya

dilakukan *pre-test* dan *post-test* dimana pada nilai *pre-test* didapatkan hasil dari 23 ibu hanya 9 yang memahami tentang pengolahan dan pembuatan MP-ASI rumahan dengan benar baik dari segi bahan pembuatan maupun secara tekstur menurut usia dan 14 ibu yang lain masih memberikan MP-ASI yang penting dalam bentuk bubur tanpa melihat kandungan dan kebutuhan dari segi usia.

Setelah dilakukan penyuluhan dan pelatihan tentang MP-ASI 23 peserta sudah mengerti dan memahami dalam pengolahan dan pembuatan MP-ASI rumahan dengan baik yang dilihat dari bahan dan tekstur sesuai usia, hal ini terlihat dari pengetahuan dan motivasi ibu meningkat mengenai manfaat MP-ASI, cara pembuatan dan pemberian MP-ASI, tentang cara pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anak.

Selain mengikuti penyuluhan, peserta juga mendapatkan resep dan cara pembuatan MP-ASI rumahan. Bahan dan alat untuk praktik pembuatan MP-ASI rumahan telah disediakan oleh pelaksana dan mitra, berupa: alat masak, berbagai tepung, sayur dan buah-buahan. Alat yang dipakai adalah alat-alat sederhana dan yang umum digunakan dalam tatanan keluarga dan rumah tangga. Dari hasil survey awal ibu yang mempunyai anak usia 6 bulan sampai 2 tahun masyarakat Desa Gempolpading sejumlah 16 ibu belum memahami cara pembuatan MP-ASI, mereka memberikan MP-ASI sesuai makanan kesukaan anaknya atau yang dimau anak, kemudian menggunakan bubur instan atau membeli bubur bayi dan mereka tidak mengetahui MP-ASI yang baik untuk anak mereka dilihat dari mereka tidak pernah memperhatikan kandungan gizi dari makanan yang disajikan untuk anaknya. Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) di kelurahan pegirian didapatkan hasil bahwa ada hubungan pengetahuan dan sikap ibu dan pengasuh balita dapat berpengaruh pada pemberian MP-ASI pada bayi usia kurang 6 bulan, sehingga diperlukan penyuluhan kepada ibu yang memiliki balita agar bisa memahami dalam pemberian MP-ASI (Lestiarini dan Sulistyorini, 2020).

Hal ini juga sesuai dengan hasil pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh Munjidah dkk pada kegiatan optimalisasi pemberian MP-ASI dengan menu olahan ibu berbasis buku KIA 2020 didapatkan hasil ada peningkatan pengetahuan ibu balita terkait pemberian MP-ASI, setelah dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat (Munjidah et al., 2022). Hasil pengabdian Mulyandari juga didapatkan hasil pelaksanaan penyuluhan terhadap pengetahuan ibu tentang tahapan MP-ASI meningkat. Perlu dilakukannya edukasi rutin terhadap ibu tentang pentingnya pemberian MP-ASI yang tepat dan benar baik dari jadwal pemberian dan cara pengolahannya (Mulyandari dan Trisnawati, 2023).

Tabel 1. Alat-alat Untuk Pengolahan Dan Pembuatan MP-ASI Rumahan

No	Alat	Fungsi
1	Kompor Gas	Proses memasak
2	Parutan	Melembutkan bahan makanan
3	Saringan	Menyaring hasil olahan MP-ASI
4	Mangkok	Tempat menampung bahan dan hasil MP-ASI
5	Sendok	Untuk mengaduk dan melembutkan hasil olahan

Tabel 2. Bahan-bahan Pembuatan MP-ASI Rumahan

No	Nama dan Jenis Bahan	Contoh Bahan
1	Berbagai jenis tepung	Berbagai macam beras (putih, merah), kacang polong, kacang hijau
2	Sayur-sayuran	Wortel, tomat, bayam, labu siam
3	Buah-buahan	Jeruk, pepaya, apel, buah naga
4	Bahan lain	Telur, tempe, daging

Panduan Cara Penyajian, Tekstur dan Frekuensi makan untuk bayi dan anak di situasi normal & bencana.

0-6 bulan	6-9 bulan	9-12 bulan	>12 bulan
<p>ASI Eksklusif</p> <p>Ibu dimotivasi untuk dapat terus menyusui. Anak usia 0-6 bulan hanya mengonsumsi ASI saja.</p> <p>CUKUP ASI SAJA</p>	<p>Lanjutkan Menyusul</p> <p>2-3 sdm bertahap hingga 125ml 2-3x makan 1-2x selingan</p> <p>Makanan dibuat dengan disaring. Tekstur makanan lumat dan kental.</p> <p>DI-SARING</p>	<p>Lanjutkan Menyusul</p> <p>125ml bertahap hingga 250ml 3-4x makan 1-2x selingan</p> <p>Bahan makanan sama dengan orang dewasa, namun rasa disesuaikan untuk anak-anak. 9-10 bulan, makanan ditumbuk dengan tekstur makanan agak kasar. 11-12 bulan, makanan dibuat dengan dicincang kasar.</p> <p>DI-CINCANG</p>	<p>Lanjutkan Menyusul hingga 2 tahun atau lebih</p> <p>200ml hingga 250ml++ 3-4x makan 1-2x selingan</p> <p>Bahan makanan untuk dewasa dapat juga digunakan untuk membuat makanan bayi dan anak. Pada usia ini, menu untuk anak-anak dapat disamakan dengan dewasa, namun rasa disesuaikan.</p> <p>MASAK BIASA</p>

Gambar 1. Panduan Penyajian MP-ASI

Faktor penting yang berpengaruh adalah informasi yang kurang memadai dan rendahnya motivasi untuk mengaplikasikan pola asuh yang sesuai dan tepat, terutama dalam hal pemenuhan kebutuhan biologis, yaitu pemberian MP-ASI yang benar dan sesuai. Praktik pemberian makan pada anak merupakan faktor penting bagi masa depan anak, karena berbagai faktor terkait dengan proses ini sangat mempengaruhi hasilnya di masa dewasa. Pemahaman terhadap berbagai faktor yang dapat diolah dan dimodifikasi, baik terkait fisik, mental psikologis maupun perilaku akan dapat mengurangi risiko terjadinya masalah di kemudian hari (IDAI, 2016).

Selain kegiatan penyuluhan dan pelatihan, tim juga melakukan sosialisasi aktivitas kampus dan kerjasama lain yang dapat dijalin bersama masyarakat. Respon dan tanggapan peserta bervariasi, tetapi sebagian besar antusias dan berharap adanya tindak lanjut dan evaluasi secara berkala dan berkesinambungan dari tim pelaksana pengabdian masyarakat dan dari LPPM Akademi Kebidanan Mandiri Gresik. Berdasarkan hasil evaluasi, kegiatan tersebut dapat mampu meningkatkan pengetahuan peserta tentang status gizi anak, jenis dan bentuk MP-ASI, dan perkembangan fisik serta motorik anak serta cara pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anak, sehingga kegiatan ini dapat berjalan sesuai dengan waktu yang ditentukan.



Gambar 2. Penyuluhan dan Pelatihan MP-ASI

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan memberikan pengetahuan berupa pendidikan kesehatan dan pelatihan cara pembuatan MP-ASI di Desa Gempolpading. Kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik dan lancar. Setelah dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat didapati bahwa pengetahuan dan motivasi ibu meningkat mengenai manfaat MP-ASI, cara pembuatan dan pemberian MP-ASI, perkembangan fisik dan motorik anak, serta cara pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anak. Kegiatan ini diharapkan berlangsung secara berkala dan berkesinambungan yang tercermin dalam bentuk kader pecinta dan peduli gizi anak. Disamping itu juga diharapkan selalu terjalin hubungan kerjasama yang harmonis dari berbagai pihak seperti kader posyandu, pemerintahan desa, tokoh agama dan tokoh masyarakat dalam mendukung terlaksananya program-program kesehatan dalam bidang kesehatan ibu dan anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada yang terhormat Direktur Akademi Kebidanan Mandiri Gresik, serta Kepala Desa beserta Kader Posyandu Desa Gempolpading dan seluruh peserta kegiatan pengabdian masyarakat, sehingga kegiatan dapat berjalan lancar sesuai dengan rencana. Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan dana internal Akademi Kebidanan Mandiri Gresik. "Penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan dengan pihak-pihak yang terkait dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini".

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Rahmad, A.H., Fadillah, I., 2023. Penilaian Status Gizi dan Pertumbuhan Balita: Standar Baru Antropometri WHO-2006 Multicentre Growth Reference Study (MGRS).
- Departemen Kesehatan RI., 2006. Pedoman Umum Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) Lokal Tahun 2006. Jakarta.
- Hikmah, N., Martianto, D., 2016. Riwayat Pemberian ASI, Susu Formula, dan MP-ASI pada Anak Balita dengan Risiko Gizi Lebih di Kecamatan Majalengka. IPB University.
- IDAI, 2018. Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI). URL <https://www.idai.or.id/artikel/klinik/asi/pemberian-makanan-pendamping-air-susu-ibu-mpasi> (accessed 12.4.24).

- IDAI., 2016. Kiat Membuat Anak Sehat, Tinggi, dan Cerdas. Ikatan Dokter Anak Indonesia, Jakarta.
- Lestiarini, S., Sulistyorini, Y., 2020. Perilaku Ibu pada Pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) di Kelurahan Pegirian. *J. Promkes Indones. J. Health Promot. Health Educ.* Vol. 8(1), Pp. 1-11. <https://doi.org/10.20473/jpk.V8.I1.2020.1-11>.
- Mufida, L., Widyarningsih, T.D., Maligan, J.M., 2015. Prinsip Dasar Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) untuk Bayi 6-24 Bulan: Kajian Pustaka. *J. Pangan Dan Agroindustri* Vol. 3(4), Pp. 1646-1651.
- Mulyandari, A., Trisnawati, Y., 2023. Edukasi Tahapan Pemberian MP-ASI Pada Ibu yang Memiliki Anak Usia 6-12 Bulan Wilayah Kerja Puskesmas Mekar Baru Kelurahan Batu IX. *J. Pengabd. Masy. Anugerah Bintang JPMAB* Vol. 4(1), Pp. 26-30.
- Munjidah, A., Handayani, N., Huda, N., Firdaus., 2022. Optimalisasi Pemberian MPASI dengan Menu Olahan Ibu Berbasis Buku KIA 2020. *J. Pengabd. Kesehat. ITEKES Cendekia Utama Kudus* Vol. 5(4), Pp. 338-343.
- Rahmania, S., Habibi, A., Rayatin, L., 2022. Pengetahuan Ibu Hamil Mengenai MPASI dengan Status Gizi Anak Usia 6-24 Bulan. *J. JKFT* Vol. 7(2), Pp. 129-137.
- Rismayani, Sari, F., Rismawati, R., Hermawati, D., Arlenti, L., 2023. Edukasi Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) sebagai Upaya Peningkatan Daya Tahan Tubuh Balita di Posyandu Desa Pematang Balam. *J. Basemah Pengabd. Dan Pemberdaya. Masy.* Vol. 2(1), Pp. 27-36.
- Sari, L.A., Nurti, T., Priyanti, N., Susilawati, E., Herinawati., 2021. Pemberian MP-ASI Pada Bayi 0-6 Bulan dan Faktor-Faktor yang Berhubungan. *J. Kesehat. Komunitas* Vol. 7(2), Pp. 176-181. <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol7.Iss2.930>.