

OPTIMALISASI PEMBERIAN MPASI DENGAN MENU OLAHAN IBU BERBASIS BUKU KIA 2020

Annif Munjidah¹, Nanik Handayani², Nailul Huda³, Firdaus⁴
^{1,2,3} Prodi Pendidikan Profesi Bidan Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya
³ Prodi Kedokteran Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya
⁴ Prodi DIII Keperawatan Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya
Email: annifmunjidah@unusa.ac.id, nanik_handayani@unusa.ac.id,
dr.nailul@unusa.ac.id, firdaus@unusa.ac.id

ABSTRAK

Masalah gizi pada bayi dan anak disebabkan oleh pemberian ASI dan MP-ASI yang tidak tepat (segi kuantitas dan kualitas). Jika anak usia 6-24 bulan tidak memperoleh cukup gizi dari MP-ASI, maka akan mengakibatkan gangguan pertumbuhan dan kurang gizi. Keadaan ini memerlukan penanganan tidak hanya dengan penyediaan pangan, tetapi dengan pendekatan yang lebih komunikatif sesuai dengan tingkat pendidikan dan kemampuan masyarakat. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah peningkatan pengetahuan ibu balita dalam memberikan MPASI dengan menu olahan ibu berbasiskan buku KIA 2020. Pada bulan Maret – Juli 2022 di Kelurahan Wonokromo Surabaya dan di RW II Kelurahan Siwalankerto Surabaya. Sasaran pengabdian masyarakat yaitu seluruh ibu baduta (bayi bawah dua tahun) dan ibu balita (bawah lima tahun). Analisa data menggunakan Analisa deskriptif. Hasil pengabdian masyarakat, ada peningkatan pengetahuan ibu balita terkait pemberian MPASI.

Kata Kunci: *MPASI menu ibu, Buku KIA 2020*

ABSTRACT

Nutritional problems in infants and children are caused by improper breastfeeding and complementary food (in terms of quantity and quality). If the baby aged 6-24 months does not get enough nutrition from complementary food, it will result in growth disorders and malnutrition. This situation requires handling not only with the provision of food, but with a more communicative approach according to the level of education and the ability of the community. The purpose of this community service is to increase the knowledge of toddler mothers in providing complementary food with a processed mother's menu based on the 2020 MCH book. In March-July 2022 in Wonokromo Village Surabaya and Siwalankerto Village Surabaya. The target of community service is all baduta mothers (babies under two years old) and balita mothers. Data analysis using descriptive analysis. As a result of community service, there is an increase in the knowledge of toddler mothers related to the provision of complementary food.

Keywords: *Complementary food for the mother's menu*

LATAR BELAKANG

Keadaan status gizi dibawah usia dua tahun (Baduta) merupakan kelompok yang rawan gizi dan akan menentukan kualitas hidup yang selanjutnya. Pemenuhan gizi merupakan hak dasar anak. Salah satu upaya untuk meningkatkan kesehatan gizi anak sebagaimana diamanatkan oleh Undang-Undang Dasar Tahun 1945 dan kesepakatan internasional seperti Konvensi Hak Anak (Komisi Hak Azasi Anank PBB, 1989, Pasal 24), adalah memberikan makanan yang terbaik bagi anak usia 2 tahun. Untuk mencapai hal tersebut, Strategi Pemberian ASI dan MP-ASI merekomendasikan pemberian makanan yang baik dan tepat bagi bayi anak 0-24 tahun adalah: (1) mulai menyusu dalam 1 jam setelah lahir; (2) pemberian ASI secara eksklusif sampai usia 6 bulan; (3) memberikan Makanan pendamping ASI (MP-ASI) mulai usia 6 bulan; (4) Meneruskan pemberian ASI sampai usia 2 tahun atau lebih. [1][2]

Para ahli sepakat bahwa praktik pemberian makan yang baik dan tepat sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi dan anak. Saat ini telah banyak dilakukan promosi pemberian ASI secara eksklusif yang merupakan awal terbaik untuk kehidupan anak. Praktik pemberian makan dapat dilakukan oleh ibu atau pengasuh dengan menggunakan olahan bumbu dasar yang dapat meningkatkan khazanah aroma dan minat anak. [3]

Beberapa penelitian menyatakan bahwa masalah gizi pada bayi dan anak disebabkan kebiasaan pemberian ASI dan MP-ASI yang tidak tepat (segi kuantitas dan kualitas). Jika bayi anak usia 6-24 bulan tidak memperoleh cukup gizi dari MP-ASI, maka akan mengakibatkan gangguan pertumbuhan dan kurang gizi. Keadaan ini memerlukan penanganan tidak hanya dengan penyediaan pangan, tetapi dengan pendekatan yang lebih komunikatif sesuai dengan tingkat pendidikan dan kemampuan masyarakat. Selain itu, ibu-ibu kurang menyadari bahwa setelah bayi berumur 6 bulan memerlukan MP-ASI dalam jumlah dan mutu yang semakin bertambah, sesuai dengan penambahan umur bayi dan kemampuan alat cernanya. [4]

Beberapa permasalahan dalam pemberian makanan bayi/anak umur 0-24 bulan yaitu:

1. Pemberian susu formula secara berlebihan

Masih banyak ibu yang beranggapan bahwa susu formula dapat menggantikan peran makanan. Setiap kali anak menolak makan maka diberikan susu formula, kebiasaan ini yang semakin membuat anak menolak dan tidak kenal makanan.

2. Pemberian MP-ASI terlalu dini atau terlambat

Pemberian MP-ASI yang terlalu dini (sebelum bayi berumur 6 bulan) menurunkan konsumsi ASI dan menyebabkan gangguan pencernaan atau diare. Sedangkan jika pemberian MP-ASI terlambat (lewat 6 bulan). Dapat menyebabkan hambatan pertumbuhan anak.

3. MP-ASI yang diberikan adalah menu tunggal dan atau dengan jumlah yang tidak sesuai

Pemberian pada periode umur 6-24 bulan sering tidak tepat dan tidak cukup baik kualitas maupun kuantitasnya (kekentalan bubur encer). Adanya kepercayaan bahwa anak tidak boleh makan ikan dan kebiasaan tidak menggunakan santan atau minyak pada makanan anak, dapat menyebabkan anak menderita kurang gizi terutama energi dan protein serta beberapa vitamin yang larut dalam lemak.

4. Frekuensi Pemberian MPASI kurang.

Frekuensi pemberian MPASI dalam sehari tidak sesuai dengan tingkatan usia anak yang berakibat tidak terpenuhinya kebutuhan kalori harian anak

5. Kebersihan kurang terjaga.

Ibu tidak mengetahui cara penyimpanan MPASI, cara menghangatkan dan cara menyajikan MPASI yang higienis dan kurang mengamati perilaku pengasuh anaknya ketika memberikan makan. Hal ini menyebabkan anak mengalami mencret atau diare.[5][6] [7]

Masalah diatas menunjukkan bahwa pengetahuan ibu mengenai pemberian MP-ASI masih rendah sehingga dapat memicu terjadinya masalah gizi pada Baduta (gizi berkurang, gizi buruk, pendek dan kurus). Oleh karena itu, untuk mengatasi masalah kekurangan gizi maka diperlukan perbaikan pada kuantitas dan kualitas MP-ASI. Pada tahun 2020 pemerintah telah memperbarui kebijakan dalam Kesehatan ibu dan anak melalui pada Buku KIA, yang didalamnya termuat cara pemberian dan pengolahan MPASI yang tepat dan dapat dilakukan oleh ibu dirumah. [8]

METODE

Metode yang akan diterapkan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah penyuluhan secara langsung. Populasi atau sasaran dalam pengabdian ini adalah semua ibu baduta dengan total sampling. Waktu pelaksanaan bulan Maret sampai Juli 2021 di Wilayah Kelurahan Wonokromo Surabaya dan di RW II Kelurahan Siwalankerto Surabaya. Evaluasi menggunakan kuisisioner tentang pemahaman sasaran yang terukur dalam bentuk soal *multiple choice* pada *google form* tentang MPASI. Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis deskriptif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan melalui beberapa tahapan yakni: persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Adapun tahapan persiapan meliputi: pendekatan dan penggalan masalah dengan pihak Puskesmas Wonokromo dan Puskesmas Siwalankerto, Ketua kader posyandu terkait permasalahan dan perencanaan pengabdian masyarakat. Penyusunan tim yakni penyusun materi, tim edukator, tim editing, dan tim evaluator

Pada tahap pelaksanaan tim pengmas memberikan penyuluhan kepada ibu baduta (bayi bawah dua tahun) pada saat acara posyandu balita pada tanggal 16 Juni 2022 di RWI II Kelurahan Siwalankerto Surabaya yang dihadiri oleh 22 ibu baduta. Sedangkan di Kelurahan Wonokromo tim pengmas memberikan penyuluhan kepada ibu baduta dan ibu balita pada acara pengabdian masyarakat di Fakultas Keperawatan dan Kebidanan

UNUSA yang berbarengan dengan peringatan hari ulang tahun (HUT) IBI ke -71 pada tanggal 30 Juni 2022 dihadiri oleh 30 ibu balita.

Dibawah ini gambar pelaksanaan penyuluhan pada ibu baduta dan balita dalam acara HUT IBU di Fakultas Keperawatan dan Kebidanan UNUSA



Gambar 2
Acara penyuluhan

Tim pengmas menyampaikan materi yang terdiri dari: konsep dasar MPASI, konsep pemberian, menu, jumlah dan frekuensi pemberian dan cara pengolahan sampai cara penyajian. Pada kesempatan ini tim pengmas juga mengajak ibu untuk membuka kembali buku KIA yang telah dibawa dan menekankan kembali pada menu yang harus diberikan kepada anak, pentingnya menu lengkap dan partisipasi anggota keluarga dalam mensukseskan pemberian MPASI. Selain itu tim pengmas juga menekankan kembali bahwasanya MPASI tidak harus menggunakan bahan makanan import misalnya butter, atau beberapa rempah dari luar negeri, karena di negeri kita sudah kaya akan bahan makanan yang dapat di olah oleh ibu dirumah. Pembiasaan mengkonsumsi makanan beraneka ragam akan memberikan manfaat jangka pendek dan jangka panjang. Pada

kesempatan ini ibu baduta akhirnya dapat memahami pentingnya pondasi MPASI yang baik. Selain untuk memenuhi kebutuhan zat gizi anak saat ini juga dapat mendukung perekonomian keluarga dan masyarakat.

Ibu yang hadir sangat antusias mengikuti acara penyuluhan, beberapa diantaranya berkonsultasi mengenai cara memasak, cara menyiapkan makanan sampai dengan alat makan yang digunakan. Pada tahap evaluasi tim memberikan pertanyaan secara terbuka dan kuisisioner. Data evaluasi pengetahuan disajikan pada tabel dibawah ini.

Tabel 2. Tingkat ibu tentang MPASI

Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
	n	Persentase (%)	n	Persentase (%)
Baik	7	13,5	46	88,5
Cukup	13	25	6	11,5
Kurang	32	61,5	0	0
	52	100	52	100

Dari tabel 2 diatas diketahui tingkat ibu semakin baik, hal tersebut dapat dilihat dari jumlah pengetahuan baik yang meningkat antara sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Ada peningkatan pengetahuan ibu baduta tentang pemberian MPASI menu olahan ibu sesuai buku KIA 2020 di RW II Siwalankerto Surabaya dan di Kelurahan Wonokromo Surabaya.

Saran

Ibu baduta dapat mempelajari secara mendalam tentang pemberian MPASI di buku KIA 2020.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Munjidah Annif. Esty Puji R. 2020. *Pengaruh penerapan feeding rules sebagai upaya mengatasi kesulitan makan pada anak (picky eater, selective eater dan small eater)*. Jurnal Kesehatan Masyarakat (JKM). Stikes Cendikia UtamaKudus. Vol 8 No 1.2020 <http://jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id/index.php/JKM/article/view/564>
- [2] Anonim. 2015. *Rekomendasi Praktik Pemberian Makan Berbasis Bukti Pada Bayi dan Balita Di Indonesia Untuk Mencegah Malnutrisi* . Jakarta: IDAI
- [3] Munjidah Annif dkk. 2021. *Pengaruh allium cepa dan allium sativum pada MPASI sebagai upaya perbaikan makan anak*. Jurnal Keperawatan dan Kesehatan masyarakat Stikes Cendikia Utama Kudus.<http://jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id/index.php/stikes/a>

rticle/view/759

- [4] Hanindita Meta. 2020. *Mommyclopedia. 78 Resep MPASI*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- [5] Anonim. 2014. *Pendekatan Diagnosis dan Tata Laksana Masalah Makan Pada Batita di Indonesia*. Jakarta: IDAI
- [6] Lubis G. 2011. *Masalah makan pada anak*. Majalah Kedokteran Andalas; hal 29: edisi Januari-Juni.
- [7] Widodo, Joko. 2012. *Edukasi dan konsultasi sulit makan dan gangguan kenaikan berat badan*. Jakarta: Picky Eaters and Grow Up Klinik.
- [8] Kemenkes RI. 2020. *Buku Kesehatan ibu dan anak*. Jakarta: Kementerian Kesehatan dan JICA (Japan international cooperation agency)