

PELATIHAN PEMBERIAN MP-ASI PADA IBU YANG MEMILIKI BAYI USIA 6-12 BULAN DI POSYANDU PERMATA HATI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SIDOMULYO PEKANBARU

Kiki Megasari, Yulrina Ardhiyanti, Widya Juliarti
STIKes Hang Tuah Pekanbaru

ABSTRACT

Complementary feeding (MP-ASI) is food or additional drink other than breast milk that contains nutrients, given to babies to meet their nutritional needs after the baby is 6 months to 24 months old. According to the IDHS (2012), the main cause of death among children under five is diarrhea at 25.2%, and deaths due to ARI by 15.5%. One of the risk factors is the early complementary feeding. Posyandu Permata Hati is one of the community health services located in the working area of Puskesmas Sidomulyo Pekanbaru with the highest number of babies. The goal of community service is expected to increase the knowledge, understanding and ability of mothers who have babies aged 6-12 months in making and providing age-appropriate complementary foods. The method of activity is carried out by means of counseling about complementary foods, demonstrations of complementary foods, and evaluation. The results of the implementation, mothers understand correctly the benefits and ways of making complementary foods, realizing that complementary feeding is adapted to their age stages and want to make complementary foods according to the needs of their babies. Creative efforts are needed to stimulate community behavior so that government programs are expected to be achieved. It is not only counseling that is presented to them in an effort to change their behavior, but conducting demonstrations and providing useful souvenirs is an effort to provide stimulus. In conclusion, the knowledge of mothers about complementary foods increases, they understand the importance of paying attention to the fulfillment of nutrition at every stage of the baby's age and understand how to make complementary foods that are correct, diverse and age-appropriate. It is recommended that the puskesmas and posyandu be able to carry out this training at posyandu activities at least 2 times a year and carry out similar activities in different places.

Keywords: *Complementary food to breast milk, Posyandu*

ABSTRAK

Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) adalah makanan atau minuman tambahan selain ASI yang mengandung zat gizi, diberikan kepada bayi untuk memenuhi kebutuhan gizinya yang diberikan setelah bayi berumur 6 bulan hingga 24 bulan. Menurut SDKI (2012), penyebab utama kematian pada Balita adalah diare sebesar 25,2%, dan kematian akibat ISPA sebesar 15,5%. Salah satu faktor risikonya adalah karena pemberian MP-ASI secara dini. Posyandu Permata Hati merupakan salah satu layanan kesehatan masyarakat yang berada di wilayah kerja Puskesmas Sidomulyo Pekanbaru dengan jumlah bayi terbanyak. Tujuan pengabdian masyarakat diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, pemahaman dan kebiasaan ibu yang memiliki bayi berusia 6-12 bulan dalam membuat dan memberikan MP-ASI sesuai usia. Metode kegiatan dilakukan dengan cara penyuluhan tentang MP-ASI,

demonstrasi pembuatan MP-ASI, dan evaluasi. Hasil Pelaksanaan, para ibu memahami dengan benar manfaat dan cara membuat MP-ASI, menyadari bahwa pemberian MP-ASI disesuaikan dengan tahapan usianya dan mau membuat MP-ASI tersebut sesuai dengan kebutuhan bayinya. Perlu upaya kreatif untuk dapat menstimulus perilaku masyarakat sehingga diharapkan tercapainya program pemerintah. Bukan hanya penyuluhan yang disajikan kepada mereka dalam upaya merubah perilaku mereka, namun melakukan demonstrasi dan memberikan cendera mata yang bermanfaat bagi mereka merupakan salah satu upaya memberikan stimulus. Kesimpulannya, pengetahuan ibu tentang MP-ASI meningkat, mereka memahami pentingnya memperhatikan pemenuhan gizi dalam setiap tahapan usia bayi dan mengerti cara membuat MP-ASI yang benar, beragam dan sesuai tahapan usia. Disarankan kepada pihak puskesmas dan posyandu untuk dapat melaksanakan pelatihan ini pada kegiatan posyandu minimal 2 kali dalam setahun dan melaksanakan kegiatan yang serupa di tempat yang berbeda.

Kata Kunci : MP-ASI, Posyandu

PENDAHULUAN

Gizi yang seimbang merupakan faktor penting mencapai kesehatan maksimal karena secara langsung berpengaruh terhadap kualitas sumber daya manusia yang ditentukan oleh kecukupan zat gizi yang diperolehnya dari makanan yang di konsumsi sejak bayi, karena pada masa bayi pertumbuhan dan perkembangan otak tumbuh secara maksimal hingga mencapai 70% (Roesli, 2005).

Pada usia 6 bulan kebutuhan bayi akan zat gizi semakin bertambah dengan pertumbuhan dan perkembangan bayi, kelengkapan zat gizi tidak dapat lagi tercukupi hanya dari ASI saja, dan disamping itu produksi ASI mulai menurun. Oleh karena itu, bayi sangat memerlukan makanan tambahan sebagai pendamping ASI yang sesuai dengan

pertumbuhan organ pencernaan dan kebutuhan gizinya yang mesti diberikan secara bertahap, jangan terlalu dini dan jangan sampai terlambat (Purwitasari, D. (2009).

Berkaitan dengan hal tersebut, kenyataannya di lapangan masih banyak ibu yang memberikan MP-ASI pada bayinya meskipun umurnya masih belum mencapai 6 bulan. Padahal apabila memberikan MP-ASI terlalu dini, bayi akan rentan terhadap penyakit terutama penyakit pencernaan seperti infeksi dan diare. Begitu juga dengan keadaan jika bayi terlambat diberi MP-ASI, bayi akan mengalami kekurangan gizi. Dengan kondisi demikian, memudahkan terjadinya infeksi pada bayi karena imun tubuh kurang bekerja dengan baik akibat kondisi tersebut (Depkes, 2006).

Kekurangan gizi pada bayi bukan karena tidak minum susu formula, akan tetapi tidak diberikan ASI dan makanan pendamping secara benar. Akibatnya, maka sekitar 27,3% dari seluruh Balita di Indonesia menderita kurang gizi dan sebanyak 1,5 juta di antaranya menderita gizi buruk. Di Indonesia didapatkan data jumlah pemberian ASI eksklusif pada bayi di usia kurang dari 2 bulan hanya mencakup 48,3% dari 486 total bayi. Presentase tersebut menurun seiring dengan bertambahnya usia bayi yakni 34,4% pada bayi usia 2–3 bulan, 17,8% pada bayi usia 4–5 bulan, yang lebih memprihatinkan sekitar 3 diantara sepuluh anak (28%) bayi dibawah usia 2 bulan telah diberi susu formula dan 27,2% bayi usia 2–3 bulan telah diberikan makanan tambahan (SDKI, 2012).

Menurut Survei Demografi Kesehatan Indonesia (2012), penyebab utama kematian pada Balita adalah diare, yaitu sebesar 25,2%, dan kematian akibat ISPA sebesar 15,5%. Salah satu faktor risikonya adalah karena pemberian MP-ASI secara dini. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Arifeen (2011), menunjukkan bahwa bayi yang diberi MP-ASI dini mempunyai risiko 2,4 kali mengalami kematian apabila menderita ISPA dan 3,9 kali saat menderita diare dibandingkan

bayi yang diberi MP-ASI setelah berumur 6 bulan (Ariani, 2008).

Provinsi Riau adalah salah satu provinsi yang masih terdapat para ibunya memberikan MP-ASI dini kepada bayinya. Meskipun angka kejadiannya tidak diketahui secara pasti, namun tentulah hal ini cukup mengkhawatirkan jika tidak segera diatasi. Puskesmas Sidomulyo Pekanbaru, merupakan salah satu Puskesmas di Pekanbaru Provinsi Riau yang memiliki jumlah ibu menyusui terbanyak diantara Puskesmas lainnya yang ada di Pekanbaru. Berdasarkan survei awal yang dilaksanakan di Puskesmas tersebut, diantara 10 orang ibu menyusui, ditemukan 3 orang ibu yang memiliki bayi berusia 2–4 bulan dengan telah memberikan makanan tambahan pada bayinya tersebut berupa pisang, pepaya, jus buah, bubur tepung beras, bubur tim, dan lain sebagainya. Selain itu, 1 orang ibu diantara mereka ada yang belum mengenalkan MP-ASI pada bayinya yang berusia 7,5 bulan.

Banyak hal yang menyebabkan ibu memberikan MP-ASI secara dini pada bayinya. Diantaranya adalah karena pengalaman orang tuanya yang pernah memberikan makanan tambahan pada bayi-bayi mereka secara dini. Disamping itu, anggapan bahwa bayi akan merasa lapar jika belum diberi makanan merupakan hal yang sering terjadi pada

ibu baru di beberapa wilayah. Begitu juga halnya dengan terlambatnya pemberian MP-ASI. Mereka beralasan bahwa tidak mengetahui secara pasti kapan bayi seharusnya diberi makanan tambahan. Mereka mengira bahwa selama ASI masih ada, pemberian makanan tambahan belum dibutuhkan. Disamping itu juga masih banyak yang belum mengetahui makanan seperti apa yang harus diberikan kepada bayi mereka dan bagaimana cara pengolahan makanan yang baik untuk bayi mereka di usia yang semestinya (Arifin, 2008).

Berdasarkan permasalahan yang ditemukan di lapangan, maka dirasa perlu diberikannya pelatihan pemberian MP-ASI pada ibu yang memiliki bayi usia 6-12 bulan yang akan diintegrasikan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Wilayah Kerja Poskesmas Sidomulyo Pekanbaru.

PERUMUSAN MASALAH

Masih banyaknya ibu-ibu yang memiliki bayi yang belum mengetahui kapan sebaiknya MP-ASI diberikan kepada bayinya. Sehingga bayi yang berusia kurang dari 6 bulan sudah diberi MP-ASI. Disamping itu juga, masih banyak diantara ibu-ibu yang memiliki bayi berumur 6-12 bulan belum mengetahui menu seperti apa yang harus diberikan kepada bayinya dan bagaimana

pengolahan makanan yang baik dan benar untuk bayi di umur 6-12 bulan tersebut sehingga dapat tercukupi nilai gizi pada makanan bayi tersebut.

TUJUAN KEGIATAN

Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan untuk memberi pengetahuan dan keterampilan kepada ibu-ibu yang memiliki bayi yang berumur 6-12 bulan tentang manfaat MP-ASI, dampak bila terlalu dini diberikan dan bagaimana pengolahannya yang baik dan benar.

METODE KEGIATAN

1. Kerangka Pemecahan Masalah

Masih banyak ditemukannya Ibu yang memiliki bayi berusia 6-12 bulan belum mengetahui tentang MP-ASI yang benar dan cara membuatnya. Hal ini mendorong tenaga kesehatan (Bidan) untuk bekerjasama dengan Puskesmas dan Posyandu melalui kader untuk memberikan penyuluhan dan pelatihan pemberian MP-ASI pada ibu yang memiliki bayi berusia 6-12 bulan. Diharapkan dengan pelaksanaan kegiatan ini, para ibu-ibu tersebut mengetahui tentang MP-ASI yang benar dan termotivasi bagaimana cara membuat dan memberikannya.

2. Rancangan Evaluasi

Evaluasi dilakukan dengan cara mengulas kembali materi melalui diskusi dan tanya jawab dengan indikator pencapaian ibu yang memiliki bayi berusia 6-12 bulan memahami dengan benar tentang MP-ASI dan cara membuatnya serta mampu membuat dan memberikannya dengan benar sesuai dengan tahapan usia bayi dan pemenuhan zat gizi yang dibutuhkannya.

3. Metode Kegiatan

Metode kegiatan yang dilaksanakan adalah melakukan penyuluhan tentang MP-ASI, demonstrasi pembuatan MP-ASI sesuai dengan tahapan usia, selanjutnya dilakukan evaluasi untuk mengetahui sejauh mana pemahaman yang diserap oleh ibu-ibu tersebut. Evaluasi dilakukan melalui diskusi tanya jawab tentang materi MP-ASI yang sudah diberikan.

HASIL

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini memberikan hasil bahwa Ibu yang memiliki bayi berusia 6–12 bulan menanggapi dan memahami tentang pentingnya aspek nutrisi / gizi yang diberikan pada bayi mereka untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan yang optimal serta memahami dengan benar cara

membuatnya, menyadari bahwa pemberian MP-ASI disesuaikan dengan tahapan usia dan memenuhi kebutuhan zat gizi yang dibutuhkan oleh bayi serta mampu dan mau membuat MP-ASI tersebut sesuai dengan kebutuhan bayinya.

PEMBAHASAN

Meningkatkan pengetahuan dan pemahaman seseorang tentang sesuatu hal sehingga diharapkan seseorang tersebut bertindak kearah yang lebih baik dalam ia berperilaku membutuhkan suatu stimulus. Intensitas stimulus yang diberikan tidak dapat hanya sesekali saja jika ingin hasil perilaku yang maksimal. Semakin sering stimulus diberikan dengan berbagai variasi cara diterimanya, maka semakin lengkap pemahaman yang diterimanya sehingga dapat bertindak semakin terarah atau tepat (Notoatmodjo, 2010).

Demikian pula halnya dengan upaya yang dilakukan untuk merubah perilaku masyarakat agar dapat memahami tentang MP-ASI dan mau serta mapu membuat dan memberikan MP-ASI tersebut kepada bayinya sesuai usia. Perlu upaya yang kreatif untuk dapat menstimulus perilaku masyarakat tersebut sehingga pada akhirnya diharapkan tercapainya program pemerintah. Bukan hanya penyuluhan

saja yang disajikan kepada mereka dalam upaya merubah perilaku mereka, namun melakukan demonstrasi atas materi yang disampaikan dan memberikan cendera mata yang bermanfaat bagi mereka merupakan salah satu upaya memberikan stimulus kepada mereka.

KESIMPULAN

Pengetahuan ibu-ibu tersebut tentang MP-ASI meningkat, mereka memahami pentingnya memperhatikan pemenuhan zat gizi dalam setiap tahapan usia bayi dan mengerti cara membuat MP-ASI yang benar, beragam dan sesuai tahapan usia.

SARAN

Disarankan kepada pihak puskesmas dan posyandu untuk dapat melaksanakan pelatihan ini pada kegiatan posyandu minimal 2 kali dalam setahun dan melaksanakan kegiatan yang serupa dengan variasi yang lainnya di tempat yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

Ariani. (2008). *Makanan Pendamping ASI (MP-ASI)*, (Online), (<http://parentingislami.wordpress.com/2008/05/27/makanan-pendamping-asi-mp-asi/>), diakses 27 Januari 2016).

Arifin, S. (2011). *Sepuluh Langkah Untuk Keberhasilan / Sukses Menyusui*, (Online), (<http://rumahkusorgaku.wordpress.com/2011/08/10/sepuluh-langkah-untuk-keberhasilansukses-menyusui/>), diakses 23 Januari 2016).

Depkes RI. (2006). *Pedoman Umum Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) Lokal*, (Online), (<http://www.depkes/makananpendamping ASI.com>), diakses 25 Januari 2016).

Dinkes Riau. (2014). *Profil Kesehatan Provinsi Riau*.

Notoatmodjo (2010). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*, Jakarta: Rineka Cipta.

Purwitasari, D. (2009). *Buku Ajar Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta : Nuha Medika

Roesli, U. (2005). *Panduan Praktis Menyusui, Edisi 1*. Jakarta : Puspa Swara.

Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia. (2012). (<http://chnrl.org/pelatihan-demografi/SDKI-2012.pdf>), diakses 27 Januari 2016.