

Peningkatan Pengetahuan Mengenai Pembuatan MP-ASI bagi Ibu-ibu Anggota Komunitas MP-ASI Homemade (KMHM) Jember

Galih Purnasari*, Yoswenita Susindra, Puspito Arum

Politeknik Negeri Jember

galih_purnasari@polije.ac.id, wenisusindra@gmail.com, puspito_arum@polije.ac.id

Abstrak

Pendek (*stunting*) dan berat badan kurang (*underweight*) adalah permasalahan gizi pada balita yang kerap dialami oleh balita Indonesia hingga saat ini. Praktik pemberian makan yang tidak benar (*inappropriate feeding practices*) merupakan penyebab utama awal terjadinya masalah gizi pada bayi dan balita. Pemenuhan gizi pada seorang anak diawali dengan pemberian ASI Eksklusif selama 6 bulan dan dilanjutkan dengan memberikan makanan pendamping ASI (MP-ASI). Ketidaktahuan dan/atau ketidakmampuan menyiapkan MP-ASI yang memenuhi kebutuhan gizi secara tepat dan higienis merupakan salah satu penyebab masalah gizi pada balita. Pendidikan mengenai pemberian makan bayi dan anak perlu diberikan sebagai upaya pencegahan terjadinya masalah gizi. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan ibu balita mengenai pembuatan MP-ASI pada ibu-ibu anggota Komunitas MP-ASI Homemade (KMHM). Metode pelatihan dalam upaya pendidikan dalam pengabdian masyarakat ini meliputi webinar via Zoom meeting. Hasil pelatihan menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan peserta. Berdasarkan hasil uji beda Wilcoxon menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu balita mengenai proses pengolahan dan persiapan MP-ASI yang tepat.

Kata Kunci: balita, bayi, MP-ASI

Abstract

Stunting and underweight are nutritional problems in toddlers that are often experienced by Indonesian toddlers to date. Inappropriate feeding practices are the main cause of early nutritional problems in infants and toddlers. Fulfillment of nutrition in a child begins with exclusive breastfeeding for 6 months and continues with complementary feeding (MP-ASI). Ignorance and/or inability to prepare complementary foods that meet nutritional needs appropriately and hygienically is one of the causes of nutritional problems in toddlers. Education about infant and child feeding needs to be given as an effort to prevent nutritional problems. The purpose of this community service activity is to increase the knowledge of mothers under five about producing of MP-ASI for mothers who are members of the Homemade MP-ASI Community (KMHM). This training as an education in community service includes

webinars via Zoom. The results of the training showed that there was an increase of participants' knowledge. Based on the results of Wilcoxon test, it showed that there was an increase in the knowledge of mothers under five about processing and preparing MP-ASI properly.

Keywords : *complementary food, infant, toddler*

DOI: [10.47134/comdev.v3i1.65](https://doi.org/10.47134/comdev.v3i1.65)

*Correspondensi: Galih Purnasari

Email: galih_purnasari@polije.ac.id

Received: 26-01-2022

Accepted: 27-02-2022

Published: 03-03-2022



Journal of Community Development is licensed under a Creative Commons Attribution- 4.0 International Public License (CC - BY 4.0).

Copyright (c) 2022 Galih Purnasari, Yoswenita Susindra, Puspito Arum

I. PENDAHULUAN

Stunting dan berat badan kurang (*underweight*) adalah permasalahan gizi yang kerap ditemui pada bayi dan balita. Berdasarkan kriteria World Health Organization (WHO), *stunting* ditunjukkan dengan indikator skor-Z tinggi badan menurut umur (TB/U) kurang dari -2 untuk standar deviasi (SD) (WHO, 2010). Berat badan kurang ditunjukkan dengan indikator skor-Z berat badan menurut umur (BB/U) antara -3 sampai dengan -2 untuk standar deviasi. Prevalensi *stunting* dan *underweight* di Indonesia adalah 24,4% dan 17%. Sedangkan angka balita *stunting* dan *underweight* secara berurutan di Jember tercatat sebesar 23,9% dan 19,8% (Kemenkes RI, 2021)

Pada masa gestasi (kehamilan) dan pada 2 tahun pertama kehidupan anak atau pada masa 1000 hari pertama kehidupan seringkali terjadi kegagalan pertumbuhan. Buruknya gizi selama kehamilan, masa pertumbuhan dan masa awal kehidupan anak dapat menyebabkan anak menjadi *stunting* (Dewey and Begum, 2011). Kondisi gizi buruk pada 1000 hari pertama kehidupan anak akan menimbulkan konsekuensi yang permanen (UNICEF, 2013). Jika anak terpapar lingkungan yang merugikan pada masa ini, akibatnya anak tidak dapat mengejar pertumbuhannya (Dewey and Begum, 2011).

Stunting dikaitkan dengan gangguan pada kemampuan kognitif dan motorik (Sudfeld, C. R., McCoy, D. C., Danaei, G., Fink and Ezzati, M., Andrews, K. G., & Fawzi). *Stunting* juga dapat mengakibatkan peningkatan morbiditas dan mortalitas yang akan berdampak pada penurunan produktivitas secara ekonomi (Prendergast and Humphrey, 2014). Pada balita *stunting*, kesakitan dan kematian akibat penyakit infeksi pneumonia dan diare ditemukan lebih banyak (Olofin *et al.*, 2013).

Praktik pemberian makan yang tidak benar (*inappropriate feeding practices*) merupakan penyebab utama awal terjadinya masalah gizi pada bayi dan balita. Pemenuhan gizi pada seorang anak diawali dengan pemberian ASI Eksklusif selama 6 bulan dengan memantau pertumbuhannya. Mulai usia 6 bulan, yaitu ketika ASI saja tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan gizi bayi, merupakan periode yang rawan sehingga diperlukan pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) yang adekuat dan seimbang (Kemenkes RI, 2020). Kejadian *stunting* dikaitkan dengan pola asuh yang buruk, termasuk diantaranya pola asuh pemberian MP-ASI yang buruk berisiko membuat anak menjadi *stunting* (Aramico, Sudargo and Susilo, 2016), (Agus Hendra AL Rahmad dan Ampera Miko, 2016)

Salah satu solusi alternatif untuk menekan masalah gizi pada balita ialah dengan optimalisasi pengetahuan ibu tentang makanan pendamping ASI (MP-ASI) bergizi untuk balita. MP-ASI yang baik akan memenuhi kebutuhan gizi anak dan turut mencegah terjadinya masalah gizi seperti *stunting* dan *underweight*.

Berdasarkan survei lapangan, permasalahan gizi (termasuk di dalamnya yaitu berat badan kurang dan *stunting*) pada balita masih cukup tinggi. Penyebabnya antara lain kurangnya pengetahuan ibu mengenai kebutuhan gizi balita dan kurangnya ketrampilan ibu dalam mengolah dan menyajikan MP-ASI. Persoalan prioritas yang dihadapi mitra adalah ketidaktahuan ibu balita dalam pengolahan MP-ASI yang tepat. Target yang diharapkan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah mitra memahami tentang kebutuhan gizi bayi dan balita

II. METODE

Kegiatan yang akan dilaksanakan berupa peningkatan pengetahuan tentang kebutuhan gizi bayi dan balita. Tahapan kegiatan meliputi tahap persiapan dan tahap pelaksanaan. Tahapan persiapan meliputi (1) Analisis permasalahan tentang status gizi kurang yang dialami oleh bayi dan balita, (2) Analisis pengetahuan yang dibutuhkan oleh mitra, (3) Persiapan materi ceramah dan penyuluhan berupa slide presentasi dan buku pedoman kebutuhan gizi bayi dan balita, dan (4) Penentuan jadwal pelaksanaan kegiatan penyuluhan Rangkaian kegiatan pada tahap pelaksanaan meliputi (1) Penyuluhan dan diskusi tentang kebutuhan gizi bayi dan balita, dan (2) Penyuluhan dan diskusi tentang cara pengolahan dan penyajian MP-ASI yang baik

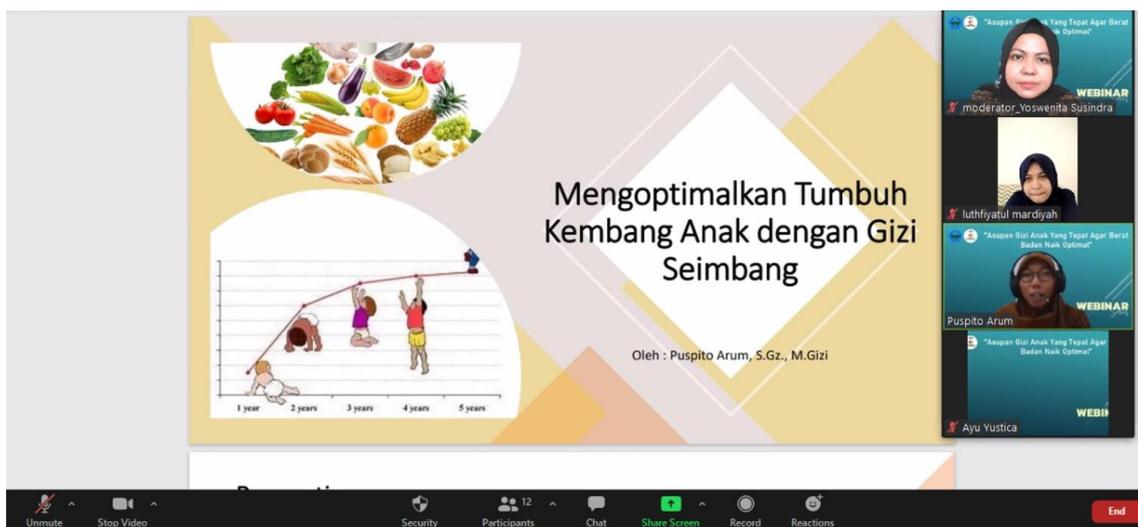
Metode pendekatan yang digunakan adalah ceramah, diskusi dan pelatihan. Kegiatan dilaksanakan secara daring pada tanggal 13 November 2021 sesuai dengan kesepakatan yang telah disusun antara tim pengusul PKM dan kelompok sasaran.

Mitra yang terlibat pada kegiatan ini adalah ibu-ibu anggota Komunitas MP-ASI Home Made (KMHM) Jember sebagai sasaran kegiatan. Mitra mengikuti secara aktif kegiatan penyuluhan kebutuhan gizi bayi dan balita, dan cara pengolahan dan penyajian MP-ASI yang baik.

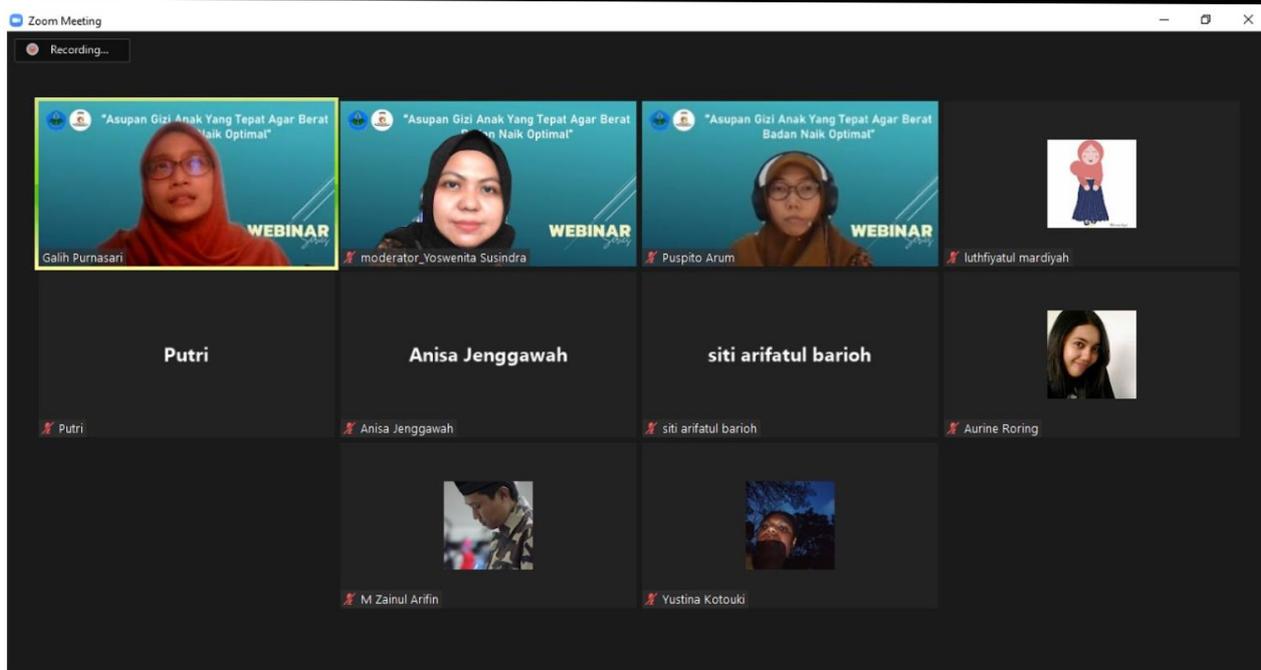
III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat “Peningkatan Pengetahuan Mengenai Pembuatan MP-ASI bagi Ibu-ibu Anggota Komunitas MP-ASI Homemade (KMHM) Jember” telah selesai dilaksanakan. Pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat Peningkatan Pengetahuan Mengenai Pembuatan MP-ASI bagi Ibu-ibu Anggota Komunitas MP-ASI Homemade (KMHM) Jember tanggal 18 Desember 2021 dengan menggunakan metode ceramah, diskusi.

Penyuluhan diselenggarakan secara daring melalui platform zoom meeting. Pemberian materi dilakukan dengan metode ceramah, diskusi dan tanya jawab. Sebanyak 20 ibu anggota KMHM mengikuti kegiatan ini



Gambar 1. Sesi Penyampaian Materi



Gambar 2. Sesi Diskusi dan Tanya Jawab

Pelaksanaan kegiatan memperoleh tanggapan yang baik dari para anggota komunitas KMHM. kegiatan dimulai dengan memberikan sejumlah 20 pertanyaan (pre test) untuk menilai pengetahuan peserta sebelum diberikan penyuluhan. Pertanyaan (post test) diberikan kembali setelah kegiatan penyuluhan selesai. Hal ini dilakukan untuk melihat peningkatan pengetahuan dan pemahaman peserta akan materi yang diberikan.

Hasil pretest menunjukkan rerata skor pretes adalah 13,30 (Tabel 1). Hasil post test menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan yang ditunjukkan dengan rerata skor post tes adalah 18,05. Peserta sangat tertarik dengan hal-hal yang berhubungan dengan kebutuhan gizi anak karena selama ini para anggota belum memiliki pengetahuan yang cukup tentang hal tersebut. Peserta juga sangat tertarik dengan cara pengolahan dan penyajian MP-ASI yang baik. Peserta terlihat antusias dalam mengikuti kegiatan, khususnya pada saat sesi tanya jawab dan diskusi.

Pertanyaan yang disampaikan pada umumnya pertanyaan praktis yang sering dihadapi sehari-hari ketika peserta menyiapkan MP-ASI bagi bayi dan balitanya, seperti bahan makanan apa yang boleh dan tidak boleh dikonsumsi, cara pengolahan tiap-tiap bahan makanan, cara menyajikan MP-ASI agar disukai oleh anak dan lain-lain. Bahan makanan yang sering dijumpai dan terbilang murah yaitu tahu dan tempe. Selain mengandung tinggi protein nabati banyak cara yg bisa di olah untuk bahan makan tersebut. Misalnya tahu yg sudah di haluskan, ditambahkan dengan parutan wortel,dan bahan makanan penunjang lainnya. Kemudian kukus bisa juga di goreng.

Tabel 1. Skor Pre Test dan Post Test Peserta

	Mean	p
Skor pre test	13,3	
Skor post test	18,05	0,001*

*Uji beda Wilcoxon

Manfaat yang diperoleh peserta dari kegiatan penyuluhan ini utamanya adalah peserta mengetahui bahwa kebutuhan gizi bagi bayi dan balita harus sangat diperhatikan. Apabila kebutuhan gizi bayi dan balita tidak tercukupi maka akan menimbulkan masalah kesehatan di kemudian hari. Pemenuhan kebutuhan gizi bagi bayi dan balita dapat dilakukan dengan mengolah dan menyediakan MP-ASI yang baik, MP-ASI harus mengandung zat gizi lengkap. Selain itu MP-ASI juga dapat digunakan sebagai sarana edukasi tentang makanan kepada anak.

IV. KESIMPULAN

Kegiatan ini telah meningkatkan pengetahuan ibu balita dalam mengolah MP-ASI secara mandiri (homemade) dan pengetahuan untuk menentukan bahan makanan yang tepat untuk anak balita. Perlu dilakukan pelatihan dan praktik bersama tentang pengolahan makanan MP-ASI serta praktik memilih bahan makanan yang mudah di dapat namun tetap memiliki kandungan gizi yang baik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada Komunitas MP-ASI Homemade (KMHM) Jember sebagai mitra dan sasaran kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Hendra AL Rahmad dan Ampere Miko (2016) 'Kajian Stunting Pada Anak Balita Berdasarkan Pola Asuh Dan Pendapatan Keluarga Di Kota Banda Aceh Study Of Stunting Among Children Under Five By Parenting And Family Income In Banda Aceh Agus Hendra AL Rahmad dan Ampere Miko Jurusan Gizi , Politeknik Kese', *Jurnal Kesmas Indonesia*, 8 (2), pp. 63–79.
- Aramico, B., Sudargo, T. and Susilo, J. (2016) 'Hubungan sosial ekonomi, pola asuh, pola makan dengan stunting pada siswa sekolah dasar di Kecamatan Lut Tawar, Kabupaten Aceh Tengah', *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*, 1(3), p. 121. doi: 10.21927/ijnd.2013.1(3).121-130.
- Dewey, K. G. and Begum, K. (2011) 'Long-term consequences of stunting in early life', *Maternal & child nutrition*, 7(3), pp. 5–18.
- Kemenkes RI (2020) *Pedoman pemberian makan bayi dan anak*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kemenkes RI (2021) *Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesai (SSGI) Tingkat Nasional, Provinsi, dan Kabupaten/Kota Tahun 2021*. Jakarta.
- Olofin, I. *et al.* (2013) 'Associations of Suboptimal Growth with All-Cause and Cause-Specific Mortality in Children under Five Years: A Pooled Analysis of Ten Prospective Studies', *PLoS ONE*, 8(5). doi: 10.1371/journal.pone.0064636.

Prendergast, A. J. and Humphrey, J. H. (2014) 'The stunting syndrome in developing countries', *Paediatrics and International Child Health*, 34(4), pp. 250–265. doi: 10.1179/2046905514Y.0000000158.

Sudfeld, C. R., McCoy, D. C., Danaei, G., Fink, G. and Ezzati, M., Andrews, K. G., & Fawzi, W. W. (no date) 'Linear growth and child development in low-and middle-income countries: a meta- analysis.', *Pediatrics*, 135(5), e1266–e1275.

UNICEF (2013) *Maternal and Child Nutrition. Issues Briefs*.

WHO (2010) *Complementary Feeding: Family Foods for Breastfeed Children*. Geneva.