

Penyuluhan Pemberian MPASI Tepat dan Adekuat di Posyandu Darma Bakti Desa Purbosembodo Kec. Metro Kibang Kab. Lampung Timur Tahun 2022

Dewi Woro Astuti¹, Radella Hervidea², Kartika Rani³

^{1,2,3} Program Studi Gizi, Univeristas Mitra Indonesia

e-mail: dewiworo@umitra.ac.id

Abstract

Problem in giving breastfeeding complementary food can cause children's disruption growth in first 1000 days of birth that can make children's growth not optimum. Providing improper complementary food in terms of composition and methods can cause children failur to thrive or malnutrition. The purpose of this counseling is to rise mother knowledge about how to give appropriate and adequate complementary food. This counseling is held in Posyandu Darma Bakti Purbosembodo Kec. Metro Kibang Kab. Lampung Timur on Februari 14, 2022. The material was given about methods in giving complementary food by IDAI. The result of this counseling is expected to increase mother's knowledge so that it will keep children away from the risk of failure to thrive or malnutrition.

Keywords : Counseling, MPASI, Toddler

Abstrak

Masalah dalam pemberian MPASI dapat menyebabkan terganggunya pertumbuhan anak pada 1000 hari pertama kelahiran sehingga membuat pertumbuhan tidak optimal. Pemberian MPASI yang tidak tepat dari segi komposisi maupun cara dapat menyebabkan anak gagal tumbuh ataupun malnutrisi. Tujuan dari acara ini adalah agar para ibu memperoleh pengetahuan tentang cara pemberian MPASI yang tepat dan adekuat. Penyuluhan ini dilakukan di Posyandu Darma Bakti Desa Purbosembodo Kec. Metro Kibang Kab. Lampung Timur pada tanggal 14 Februari 2022. Materi yang diberikan adalah metode pemberian MPASI berdasarkan panduan IDAI. Hasil dari penyuluhan ini diharapkan pengetahuan ibu dapat bertambah sehingga akan menjauhkan anak dari malnutrisi maupun gagal tumbuh.

Kata Kunci : Penyuluhan, MPASI, Balita

1. PENDAHULUAN

1000 hari pertama kelahiran menjadi waktu yang sangat penting dalam tumbuh kembang seorang anak, mengingat pada waktu ini perkembangan dan pertumbuhan sedang pesat terjadi (IDAI, 2018). Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) didefinisikan oleh WHO sebagai proses yang dimulai ketika ASI saja tidak cukup lagi untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayi. Karena itulah dibutuhkan makanan dan cairan lainnya bersama dengan pemberian ASI. Di Indonesia, pada tahun 2019 cakupan bayi yang mendapat ASI eksklusif yaitu sebesar 67,74%, sehingga dapat diperkirakan sekitar 32% bayi telah mendapatkan makanan pendamping ASI (MP-ASI) sebelum berusia 6 bulan. Cakupan ASI Ekslusif di tahun 2019 lebih kecil dibandingkan pada tahun 2018 yaitu 68,74.

Berdasarkan Pemberian Makanan Pendamping ASI yang diterbitkan oleh IDAI tahun 2018, IDAI merekomendasikan 4 syarat yang harus dipenuhi dalam pemberian MPASI, yaitu :

1. Tepat waktu, yaitu MPASI diberikan memenuhi kebutuhan bayi (usia bayi sekitar 6 bulan).
2. Adekuat, yaitu MPASI yang diberikan memenuhi kebutuhan energi, protein serta mikronutrien bayi sesuai dengan usianya.
3. Aman dan higienis, yaitu proses persiapan, pembuatan, pelaksanaan serta penyimpanan MPASI dilakukan secara aman dan higienis.
4. Diberikan secara responsif, yaitu pemberian MPASI disesuaikan dengan sinyal lapar dan kenyang seorang anak.

Tidak tepatnya pola pemberian MPASI dapat menyebabkan Stunting pada anak. Prevalensi Stunting Provinsi Lampung 2022 berdasarkan hasil Riskesdas dan SSGI rata-rata sebesar 15,2%. Berdasarkan data prasurvei bulan Januari 2022 di Puskesmas Purbosembodo terhadap 30 bayi yang berusia 6-12 bulan, diketahui 12 bayi (40%) status gizi normal, dan 18 bayi (60%) dengan status gizi kurang, berdasarkan data wawancara terhadap orang tua yang mempunyai anak usia 6-12 bulan dengan status gizi kurang, 10 ibu (55,5%) mengatakan kurang mengetahui tentang pentingnya pemberian MP-ASI seperti waktu yang tepat dalam pemberian MP-ASI, menu makanan untuk MP-ASI, serta porsi MP-ASI untuk bayi, dan 8 ibu (44,5%) mengatakan hanya memberikan susu formula sebagai pengganti ASI.

2. METODE PENELITIAN

Kegiatan ini menggunakan metode penyuluhan kepada ibu yang memiliki bayi dan balita yang dilakukan di Posyandu Darmabakti Desa Purbosembodo Metro pada 14 Februari 2022. Kegiatan ini di hadiri 30 orang ibu yang sedang hamil dan memiliki bayi/balita serta 10 mahasiswa pendamping, kader, dan bidan wilayah setempat.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Materi yang diberikan adalah seputar pemberian makanan pendamping ASI yang tepat dan adekuat berdasarkan panduan dari IDAI (Ikatan Dokter Anak Indonesia). Dari hasil survei sebelumnya yang dilakukan oleh mahasiswa didapatkan hasil bahwa sebagian besar ibu tidak tahu cara serta komposisi MPASI yang tepat untuk di berikan kepada anak baik dari segi cara pemberian maupun komposisi MPASI.

Penyuluhan dimulai dengan tanya jawab seputar MPASI yang selama ini dilakukan oleh para ibu. Berdasarkan hasil tanya jawab didapatkan bahwa semua ibu memberikan MPASI setelah anaknya berusia 6 bulan, namun tidak mengerti aturan pemberian MPASI. Sebagian ibu memberikan MPASI terfortifikasi untuk anaknya dan ada juga yang memberikan MPASI rumahan. Pada pemberian MPASI yang dibuat sendiri di rumah, para ibu tidak mengetahui komposisi penting yang harus ada dalam MPASI untuk pemenuhan protein dan mikronutrien anak. Kebanyakan ibu hanya memberikan bubur/nasi dengan kuah sayur tanpa protein dan tambahan lemak sehingga kebutuhan protein serta mikronutrien lainnya tidak terpenuhi. Para ibu tidak tahu bahwa kandungan lemak yang terkandung misalnya dalam santan ataupun minyak baik untuk perkembangan tubuh dan otak anak. Para ibu takut untuk memberikan santan karena akan menyebabkan diare pada anak. Penyuluhan ini meluruskan pengetahuan ibu tentang pentingnya pemberian protein dan lemak pada anak. Sumber protein dan lemak tidak harus yang mahal melainkan sesuai ketersediaan dan kemampuan keluarga. Sumber protein yang mudah didapatkan seperti telur, ikan, ayam, daging. Sedangkan lemak bisa didapatkan dari minyak goreng ataupun santan.

Selain masalah komposisi, pemberian MPASI yang dilakukan pada ibu juga masih kurang tepat. Masih banyak terjadi kasus ibu memaksa anak makan ketika anak tidak mau makan yang dapat berakibat trauma sehingga anak semakin tidak mau makan. Para ibu juga tidak membuat jadwal makan yang tepat untuk anak sehingga anak diberi makan disaat yang tidak tepat. Pemberian MPASI anak juga dilakukan sambil menggendong anak sehingga anak tidak terbiasa makan sambil duduk dan banyak diberikan distraksi saat makan yang menyebabkan anak tidak fokus dan tidak mengenal waktu makan.

Gambar 1 adalah proses penyuluhan berlangsung. Acara berjalan dengan lancar. Para ibu juga sangat aktif bertanya dan kooperatif dalam mendengarkan penyuluhan. Penyuluhan dapat berjalan dengan lancar atas bantuan mahasiswa serta kader-kader dari desa terkait.



Gambar 1. Pemateri melakukan penyuluhan



Gambar 2. Pemateri bersama kader dan Mahasiswa

4. KESIMPULAN

Hasil dari penyuluhan ini adalah bertambahnya pengetahuan para ibu tentang pemberian MPASI yang tepat dan adekuat. Diharapkan setelah penyuluhan ini para ibu dapat memberikan MPASI secara tepat dan adekuat sehingga masalah-masalah akibat ketidaktepatan pemberian MPASI dapat terhindari.

5. DAFTAR PUSTAKA

Departemen Kesehatan RI. Pedoman Umum Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu

IDAI. 2015. Rekomendasi Praktik Pemberian Makan Berbasis Bukti pada Bayi dan Batita diIndonesia untuk Mencegah Malnutrisi.

IDAI. (2018a). Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI). Retrieved March 7,2020, from <http://www.idai.or.id/artikel/klinik/asi/pemberian-makanan-pendamping-air-susu-ibu-mpasi>

Kemenkes RI. 2017. Pedoman Penyelenggaraan Pekan ASI Sedunia.

Lestari, M. U., Lubis, G., & Pertiwi, D. (2014). Artikel Penelitian Hubungan Pemberian Makanan Pendamping Asi (MP-ASI) dengan Status Gizi Anak Usia 1-3 Tahun di Kota Padang Tahun 2012, 3(2), 188–190.

(MP-ASI Lokal). 2006. Nasar, SS. Indonesia Menyusui. IDAI 2010:267-279.