

## **PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG PEMBERIAN DAN PEMILIHAN BAHAN PANGAN LOKAL YANG BAIK UNTUK PEMBUATAN MP-ASI DI KABUPATEN GRESIK**

**Diani Octaviyanti Handajani<sup>1)</sup>, Suprapti<sup>2)</sup>, Aidha Rachmawati<sup>3)</sup>**

<sup>1,2)</sup> Prodi S1 Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gresik

<sup>3)</sup> Prodi DIII Kebidanan, Akademi Kebidanan Wiyata Mitra Husada Kertosono  
*dianocta190@umg.ac.id*

### **Abstract**

A child will experience a period of optimal brain growth and development at the age of 0 to 24 months early in life, so that is one of the priority aspects for parents to pay attention to. regarding the provision and selection of food ingredients in ASI Complementary Food for their baby, because one of the factors causing malnutrition in toddlers is the lack of knowledge in families about nutrition and how to countermeasures so that toddlers do not get enough balanced nutritious food. Sidojagung Village has limited knowledge of giving and selecting food ingredients in ASI Complementary Food for their baby. The purpose of this Community Service is to help toddler mothers and cadre mothers in Sidojagung Village to find out about the provision and selection of food ingredients for Complementary Food for Breast Milk. This community service shows that this activity runs smoothly and 100% of 25 mothers receive a good education.

*Keywords: MP-ASI Education, Selection of Food Materials, Toddler Nutrition.*

### **Abstrak**

Seorang anak akan mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan otak secara optimal pada usia 0 sampai dengan 24 bulan awal kehidupannya, sehingga hal tersebut merupakan salah satu aspek prioritas untuk diperhatikan oleh orang tua, untuk itu perlunya nutrisi yang optimal pada masa tersebut, sehingga pentingnya orang tua mengetahui tentang pemberian dan pemilihan bahan makanan pada Makanan Pendamping ASI untuk buah hati mereka, karena salah satu faktor penyebab gizi buruk pada balita adalah kurangnya pengetahuan pada keluarga tentang gizi dan cara penanggulangannya sehingga balita kurang mendapatkan makanan bergizi seimbang yang cukup. Desa Sidojagung terdapat keterbatasan akan pengetahuan terhadap pemberian dan pemilihan bahan makanan pada Makanan Pendamping ASI untuk buah hati mereka. Tujuan dari Pengabdian Masyarakat ini dapat membantu ibu balita dan ibu kader di Desa Sidojagung untuk mengetahui tentang pemberian dan pemilihan bahan makanan untuk Makanan Pendamping ASI. Pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa kegiatan ini berjalan dengan lancar dan 25 ibu 100% menerima pendidikan dengan baik.

*Kata kunci: Pendidikan MP-ASI, Pemilihan Bahan Pangan, Gizi Balita.*

### **PENDAHULUAN**

Seorang anak dalam masa pertumbuhan dan perkembangan otak secara optimal dimulai pada usia 0 sampai dengan 24 bulan pada awal kehidupannya, sehingga hal tersebut merupakan salah satu aspek prioritas

untuk diperhatikan oleh orang tua karena seorang anak memiliki nilai yang sangat tinggi pada anggota keluarga dan bangsanya, untuk itu perlunya nutrisi yang optimal pada masa usia 2 tahun awal kehidupan mereka, karena gizi yang cukup dapat

berperan dalam menjamin kesehatan anak, meningkatkan tumbuh kembang anak, begitu pula sebaliknya, apabila asupan nutrisi tidak memadai akan menimbulkan kekurangan gizi pada anak yang pada akhirnya meningkatkan angka morbiditas dan mortalitas (1). Selain itu, gizi merupakan dasar dari banyak hal yang mendorong pembangunan suatu bangsa terutama dari segi kualitas Sumber Daya Manusia. (2).

Saat ini masalah pembangunan gizi Indonesia semakin rumit, tidak hanya menimbulkan kekurangan gizi, akan tetapi masalah gizi berlebih merupakan masalah yang harus ditanggapi secara serius. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 menjelaskan bahwa prevalensi gizi kurang pada usia anak di bawah lima tahun yaitu 0-23 bulan di Indonesia sebesar 11,4%, stunting 12,8%, gizi buruk sebesar 3,8%, bayi sangat kurus sebesar 4,5% dan penurunan berat badan sebesar 7,2 % (3). Sedangkan prevalensi gizi kurang di Kabupaten Gresik sebesar 6,4%, dimana bayi pendek sebesar 11,0% dan 5,2% berat badan kurang / kurang. (4), hal tersebut harus sangat diperhatikan, karena *World Health Organization* (WHO) juga menyebutkan bahwa masalah terkait kematian anak sekitar 45 % disebabkan oleh gizi kurang sehingga lebih rentan terhadap suatu penyakit pada anak (5). Oleh karena itu, setiap orang tua harus mengetahui status kesehatan anaknya dari masalah gizi terutama pada masa golden age, dengan memiliki informasi yang cukup tentang gizi dan mengetahui cara pemberian makan yang benar pada anaknya (6), sehingga ketidaktahuan orang tua merupakan penyebab utama anak mengalami gizi buruk, terutama pada anak di bawah usia 2 tahun (7).

MP-ASI adalah Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI),

yaitu makanan tambahan yang diberikan kepada bayi bersama dengan ASI ketika ASI saja sudah tidak dapat mencukupi kebutuhan gizi anak serta gizi pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal, yaitu diberikan secara adekuat, tepat waktu, dan aman (8). MP-ASI dibutuhkan karena ASI mencakup setengah gizi untuk memenuhi kebutuhannya, sehingga dengan pemenuhan MP-ASI yang baik diharapkan tercapai gizi dan tumbuh kembang anak yang baik pula, tetapi bila anak terdapat kekurangan gizi juga dapat mengganggu tumbuh kembang, dan serta tanpa penanganan dini, hal ini berlanjut sampai anak mencapai usia dewasa (9).

Pemberian dan pemilihan bahan makanan untuk Makanan Pendamping ASI kepada buah hati mereka, orang tua sangat penting untuk mengetahuinya, karena penyebab kekurangan gizi salah satu faktor pada anak balita adalah kurangnya pangan keluarga dan cara penanggulangannya, sehingga anak kurang mendapatkan cukup makanan yang seimbang dan bergizi. (10). Selain itu, usia anak 6 bulan hingga 24 bulan merupakan usia yang sensitif bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Padahal untuk memenuhi kebutuhan gizi anak harus diberikan kepada anak secara tepat waktu, cukup, aman dan tanggap agar anak dapat tumbuh secara optimal. (8).

Didalam pemilihan bahan makanan untuk pembuatan MP-ASI perlunya tambahan pengetahuan dari orang tua agar terjadinya peningkatan pengetahuan gizi dan cara pengolahan gizi meningkat untuk intervensi yang diikuti dengan perubahan perilaku atau sikap ibu terhadap gizi anak. (11), karena sikap ibu mempengaruhi ketersediaan nutrisi tambahan untuk bayi (12). Tumbuh kembang anak usia dini khususnya masalah gizi, ibu

berperan penting sehingga memerlukan masukan yang berkesinambungan seperti pendidikan, pengasuhan dan penyuluhan dalam berbagai ragam pengetahuan gizi dan manipulasi makanan untuk tumbuh dan berkembang. Agar ibu dapat meningkatkan status gizi anaknya dan menambah pendapatan keluarga (13).

Oleh karena itu, keterampilan ibu diperlukan untuk menyiapkan dan memilih bahan makanan terbaik untuk anak sehingga memenuhi kebutuhan gizi mereka dengan sumber daya yang tersedia, membudidayakan berbagai makanan lokal yang terdapat di rumah, di kebun atau di pasar lokal (14), karena pangan lokal adalah salah satu upaya tepat untuk mengatasi masalah tersebut (15), karena bahan baku pangan ini tersedia justru di tempat-tempat yang terdapat bahan baku dasar yang beragam dan serbaguna, sehingga berbagai pangan tradisional dapat diolah dan dibuat. lezat dan makanan bergizi secara seimbang (16).

## METODE

Tim dosen PKM bekerjasama dengan mitra yaitu Desa Sidojukung, Kabupaten Gresik pada ibu-ibu balita dan ibu-ibu kader, Mekanisme tindakannya adalah edukasi atau pengetahuan bagi ibu balita dan ibu kader mengenai: pemahaman tentang MP-ASI, pentingnya MP-ASI diberikan, jadwal pemberian MP-ASI, keamanan dan kebersihan pemberian Makanan Penamping ASI, manajemen makanan, contoh jadwal makan bayi, pemilihan bahan makanan lokal yang baik untuk menyiapkan MP-ASI



Gambar 1. Pemberian Materi

Kegiatan pengabdian ini selain memberikan penyuluhan dengan metode ceramah juga membuka sesi diskusi, dan tanya jawab, dimana saat peserta bersedia untuk bertanya akan diberikan hadiah menarik dari tim pengabdian. Di akhir kegiatan tim juga mengevaluasi dengan cara memberikan beberapa pertanyaan tertulis yang di bagi ke peserta untuk di jawab. Sehingga suasana kegiatan menjadi hidup, santai, tapi bermanfaat untuk masyarakat.



Gambar 2. Sesi Tanya Jawab Dan Diskusi



Gambar 3. Penyerahan Hadiah Peserta Yang Bertanya



Gambar 4. Sesi Evaluasi Peserta

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat secara menyeluruh berjalan dengan lancar dan baik. Dari 25 ibu balita dan ibu kader yang terdaftar di Desa Sidojanguk, semua ibu datang ke Balai Desa Sidojanguk dan mengikuti kegiatan yang diselenggarakan. Yang ditunjukkan pada tabel di bawah ini.

Tabel 1. Jumlah Peserta Pengabdian Masyarakat

Jumlah Ibu Balita	Hadir	Tidak Hadir	Presentase Kehadiran
25	25	-	100%

Sedangkan hasil evaluasi tingkat pengetahuan pemberian dan pemilihan bahan pangan lokal, didapatkan hasil sebagai berikut. Yang ditunjukkan pada tabel di bawah ini

Tabel 2 Hasil Evaluasi Tingkat Pendidikan Pemilihan Bahan Pangan Lokal Yang Baik

Pendidikan MP-ASI	Jumlah	%
Kurang	-	%
Baik	25	100%
Total	25	100%

Seluruh peserta yaitu ibu balita dan ibu kader memiliki Pendidikan atau

pengetahuan yang baik sebanyak 25 (100%), dan tidak ada ibu balita dan ibu kader yang memiliki pendidikan atau pengetahuan kurang.

Pemberian pendidikan kesehatan tentang pemberian dan pemilihan bahan pangan lokal yang baik untuk pembuatan MP-ASI pada ibu balita serta ibu kader pada Desa Sidojanguk yang diberikan oleh tim PKM Universitas Muhammadiyah Gresik berjalan dengan lancar. Peserta terlihat antusias menyimak materi yang disampaikan dan dibuktikan dengan hasil post test seluruh ibu menjawab benar semua.

## SIMPULAN

Sebagai hasil dari kegiatan ini, seluruh peserta secara aktif dan antusias mengikuti pendidikan kesehatan / pengetahuan MP-ASI dalam pemberian dan memilih bahan pangan lokal yang baik, 25 ibu peserta mendapatkan pendidikan yang baik (100%)

## UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan seluruh warga desa sidojanguk atas partisipasinya dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini. , serta tak lupa mengucapkan terima kasih kepada Universitas Muhammadiyah Gresik yang telah memberikan dukungan penuh baik moril maupun materil hingga pelaporan dan publikasi didanai seluruhnya secara internal oleh Universitas Muhammadiyah Gresik

## DAFTAR PUSTAKA

- Mufida. 2015. Prinsip Dasar MP-ASI Untuk Bayi Usia 6-24 Bulan. *Jurnal Pangan dan Agroindustri*. 3 (4): 1646–51. (1)
- Husnah. 2017. Nutrisi Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*. 179–

83. (2)  
Kementrian RI. 2021. Profil Kesehatan Indonesia 2020. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. Available from: <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-Tahun-2020.pdf>. (3)
- Dinkes Jawa Timur. 2020. Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2019. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. (4)
- Acharya P, Khanal V. 2015. The Effect Of Mother's Educational Status On Early Initiation Of Breastfeeding: Further Analysis Of Three Consecutive Nepal Demographic And Health Surveys Global Health. BMC Public Health. 15(1). (5)
- Putu Aurilia Chlaresta Putri, I G A Ari Widarti NMD. 2018. Pola Pemberian Mp-Asi Dan Status Gizi Bayi Usia 6-12 Bulan Di Wilayah Kerja Upt Kesmas Tampaksiring I. Jurnal Nutrition Sci. 7 (4). (6)
- Adriani, M., Wirjatmadi B. 2016. Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan. Jakarta : Kencana Prenada Media Group. (7)
- Hanindita M. 2020. Fakta Tentang MPASI. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.(8)
- Provinsi Sumatera Barat DK. 2006. Petunjuk Pelaksanaan Dan Teknis Pemberian MP-ASI Lokal. Profinsi Sumatera Barat. (9)
- Arifin Z. 2016. Gambaran Pola Makan Anak Usia 3-5 Tahun Dengan Gizi Kurang Di Pondok Bersalin Tri Sakti Balong Tani Kecamatan Jabon – Sidoarjo. Midwiferia. (10)
- Nur A, Valensia Y, A Lobo MY. 2021. Pelatihan Pengolahan Pangan Lokal Sumber Protein Untuk Meningkatkan Status Gizi Balita Di Kampung Nelayan Oesapa Kupang. To Maega Jurnal Pengabdian Masyarakat.4 (2) : 170. (11)
- Diani, O.H, dkk 2021. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu. Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia. 16 (3). (12)
- Yendi, dkk. 2017. Hubungan Antara Peran Ibu Dalam Pemenuhan Gizi Anak Dengan Status Gizi Anak Praekolah Di TK Dharma Wanita Persatuan 2 Tlogomas Kota Malang. Nurs News (Meriden). (13)
- World Health Organization. 2013. Global Strategy For Infant And Young Child Feeding. Geneva. Geneva : World Health Organization. (14)
- Fauziah SA, Sudarti. 2017. Pengaruh Penyuluhan Tentang Pangan Lokal Untuk Balita Terhadap Pengetahuan Ibu Balita Di Cokrobedog. Med Respati Jurnal Ilmu Kesehatan. Available from: <http://medika.respati.ac.id/index.php/medika/article/view/42> (15)
- Murlan, Ruwiah, Suardi S LW, NL P. 2015. Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Ibu Balita Dalam Pemanfaatan Sisa Produk Virgin Coconut Oil (Blondo Vco) Pada Makanan Lokal Untuk Peningkatan Gizi Balita Di Kabupaten Buton. Buletin. Penelitian Sist Kesehat. 18(3). (16)