

**PENYULUHAN MP- ASI PADA IBU BALITA
DI KELURAHAN LEMBAH LUBUK MANIK
KOTA PADANGSIDIMPUAN
TAHUN 2022**

Khoirunnisa Nasution

Ayu Trisna

D3- Kebidanan, Akademi Kebidanan Sentral Padang Sidempuan

Email: nisa.nst88@gmail.com.085358535446

Email: ayutrisnaaa8@gmail.com.082112055273

ABSTRAK

Bertambahnya umur bayi, bertambah pula kebutuhan gizinya, sebab itu sejak umur 6 bulan bayi mulai diberi makanan pendamping ASI (MP-ASI). Pemberian MP-ASI yang tidak sesuai akan menimbulkan masalah dalam status gizi anak salah satunya masalah gizi kurang dan gizi buruk.

Tujuan penyuluhan ini adalah: Meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan ibu balita dalam pembuatan MP-ASI yang berkualitas, padat gizi dan bervolume kecil dengan memanfaatkan Bahan makanan dari bahan local di di Kelurahan Lembah Lubuk Manik Kota padangsidimpuan Tahun 2022.

Bahan dan metode yang digunakan: Menggunakan leaflet dengan metode ceramah dan Tanya jawab.

Hasil Pengabdian masyarakat ini dari terdapat peningkatan pengetahuan ibu-ibu yang memiliki balita tentang cara membuat MP-ASI dengan bahan-bahan lokal berkualitas yang ada di sekitar lingkungan, yaitu: skor pengetahuannya sebelum penyuluhan 50 % (kurang) menjadi 95 % (baik). setelah penyuluhan.

Kesimpulan: Masyarakat membutuhkan informasi tentang bagaimana cara membuat dan menyajikan MP-ASI yang berkualitas dan padat gizi terutama ibu Balita di Kelurahan Lembah Lubuk Manik.

Kata kunci : Penyuluhan, MP-ASI, Ibu

ABSTRACT

As the baby's age increases, their nutritional needs also increase, therefore, from the age of 6 months, babies begin to be given complementary foods (MP-ASI). Giving MP-ASI that is not suitable will cause problems in the nutritional status of children, one of which is malnutrition and malnutrition.

The objectives of this counseling are: To increase the knowledge and skills of mothers under five in making quality, nutrient-dense and small-volume MP-ASI by utilizing food ingredients from local ingredients in Lembah Lubuk Manik Village, Padangsidimpuan City in 2022.

Materials and methods used: Using leaflets with lecture and question and answer methods.

The result of this community service is that there is an increase in the knowledge of mothers who have toddlers about how to make MP-ASI with quality local ingredients around the environment, namely: their knowledge score before counseling is 50% (poor) to 95% (good). after counselling.

Conclusion: The community needs information on how to make and serve quality and nutrient-dense MP-ASI, especially mothers under five in the Lembah Lubuk Manik Village .

Keywords: Counseling, MP-ASI, Mother

1. PENDAHULUAN

Bertambahnya umur bayi, bertambah pula kebutuhan gizinya, sebab itu sejak umur 6 bulan bayi mulai diberi makanan pendamping ASI (MP-ASI). Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) adalah makanan atau minuman yang mengandung zat yang diberikan pada bayi atau anak usia 6-24 bulan guna memenuhi kebutuhan gizi selain ASI.

Selain ASI untuk memenuhi kebutuhan gizi perlu diperhatikan waktu pemberian, frekuensi, porsi, pemilihan bahan makanan, cara pembuatan dan cara pemberian MP-ASI. Pemberian MP-ASI merupakan proses transisi asupan dari susu (ASI) menuju makanan keluarga semi padat secara bertahap, seperti jenis, jumlah, frekuensi, maupun tekstur dan konsistensinya sampai kebutuhan bayi terpenuhi (Rotua, Novayelinda, & Utomo, 2018).

Pemberian MP-ASI yang benar akan sangat berpengaruh pada proses tumbuh kembang anak dan kecerdasannya. Pemberian MP-ASI yang tidak sesuai akan menimbulkan masalah dalam status gizi anak salah satunya masalah gizi kurang dan gizi buruk (Mufida, Widyaningsih, & Maligan, 2015).

World Health Organization (WHO) pada tahun 2002 melaporkan bahwa 54% kematian balita di seluruh dunia disebabkan secara langsung maupun tidak langsung oleh gizi kurang dan gizi buruk. Angka ini belum banyak berubah pada data WHO tahun 2011, yang melaporkan bahwa 45% kematian balita di seluruh dunia terkait dengan malnutrisi.

Hal ini juga diperkuat dengan temuan bahwa dua per tiga balita yang meninggal tersebut mempunyai pola makan bayi yang salah antara lain tidak mendapatkan air susu ibu (ASI) eksklusif serta mendapat makanan pendamping ASI (MPASI) yang terlalu dini atau terlambat disertai komposisi zat gizi yang tidak lengkap, tidak seimbang dan tidak higienis.

Pemenuhan gizi seimbang, baiknya dilakukan dengan memanfaatkan sumber bahan makanan lokal. Bahan makanan lokal merupakan bahan makanan yang banyak tersedia atau menjadi salah satu khas di satu wilayah. Pemanfaatan bahan makanan lokal penting dilakukan karena mudah dijangkau salah satunya dari segi harga yang relatif lebih murah.

Praktik pemberian makanan pada bayi di Indonesia masih banyak yang belum sesuai dengan umurnya, terutama di daerah pedesaan seringkali tidak diperhatikan terutama dalam hal kepadatan zat gizinya. Hal ini terjadi karena masih rendahnya pengetahuan dan ketrampilan ibu balita dalam hal cara membuat dan menyajikan MP-ASI yang padat gizi.

Kurangnya asupan makanan yang tidak seimbang merupakan salah satu indikasi terjadinya status gizi kurang pada balita. (Lestari, 2019).

Hasil observasi yang dilakukan bulan November 2022 di Puskesmas Hutaimbaru dan berdasarkan informasi dari kader dan ibu-ibu yang memiliki balita, dijumpai masih banyak ibu balita yang hanya memberikan makanan berupa bubur beras saja tanpa dilengkapi dengan bahan makanan lain yang bergizi, seperti lauk hewani dan sayuran. Terdapat juga ibu balita memberikan makanan yang hanya berupa kuah sayur-sayuran tanpa bahan makanan sumber protein.

Di samping itu, ditemui pula adanya pendapat masyarakat bahwa MP-ASI padat gizi hanya dapat dibuat dari bahan makanan sumber hewani, yang harganya relatif mahal.

Dari berbagai permasalahan di atas, tampaknya masyarakat membutuhkan informasi tentang bagaimana cara membuat dan menyajikan MP-ASI yang berkualitas dan padat gizi dari bahan lokal.

Model penjelasan tentang pembuatan MP-ASI kepada ibu balita mungkin akan semakin efektif jika kader posyandu kolaborasi dengan petugas kesehatan. Hal ini disebabkan karena kader merupakan pembawa dan penyampai misi pembangunan kesehatan ditingkat paling bawah yang langsung berhubungan dengan masyarakat.

Tujuan umum dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan ibu balita dalam pembuatan MP-ASI yang berkualitas, padat gizi dan bervolume kecil dengan memanfaatkan Bahan makanan dari bahan lokal, dan pada akhirnya pengetahuan dan ketrampilan ini dapat disebarluaskan kepada masyarakat.

2. METODE PELAKSANAAN

2.1 Sasaran

Sasaran pada pengabdian masyarakat ini adalah Seluruh ibu yang memiliki Balita di Kelurahan Lembah Lubuk Manik Kota

padangsidimpunan Tahun 2022 yang berjumlah 20 orang yang dikumpulkan di Pada saat Posyandu, dengan judul penyuluhan tentang MP-Asi. Dengan metode ceramah dan Tanya jawab, menggunakan leaflet.

2.2 Tahapan kegiatan

Kegiatan pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dibagi menjadi tiga tahapan:

1. Persiapan,
2. Pelaksanaana ,
3. Evaluasi.

Berikut tahapan kegiatan yang akan dilaksanakan:

1. Tahapan Persiapan

Seluruh ibu yang memiliki balita diarahkan untuk duduk di kursi yang telah disediakan, setelah ibu duduk, dilanjutkan pembagian leaflet tentang MP-Asi

2. Tahapan Pelaksanaan

Sebelum Penyuluhan, Pemateri terlebih dahulu memperkenalkan diri, selanjutnya Sosialisasi tentang MP-Asi, Pelaksanaan ini dihadiri oleh Ibu Lurah dan kolaborasi dengan petugas puskesmas Hutaimbaru, Kegiatan ini dipandu oleh moderator, setelah penyajian materi, dilanjut dengan pengukuran TB, BB, dan Imunisasi.

3. Tahapan Evaluasi

Tahap Evaluasi dilakukan secara intensif oleh tim pelaksana setiap kegiatan berlangsung untuk memastikan agar pelaksanaan kegiatan dapat berjalan sesuai rencana. Evaluasi dilakukan sejalan dengan monitoring, sehingga jika ada kendala akan segera diselesaikan. Evaluasi dilakukan setiap tahap kegiatan, adapun rancangan evaluasi memuat uraian bagaimana dan kapan evaluasi akan dilakukan, kriteria, indikator pencapaian tujuan, dan tolak ukur yang digunakan untuk menyatakan keberhasilan dari kegiatan yang dilakukan. Memberikan bimbingan kepada ibu supaya menerapkan Prinsip gizi seimbang dalam Pemberian MP-Asi untuk meningkatkan kesehatan anak guna mendukung tumbuh kembang Balita dalam mencapai Periode emas secara maksimal.

3.HASIL DAN PEMBAHASAN

Berlokasi di Kelurahan Lembah Lubuk manic, Kota Padangsidimpunan Tahun 2022 , tim pelaksana kegiatan pengabdian masyarakat ini dari

Program Studi D-3 Kebidanan, Akademi Kebidanan Sentral Padangsidimpunan.

Desa ini dapat ditempuh selama kurang lebih 1 jam dari kampus Akademi Kebidanan Sentral Padangsidimpunan. Lokasi ini dipilih karena merupakan salah satu daerah Praktek kerja Lapangan Mahasiswa.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang diadakan berupa Penyuluhan MP-ASI dengan memanfaatkan bahan lokal untuk Balita, pengolahan serta penyajiannya.

Adapun waktunya pelaksanaan yaitu hari Sabtu, tanggal 27 November 2022. Pelaksanaan kegiatan juga bekerjasama dan berkoordinasi dengan Petugas Puskesmas Hutaimbaru dan Kader daerah setempat.

Peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini melibatkan ibu-ibu yang memiliki balita di desa tersebut. Ada sekitar 20 orang dari ibu-ibu yang memiliki balita yang turut hadir mendengarkan penyuluhan. Kegiatan berlangsung selama kurang lebih 1 jam disertai dialog interaktif.

Tim kegiatan pengabdian masyarakat ini terdiri atas Khoirunnisa Nasution, amd. Keb, SKM, M.Kes (Ketua Tim) dan Ayu Trisna, Spd, M.Li(Anggota).

Materi penyuluhan berupa pentingnya MP-ASI bagi pertumbuhan dan perkembangan balita, jenis-jenis MP-ASI dan contoh praktis dari menu MP-ASI. Selain materi tersebut juga diberikan bagaimana memanfaatkan bahan pangan lokal yang ada sehingga dapat dimanfaatkan menjadi MP-ASI.

Melihat kondisi desa, banyak sekali sebetulnya yang bisa dimanfaatkan ataupun diolah menjadi berbagai macam makanan olahan termasuk MP-ASI, sehingga masyarakat perlu didorong untuk memberdayakan sumberdaya tersebut.

Setelah dialog interaktif dan penyuluhan selama 1 jam, kegiatan pengabdian masyarakat berakhir pada jam 11.30 WIB. Dan hasil dari kegiatan ini ibu balita bertekad akan menerapkan pemberian MP-ASI padat gizi kepada balitanya, dimana ibu balita mengatakan semakin mengerti tentang MP-ASI yang bagus untuk tumbuh kembang balitanya, yang awalnya ibu kurang mengerti tentang MP-ASI, menjadi lebih mengerti.

Sebelum pulang, tim pengabdian masyarakat berpamitan terlebih dahulu dengan pihak Puskemas, Kader dan ibu balita, dan mengharapkan adanya kelanjutan kegiatan agar

pengetahuan masyarakat sekitar meningkat khususnya berkaitan dengan pembuatan MP-ASI dengan bahan dasar pangan lokal.

Kiranya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terus berlanjut sehingga tujuan akan tercapai dan harapan paling besar Kelurahan Lembahlubuk Manik adanya peningkatan derajat kesehatan khususnya balita sebagai generasi penerus bangsa.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

4.1. KESIMPULAN

Setelah diadakan penyuluhan dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan ibu-ibu yang memiliki balita tentang cara membuat MP-ASI dengan bahan-bahan lokal yang ada di sekitar lingkungan, yang berkualitas, dengan skor pengetahuannya sebelum penyuluhan 50 % (kurang) menjadi 95 % (baik).

4.2 SARAN

Diharapkan kepada kader posyandu agar menyebarkan pengetahuan tentang pembuatan MP-ASI berbahan lokal kepada masyarakat di sekitar.

Perlu lebih ditingkatkan mutu penyuluhan dan pelatihan baik dari segi waktu dan frekuensi agar kader posyandu dan masyarakat lebih banyak mendapat pengetahuan dan ketrampilan sehingga pengalamannya semakin bertambah dalam pembuatan MP- ASI berbahan lokal.

Perlu diintensifkan kegiatan diskusi dan ceramah tentang kesehatan dan gizi dengan memberdayakan bidan dan kader sebagai agent of change.

5.REFERENSI

1. Damayanti, dkk. 2016. Buku Pintar Balita-KU (Usia 6-24 Bulan) . Semarang:CV. Rafi Sarana Perkasa
- 2.Kemenkes 2022. Buku Resep Makanan Lokal Balitadan Ibu Hamil
3. Kemenkes. Pembrian Makanan Bayi dan Anak (Buku Bacaan Kader Posyandu Komunikasi Antar Pribadi Pencegahan Stunting).
4. Lestari, S. A. dkk. (2019).Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Kejadian Status Gizi Balita. 2(1), 121–133.
5. Mufida, L., Widyaningsih, T. D., & Maligan, J. M. (2015). Prinsip Dasar Makanan Pendamping

Air Susu Ibu (Mp-Asi) Untuk Bayi 6 – 24 Bulan : Kajian Pustaka, 3(4), 1646–1651.

6. Revina Agestika , Martono Tri Utomo.(2022). Pola Pemberian MP-ASI mempengaruhi Kejadian Diare Pada Bayi. Original Research Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal, Volume 6 No. 1
- 7.Rotua, D. F., Novayelinda, R., & Utomo, W. (2018). Identifikasi Perilaku Ibu Dalam Pemberian Mp-Asi Dini Di Puskesmas Tambang Kabupaten Kampar. Journal Of Maternity, 5, 1–10

6. DOKUMENTASI

