



Pendidikan Kesehatan Tentang MPASI Untuk Peningkatan Pengetahuan Ibu Tentang MPASI Di Posyandu Dahlia Banjarbaru

Susilawati*¹, Lina Ratnasari*² Kiki Rezki Aulia*³ Eca⁴

*^{1,2,3,4}Akademi Kebidanan Banua Bina Husada Banjarbaru

*e-mail: -

Nomor Handphone Untuk keperluan koordinasi: -

Abstrak

Pendahuluan: salah satu penyebab rendahnya status gizi pada anak khususnya di masa balita yaitu dari faktor orang tua terutama ibu dari bayi yang berpendidikan tidak tinggi, pekerjaan sehari-hari sehingga ibu mendapatkan pengetahuan yang kurang tentang bagaimana memberikan MPASI pada bayinya. Prosentse kekurangan gizi yang disebabkan dari kurangnya suplemen nutrisi pada tubuh akan mempengaruhi tumbuhkembang pada bayi sampai anak memasuki usia prasekolah. Pada bayi usia 6 bulan, bayi mulai membutuhkan zat gizi yang banyak mengandung zat besi dan nutrisi pendukung pertumbuhan bayi. Tujuan penelitian: Tujuan penyuluhan ini adalah memberikan pengetahuan kepada ibu tentang MPASI dengan berat badan di Posyandu Dahlia. Metode: penyuluhan ini dilakukan dengan metode ceramah dan demonstrasi membuat MPASI dengan menu sederhana dan mudah didapat. Hasil: penyuluhan diikuti oleh 17 ibu-ibu dan 3 orang kader posyandu. Kegiatan penyuluhan dapat berjalan dengan baik, pada saat evaluasi ibu-ibu dapat menjawab pertanyaan dari pembawa acara secara baik.

Kata kunci: tingkat pengetahuan, berat badan, anak

Abstract

Introduction: one of the causes of low nutritional status in children, especially in the toddler years, is parental factors, especially mothers of babies who are not highly educated, daily work so that mothers have less knowledge about how to give MPASI to their babies. The percentage of malnutrition caused by a lack of nutritional supplements in the body will affect the growth and development of babies until children enter preschool age. In babies aged 6 months, babies start to need nutrients that contain lots of iron and nutrients to support the baby's growth. Research objective: The aim of this counseling is to provide knowledge to mothers about MPASI and body weight at Posyandu Dahlia. Method: This counseling is carried out using lecture and demonstration methods to make MPASI using a simple and easy to obtain method. Results: counseling was attended by 17 mothers and 3 posyandu cadres. The counseling activities were able to run well, during the evaluation the mothers were able to answer questions from the presenter well.

Keywords: the knowledge, body weight, children

1. PENDAHULUAN

Pada saat bayi berusia sampai 12 bulan merupakan masa dimana pertumbuhan secara keseluruhan berkembang secara pesat, maka dimulai usia 6 bulan bayi sudah disarankan memperoleh asupan MPASI secara baik dan optimal. Evaluasi dan monitor kondisi pertumbuhan bayi dapat dilihat dari kartu yang dinamakan KMS atau Kartu Menuju Sehat. Perkembangan berat badan dan panjang badan bayi dipengaruhi oleh kondisi ibu ketika hamil, kondisi bayi ketika dilahirkan dan beberapa perawatan setelah bayi dilahirkan termasuk asupan ASI dan MPASI [1].

Kebutuhan nutrisi pada bayi pada masa pertumbuhan merupakan faktor yang harus dipenuhi oleh ibu dan ayah bayi. Hal ini dikarenakan pada usia 0-12 bulan secara fisik, perkembangan otak, sistem imun tubuh akan membentuk sistem yang saling menguatkan. Hal ini juga menjadi salah satu indikator kesuksesan pertumbuhan dan perkembangan bayi sampai dengan usia 5 tahun. Pada usia sampai dengan 5 tahun bayi sangat sering masuk ke dalam kategori kekurangan gizi [2].

Kekurangan gizi pada negara-negara berkembang sering dikaitkan dengan kejadian penyakit yang berhubungan dengan infeksi. Secara fisiologis terjadinya infeksi diakibatkan sistem

kekebalan tubuh yang rendah, dan ketika dalam kondisi terinfeksi tubuh memerlukan banyak energi yang lebih banyak [3]. Dari hasil Riskesdas tahun 2018 memperoleh data sebesar 17% lebih balita masih mengalami masalah gizi yaitu kekurangan gizi sebesar hampir 13% dan gizi buruk hampir 4% [4].

Dalam program pemenuhan gizi seimbang yang memiliki tujuan peningkatan mutu MPASI, yakni memberikan pengetahuan, konseling dan pemberian MPASI pada keluarga dengan tingkat ekonomi yang rendah. Dari makanan pendamping ASI ini dapat disesuaikan dengan bertahap tentang jenis bahan, frekuensi, porsi makan, kemampuan mengunyah makanan sehingga dapat optimal dalam memenuhi kebutuhan gizi pada bayi [5]. Pemberian makanan pendamping ASI yang berkualitas harus mempertimbangkan beberapa hal seperti jumlah energi yang dibutuhkan, jumlah protein dan kandungan mikronutrien secara seimbang sehingga dapat optimal dalam mendukung tumbuh kembang bayi [6].

2. METODE

a. Tahap Persiapan

Dalam tahap persiapan ini tim pengabdian masyarakat yang diikuti oleh dosen Akbid Banua Husada dan 3 orang mahasiswa menyiapkan instrumen seperti undangan, proyektor, pengeras suara, daftar hadir, bahan makanan sebagai peraga MPASI. Selain persiapan instrumen para tim menyiapkan tempat dan melakukan perizinan kepada pihak terkait seperti ketua RT setempat, ketua dasawisma dan ketua posyandu. Selain tim dari Akbid Banua Husada, terdapat pihak yang membantu seperti kader posyandu, ibu ketua damasawisma.

b. Tahap pelaksanaan

Pelaksanaan penyuluhan ini dimulai dengan membagikan undangan dan ketika acara berlangsung moderator atau pembawa acara yang dilakukan oleh perwakilan mahasiswa. Selanjutnya narasumber yaitu dosen memberikan materi tentang konsep dasar MPASI, dan diberikan game atau permainan untuk membuat para peserta tidak jenuh. Sesi berikutnya yaitu sesi diskusi yang mana moderator memberikan kesempatan kepada para peserta untuk bertanya tentang materi MPASI. Setelah sesi diskusi selesai, maka narasumber memberikan contoh pembuatan menu MPASI dan menyusun menu MPASI dalam sepekan. Hal ini bertujuan agar para peserta dapat langsung mengaplikasikan pemberian MPASI di rumah masing-masing.

c. Tahap Evaluasi

Pada tahap evaluasi ini tim mendiskusikan tentang kegiatan penyuluhan yang telah dilakukan, dan membagi tugas untuk penanggung jawab pembuatan laporan pengabdian masyarakat.

Adapun alur pelaksanaannya adalah sebagai berikut:



3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan MPASI dapat terlaksana secara baik dan berumpan balik positif dari ibu-ibu di lingkungan Posyandu Dahlia ini, walaupun pada awalnya sangat susah sekali ibu-ibu untuk berkumpul dan menyediakan waktunya untuk pemberian penyuluhan ini. Penyuluhan ini diikuti oleh 17 ibu-ibu dan dihadiri oleh 3 orang kader posyandu. Pada saat sesi demonstrasi para peserta yang diwakilkan oleh 2 orang ibu mampu mencontohkan kepada peserta yang lain menyebutkan nama bahan pembuatan MPASI dan menjelaskan tutorial secara singkat pembuatan MPASI.

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini mendapatkan apresiasi bagus dari masyarakat setempat terutama kegiatan ini menunjukkan pengetahuan dan pemahaman kepada peserta.

UCAPAN TERIMA KASIH (Bila Perlu)

-

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Zogara, A. U. (2020) 'Pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) dan Status Gizi Balita di Kelurahan Tuak Daun Merah', *CHMK HEALTH JOURNAL*.
- [2] Lestiarini, S. and Sulistyorini, Y. (2020) 'Perilaku Ibu pada Pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) di Kelurahan Pegirian', *Jurnal PROMKES*.
- [3] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2015) *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta.
- [4] Kemenkes (2018) *Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS)*. Jakarta, Indonesia.
- [5] Septiani, W. (2014) 'Hubungan Pemberian Makanan Pendamping Asi Dini dengan Status Gizi Bayi 0-11 Bulan di Puskesmas Bangko Rokan Hilir', *Jurnal Kesehatan Komunitas*
- [6] Amperaningsih, Y., Sari, S. A. and Perdana, A. A. (2018) 'Pola Pemberian MP-ASI pada Balita Usia 6-24 Bulan', *Jurnal Kesehatan*,