

Edukasi Mp ASI 4* Home Made Dengan Bahan Pangan Lokal

Rahayu Widaryanti¹

Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Ilmu Kesehatan,

Universitas Respati Yogyakarta

e-mail : rwidaryanti@respati.ac.id

ABSTRAK

Persentase balita sangat pendek dan pendek usia 0-59 bulan di Indonesia tahun 2018 adalah 11,5% dan 19,3%. Kondisi ini meningkat dari tahun sebelumnya yaitu persentase balita usia 0-59 bulan sangat pendek sebesar 9,8% dan balita pendek sebesar 19,8% . Di Daerah Istimewa Yogyakarta angka kejadian stunting juga masih cukup tinggi yaitu 27, 2%. Di Kabupaten Sleman prevalensi status gizi balita pendek dan sangat pendek pada tahun 2017 mengalami peningkatan 0,18% dibandingkan tahun 2016 yaitu dari 11,81% menjadi 11,99%. Faktor yang menyebabkan Stunting di Kabupaten Sleman salah satunya adalah kurangnya pengetahuan orangtua tentang pemberian MP ASI yang tepat sehingga menyebabkan balita kurang mendapatkan nutrisi yang optimal. Identifikasi masalah secara mendalam seperti kesulitan menyusui, sindrom ASI berkurang, balita yang memilih-milih makanan (*Picky eater*) belum dilakukan secara optimal dan komprehensif. Selain itu dari hasil pre test yang dilakukan sebelum kegiatan edukasi terdapat 56% ibu balita yang belum memahami tentang MP ASI yang tepat untuk anaknya, kebanyakan orang tua memberikan MP ASI instan dan membeli MP ASI yang sudah jadi di pasar atau outlet penjualan bubur bayi. Kegiatan diikuti oleh 25 ibu yang memiliki anak dengan usia dibawah 24 bulan. Untuk mengukur keberhasilan kegiatan ini maka dilakukan pre test dan post test. Hasil pengabdian yaitu setelah mengikuti kegiatan edukasi MP ASI tingkat pengetahuan ibu tentang MP ASI mengalami peningkatan, sebelum mengikuti kegiatan jumlah ibu yang mempunyai tingkat pengetahuan tinggi hanya 4% setelah mengikuti kegiatan meningkat menjadi 44 %. Dengan peningkatan pengetahuan tentang MP ASI diharapkan ibu dapat mengaplikasikan ilmunya dalam memberikan MP ASI home made dengan bahan lokal yang sesuai rekomendasi WHO dan Unicef.

Kata kunci: edukasi, MP ASI, home made

ABSTRACT

The percentage of toddlers who are very short and short of age 0-59 months in Indonesia in 2018 is 11.5% and 19.3%. This condition increased from the previous year, namely the percentage of toddlers aged 0-59 months was very short at 9.8% and short toddlers at 19.8%. In the Special Region of Yogyakarta the incidence of stunting is also still quite high at 27.2%. In Sleman Regency the prevalence of nutritional status of toddlers was short and very short in 2017 an increase of 0.18% compared to 2016, from 11.81% to 11.99%. One of the factors causing Stunting in Sleman Regency is the lack of parental knowledge about giving the right complementary feeding, which causes toddlers to get less optimal nutrition. Identification of problems in depth such as difficulty in breastfeeding, reduced breastmilk syndrome, toddlers who are picky eater have not been done optimally and comprehensively. In addition, from the pre-test results conducted before educational activities, there were 56% of mothers under-five who did not understand the right complementary feeding for their children, most parents gave instant complementary feeding and bought complementary feeding in the market or baby porridge sales outlets. The activity was attended by 25 mothers who had children under the age of 24 months. To measure the success of this activity, pre-test and post-test were carried out. The result of devotion is that after participating in complementary feeding educational activities the level of knowledge of mothers about complementary feeding has increased, before participating in the activity the number of mothers who have a high level of knowledge only 4% after participating in the activity increased to 44%. With increasing knowledge about complementary feeding it is expected that mothers can apply their knowledge in providing home made complementary

feeding with local materials that are in accordance with WHO and Unicef recommendations.

Keywords: education, complementary feeding, home made

1. PENDAHULUAN

Di Indonesia, sekitar 37% (hampir 9 juta) anak balita mengalami stunting dan diseluruh Dunia, Indonesia adalah Negara kelima dengan stunting terbesar. Balita/ Baduta (bayi dibawah usia dua tahun) yang mengalami stunting akan memiliki kecerdasan tidak maksimal, anak menjadi lebih rentan terhadap penyakit dan dimasa depan dapat berisiko pada menurunnya tingkat produktivitas. Persentase balita sangat pendek dan pendek usia 0-59 bulan di Indonesia tahun 2018 adalah 11,5% dan 19,3%. Kondisi ini meningkat dari tahun sebelumnya yaitu persentase balita usia 0-59 bulan sangat pendek sebesar 9,8% dan balita pendek sebesar 19,8% (Kemenkes RI, 2018)

Di Daerah Istimewa Yogyakarta angka kejadian stunting juga masih cukup tinggi yaitu 27, 2%. Di Kabupaten Sleman prevalensi status gizi balita pendek dan sangat pendek pada tahun 2017 mengalami peningkatan 0,18% dibandingkan tahun 2016 yaitu dari 11,81% menjadi 11,99%. Dari Hasil penelitian yang dilakukan di kabupaten Sleman pada tahun 2019 diketahui bahwa 47% balita yang mengalami stunting dikarenakan praktik pemberian PMBA yang tidak tepat. Sebagian besar ibu mulai memberikan MP ASI pada anaknya mulai usia 5 bulan, makanan yang sering diberikan adalah pisang lumat dan bubur beras. Pemberian MP ASI harus memperhatikan Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang di anjurkan berdasarkan kelompok umur dan tekstur makanan yang sesuai perkembangan usia balita. terkadang orang tua memberikan MP ASI sebelum usia 6 bulan, padahal usia tersebut kemampuan pencernaan bayi belum siap menerima makanan tambahan akibatnya banyak yang mengalami diare (Widaryanti, 2019).

Faktor yang menyebabkan Stunting di Kabupaten Sleman antara lain kurangnya konseling antara petugas dengan keluarga pasien selama masa kehamilan, kelahiran dan masa bayi, sehingga keluarga terlambat dalam memutuskan dan mencari bantuan kesehatan. Pendidikan masyarakat yang kurang, sehingga kurang dapat mengenali adanya gangguan-gangguan kesehatan pada ibu dan bayi. Keterbatasan jumlah tenaga kesehatan di masyarakat menyebabkan kurangnya intensitas konseling maupun pendidikan kesehatan bagi masyarakat. Hal ini dapat di atasi dengan pemberdayaan anggota masyarakat menjadi kader kesehatan. Keuntungan kader kesehatan di masyarakat lebih memudahkan menyampaikan informasi kesehatan karena kedekatan secara psikologis maupun waktu. Hasil penelitian Subagyo (2010) juga menyatakan bahwa kemampuan kader mempunyai hubungan yang signifikan dengan keberhasilan program posyandu. Penelitian yang dilakukan Rahmawati (2019) konseling yang dilakukan oleh kader mampu meningkatkan nilai praktik PMBA pada ibu bayi dan anak usia 6-24 bulan, khususnya tentang konsumsi lauk hewani, bentuk kekentalan atau tekstur dan variasi makanan.

WHO merekomendasikan pemberian MP ASI home made dengan bahan lokal menjadi pilihan yang tepat karena metode ini dapat diterapkan pada keluarga dengan ekonomi yang rendah. Prinsipnya adalah bahan makanan yang akan dimasak keluarga pada hari itu juga menjadi menu untuk membuat menu MP ASI sehingga keluarga tidak perlu untuk membuat anggaran khusus dalam menyiapkan MP ASI. Namun sayangnya banyak masyarakat yang belum memahami konsep tersebut sehingga memilih memberikan MP ASI dalam bentuk instan, bagi masyarakat

dengan ekonomi rendah yang tidak mampu membeli MP ASI instan hanya memberikan MP ASI buatan dengan menu tunggal sehingga nutrisi bayi tidak terpenuhi yang menyebabkan masalah gizi pada bayi dan balita (WHO, 2010)

2. PERMASALAHAN MITRA

Dusun Stan merupakan salah satu dusun yang terletak di Desa Maguwoharjo Depok, Sleman, DIY. Kegiatan posyandu balita sudah berjalan dengan rutin, namun kegiatan yang dilakukan belum optimal. Kegiatan yang dilakukan baru sekedar pendaftaran, penimbangan, pengukuran tinggi badan, pencatatan dan pemberian makanan tambahan (PMT). Belum ada upaya untuk memberikan edukasi kesehatan secara rutin karena keterbatasan tenaga dan pengetahuan kader. Penyuluhan hanya dilakukan pada balita yang mengalami masalah seperti gizi kurang dan balita yang memiliki tinggi badan pendek (stunting). Identifikasi masalah secara mendalam seperti kesulitan menyusui, sindrom ASI berkurang, balita yang memilih-milih makanan (*Picky eater*) belum dilakukan secara optimal dan komprehensif. Selain itu dari hasil pre test yang dilakukan sebelum kegiatan edukasi terdapat 56% ibu balita yang belum memahami tentang MP ASI yang tepat untuk anaknya, kebanyakan orang tua memberikan MP ASI instan dan membeli MP ASI yang sudah jadi di pasar atau outlet penjualan bubur bayi. Selain itu masalah yang lain adalah pemberian MP ASI yang belum variatif sehingga dapat berpengaruh terhadap kecukupan nutrisi anak dan berisiko anak menjadi cepat bosan dengan menu makanan yang di siapkan oleh orang tua. Melihat permasalahan diatas maka kegiatan pengabdian edukasi MP ASI empat bintang ini perlu dilakukan sebagai upaya dalam menurunkan risiko permasalahan gizi pada anak.

Luaran yang tercapai dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini diantaranya meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang MP ASI empat bintang home made dengan bahan lokal sesuai rekomendasi WHO dan Unicef. Selain itu hasil kegiatan ini juga dipaparkan di depan kader posyandu sebagai informasi untuk menentukan rencana tindak lanjut program posyandu balita di Dusun Stan selanjutnya.

3. METODEPELAKSANAAN

Kegiatan yang dilaksanakan adalah memberikan edukasi MP ASI empat bintang (4*) home made dengan bahan lokal di Posyandu Dusun Stan Desa Maguwoharjo, Depok, Sleman, DIY. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Minggu 22 Desember 2019 yang diikuti oleh 25 ibu yang mempunyai anak usia dibawah 2 tahun. Untuk mengukur keberhasilan kegiatan ini maka dilakukan pre test dan post test.

4. PEMBAHASAN

Sebelum kegiatan edukasi MP ASI dimulai peserta mengisi daftar hadir dan mengisi lembar pre test yang telah dibagikan, hal ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu sebelum dilakukan edukasi MP ASI. Kegiatan dilakukan selama 1 jam, adapun rincian materi berupa Kapan mulai MP ASI, bagaimana cara membuat MP ASI, menu MP ASI 4 bintang, MP ASI yang benar agar anak lahap makannya, serta masalah-masalah pemberian MP ASI. Setelah kegiatan edukasi MP ASI selesai maka peserta mengisi lembar post test dengan tujuan mengetahui perubahan pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan.



Gambar 1. Proses edukasi MP ASI home made dengan bahan lokal

Berikut adalah gambaran karakteristik ibu yang mengikuti kegiatan edukasi MP ASI di Dusun Stan Maguwoharjo, Depok, Sleman, DIY.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	F	%
Umur Responden		
< 20 Tahun	2	8.0
20-35 Tahun	16	64.0
> 35 Tahun	7	28.0
Total	25	100
Status Pekerjaan		
Bekerja	7	28.0
IRT	18	72.0
Total	25	100.0
Status pendidikan		
Dasar (SD dan SMP)	7	28.0
Menengah (SMA)	11	44.0
Tinggi (Perguruan Tinggi)	7	28.0
Total	25	100.0
Paritas		
Primipara	13	52.0
Multi Para	12	48.0
Grande Multi Para	0	0
Total	25	100.0

Sumber : Data Primer Desember 2019

Berdasarkan tabel diatas sebagian besar usia responden berada pada rentang usia reproduksi sehat (20-35 tahun) yaitu 64%. Status pekerjaan ibu sebagian besar

adalah ibu rumah tangga sebesar 72% dan memiliki pendidikan terbanyak adalah menengah atau SMA yaitu 44%. Status paritas ibu hampir sama antara primipara dan multipara.

Tabel 2. Hasil Pre test Pengetahuan IbuTentang MP ASI

Tingkat Pengetahuan Ibu tentang MP ASI		
	F	%
Rendah	14	56.0
Sedang	10	40.0
Tinggi	1	4.0
Total	25	100.0

Sumber : Data Primer Desember 2019

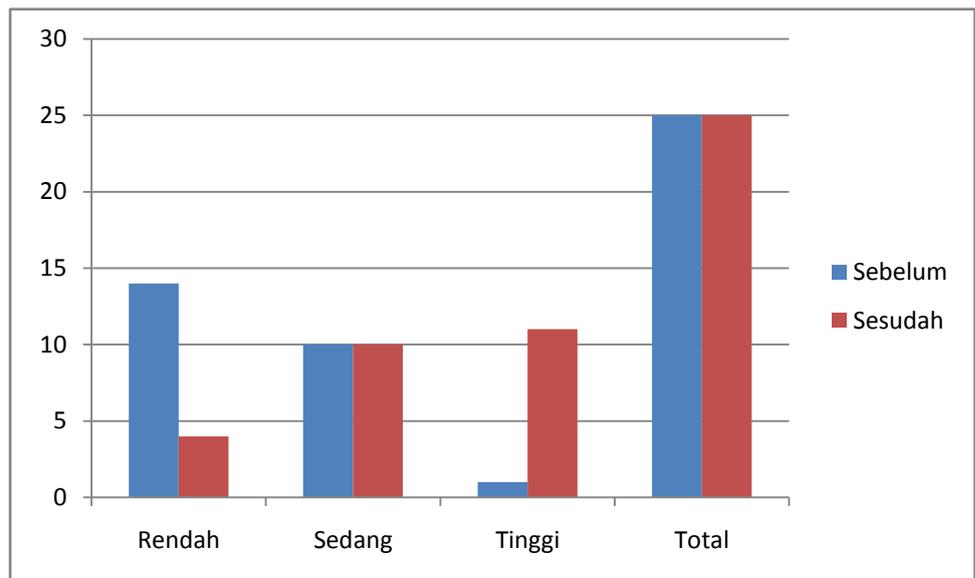
Sebelum mengikuti edukasi MP ASI sebagian besar ibu memiliki pengetahuan yang rendah, yaitu 56% dan yang memiliki pengetahuan tinggi hanya 4%.

Tabel 3. Hasil Post test Pengetahuan IbuTentang MP ASI

Tingkat Pengetahuan Ibu tentang MP ASI		
	F	%
Rendah	4	16.0
Sedang	10	40.0
Tinggi	11	44.0
Total	25	100.0

Sumber : Data Primer Desember 2019

Setelah mengikuti kegiatan edukasi MP ASI tingkat pengetahuan ibu tentang MP ASI mengalami peningkatan, sebelum mengikuti kegiatan jumlah ibu yang mempunyai tingkat pengetahuan tinggi hanya 4% setelah mengikuti kegiatan meningkat menjadi 44 % hal ini dapat dilihat dari grafik dibawah ini.



Gambar 2. Tingkat pengetahuanibutentang MP ASI Sebelum dan Setelah Mengikuti Kegiatan Edukasi MP ASI

Sebelum mengikuti kegiatan terlebih dahulu dilakukan pre test untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan peserta tentang MP ASI. Dari hasil pre test yang dilakukan terdapat ibu yang memiliki pengetahuan rendah sebanyak 14 orang, yang memiliki pengetahuan sedang sebanyak 10 orang dan yang memiliki pengetahuan tinggi sebanyak 1 orang. Setelah penyuluhan dilakukan post test untuk mengetahui adanya peningkatan pengetahuan pada peserta. Dari hasil olah data yang dilakukan ibu yang mempunyai tingkat pengetahuan kurang menjadi 4 orang, dan yang memiliki pengetahuan tinggi meningkat menjadi 14 orang. Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa terdapat peningkatan pengetahuan pada peserta setelah dilakukan edukasi.

Peningkatan pengetahuan dipastikan lagi dengan melakukan analisis menggunakan *Paired Sample Test* (T test). Didapatkan hasil p value 0.000 sehingga dapat disimpulkan adanya pengaruh sosialisasi terhadap peningkatan pengetahuan peserta tentang MP ASI. Rendahnya tingkat pengetahuan ibu mengenai MP ASI disebabkan banyak faktor seperti pendidikan, umur, pekerjaan dan partias. Banyak ibu yang memberikan MP ASI kurang tepat kepada anaknya seperti memberikan MP ASI Instan, atau memberikan MP ASI yang tidak memperhatikan prinsip MP ASI seperti usia anak, frekuensi pemberian makan, banyaknya pemberian makanan, teksture, variasi makanan, respon anak dan kebersihan makanan (Widaryanti, 2019)

Pemberian MP ASI yang tidak sesuai dapat menyebabkan masalah nutrisi pada anak seperti defisiensi zat besi, berat badan anak yang tidak sesuai kurva pertumbuhan serta menyebabkan stunting. Penelitian yang dilakukan di kabupaten Sleman pada tahun 2019 diperoleh hasil 47% balita yang mengalami stunting dikarenakan praktik pemberian PMBA yang tidak tepat. Sebagian besar ibu mulai memberikan MP ASI pada anaknya mulai usia 5 bulan, makanan yang sering diberikan adalah pisang lumat dan bubur beras. Pemberian MP ASI harus memperhatikan Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang di anjurkan berdasarkan kelompok umur dan tekstur makanan yang sesuai perkembangan usia balita. terkadang orang tua memberikan MP ASI sebelum usia 6 bulan, padahal usia tersebut kemampuan pencernaan bayi belum siap menerima makanan tambahan akibatnya banyak yang mengalami diare (Widaryanti, 2019).

Pemberian MP ASI home made dengan bahan pangan lokal di maksudkan agar keluarga dapat menyiapkan MP ASI sehat dan bergizi seimbang bagi anaknya sekaligus sebagai media edukasi penyuluhan menu seimbang. Selain itu ibu juga tidak perlu menyiapkan anggaran khusus untuk membeli bahan untuk membuat MP ASI karena bahan makanan yang digunakan adalah sama dengan yang dikonsumsi oleh keluarga pada hari itu (Kemenkes R.I, 2017)

5. KESIMPULAN

Kegiatan edukasi MP ASI ini sangat bermanfaat terhadap perubahan pengetahuan peserta tentang pemberian makan bayi dan anak. Hal ini dibuktikan dengan nilai p value 0.000. Pengabdian merekomendasikan di padukuh Stan dilakukan pelatihan PMBA bagikader, sehingga dapat mendampingi ibu yang memiliki balita dalam memberikan nutrisi kepada anaknya sehingga dapat menurunkan risiko terjadinya permasalahan gizi pada anak.

6. DAFTAR PUSTAKA

Kemenkes, R. I. (2017). Materi Peserta Modul Konseling Pemberian Makan Bayi dan Anak. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat.

- Kemenkes, R. I. (2018). Profil Kesehatan Indonesia 2018. Jakarta
- Kemenkes, R. I. (2018). Situasi Balita Pendek (Stunting di Indonesia). Buletin Jendela Data Dan Informasi Kesehatan.
- Rahmawati, S. M., Madaniyah, S., Anwar, F., & Kolopaking, R. J. G. I. (2019). Konseling Oleh Kader Posyandu Meningkatkan Praktik Ibu Dalam Pemberian Makan Bayi Dan Anak Usia 6-24 Bulan Di Desa Pagelaran, Kecamatan Ciomas, Bogor, Indonesia. 42(1), 11-22.
- Dinkes, Sleman. (2018). Profil Kesehatan Kabupaten Sleman Tahun 2018. Sleman
- Subagyo, W. J. J. K. S. (2010). Kemampuan Kader dan Partisipasi Masyarakat pada Pelaksanaan Program Posyandu di Karangpucung Purwokerto Selatan. 5(2), 74-79.
- Widaryanti, R. (2019). Makanan Pendamping ASI Menurunkan Kejadian Stunting pada Balita di Kabupaten Sleman. Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga, Februari 2019.
- Widaryanti, R. (2019). Pemberian Makan Bayi dan Anak. Yogyakarta: Deepublish.
- Widaryanti, R., & Rahmuniyati, M. E. (2019). Evaluasi Pasca Pelatihan Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) Pada Kader Posyandu Terhadap Peningkatan Status Gizi Bayi dan Balita. 2019, 4(2), 12 %J Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati. doi:10.35842/formil.v4i2.273