

## Penyuluhan MPASI Balita sebagai Upaya Meningkatkan Pengetahuan Ibu Balita Tentang MP ASI

Fitria Prabandari<sup>1</sup>, Vistra Veftisia<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Program Profesi Kebidanan, Universitas Ngudi Waluyo Semarang, fitriaprabandari30@gmail.com

<sup>2</sup>Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo Semarang, vistravef@gmail.com

Korespondensi Email : fitriaprabandari30@gmail.com

---

### Article Info

Article History

Submitted, 2024-12-07

Accepted, 2024-12-10

Published, 2024-12-19

---

Keywords: Counseling, MPASI, Knowledge

Kata Kunci: Penyuluhan, MPASI, Pengetahuan.

---

### Abstract

*The first 1000 days of life are very important because growth and development at this age are very rapid, starting from conception in the mother's womb until the child is 2 years old. At this time, there is very rapid development both in terms of the child's physical and brain. The very rapid brain development at the age of under 2 years is called the critical period of development, and is the right time to recover, if there are developmental disorders. Growth and development screening for infants is recommended every month, children aged 12-24 months are recommended every 3 months, and children aged 24-72 months are recommended every 6 months. The needs of children over 6 months are no longer met by breast milk, so children must be given complementary foods. Complementary foods is additional food that can be given to babies after reaching the age of six months to the age of 24 months. The complementary foods given must meet the child's protein and micronutrient needs. Based on the provision of Complementary Foods for Breast Milk published by IDAI in 2018, IDAI recommends 4 requirements that must be met in providing complementary foods. This activity uses a counseling method for mothers who have babies and toddlers at Posyandu RT.3 RW. 8 Kebondowo Village, Banyubiru District, Semarang Regency on November 6, 2024. Attended by 15 mothers who have babies/toddlers, 2 pregnant women, as well as cadres, and local midwives. Counseling uses flipchart media, this activity uses pretests and posttests to measure the increase in knowledge of mothers of toddlers. The results of the post-test showed an increase in knowledge of mothers of toddlers after being given health education about complementary foods. The conclusion of this activity is an increase in knowledge of mothers of toddlers about providing complementary foods.*

### Abstrak

Pada 1000 hari pertama kehidupan sangat penting karena pertumbuhan dan perkembangan pada usia ini sangat

pesat, yaitu mulai dari pembuahan di dalam rahim ibu sampai anak berusia 2 tahun. Pada waktu ini terjadi perkebangn yang sangat pesat baik dari segi fisik maupun otak anak. Perkembangan otak yang sangat pesat pada usia di bawah 2 tahun ini disebut periode kritis perkembangan, dan merupakan waktu yang tepat untuk melakukan pemulihan, bila ada gangguan perkembangan. Skrining tumbuh kembang untuk bayi dianjurkan tiap bulan, anak usia 12-24 bulan dianjurkan tiap 3 bulan, dan anak usia 24-72 bulan dianjurkan tiap 6 bulan. Kebutuhan anak diatas 6 bulan sudah tidak tercukupi lagi dari ASI, sehingga anak harus diberikan makanan pendamping ASI (MPASI). MPASI merupakan makanan tambahan yang dapat diberikan kepada bayi setelah menginjak usia enam bulan hingga usia 24 bulan. MPASI yang diberikan harus memenuhi kebutuhan protein serta mikronutrien anak. Berdasarkan pemberian Makanan Pendamping ASI yang diterbitkan oleh IDAI tahun 2018, IDAI merekomendasikan 4 syarat yang harus dipenuhi dalam pemberian MPASI. Kegiatan ini menggunakan metode penyuluhan kepada ibu yang memiliki bayi dan balita di Posyandu RT.3 RW. 8 Desa Kebondowo Kecamatan Banyubiru Kabupaten Semarang pada 6 November 2024. Dihadiri oleh 15 orang ibu yang memiliki bayi/balita, 2 orang ibu hamil, serta kader, dan bidan wilayah setempat. Penyuluhan menggunakan media lembar balik, kegiatan ini menggunakan pretest dan post test untuk mengukur adanya peningkatan pengetahuan ibu balita. Hasil post test menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan ibu balita setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang MP ASI. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah meningkatnya pengetahuan ibu balita tentang pemberian MPASI.

---

### **Pendahuluan**

Pemantauan tumbuh kembang anak pada 1000 hari pertama kehidupan sangat penting karena pertumbuhan dan perkembangan pada usia ini sangat pesat. 1000 hari pertama kehidupan yaitu mulai dari pembuahan di dalam rahim ibu sampai anak berusia 2 tahun. Pada waktu ini terjadi perkebangn yang sangat pesat baik dari segi fisik maupun otak anak. Perkembangan otak yang sangat pesat pada usia di bawah 2 tahun ini disebut periode kritis perkembangan, dan merupakan waktu yang tepat untuk melakukan pemulihan, bila ada gangguan perkembangan. Skrining tumbuh kembang untuk bayi dianjurkan tiap bulan, anak usia 12-24 bulan dianjurkan tiap 3 bulan, dan anak usia 24-72 bulan dianjurkan tiap 6 bulan. Kebutuhan anak diatas 6 bulan sudah tidak tercukupi lagi dari ASI, sehingga anak harus diberikan makanan pendamping ASI (MPASI). MPASI merupakan makanan tambahan yang dapat diberikan kepada bayi setelah menginjak usia enam bulan hingga usia 24 bulan. MPASI yang diberikan harus memenuhi kebutuhan protein serta mikronutrien anak (IDAI, 2018).

Berdasarkan pemberian Makanan Pendamping ASI yang diterbitkan oleh IDAI tahun 2018, IDAI merekomendasikan 4 syarat yang harus dipenuhi dalam pemberian MPASI, yaitu: tepat waktu, yaitu MPASI diberikan ketika ASI saja tidak bisa mencukupi kebutuhan bayi (usia bayi sekitar 6 bulan); Adekuat, yaitu MPASI yang diberikan

memenuhi kebutuhan energi, protein serta mikronutrien bayi sesuai dengan usianya; Aman dan higienis, yaitu proses persiapan, pembuatan, pelaksanaan serta penyimpanan MPASI dilakukan secara aman dan higienis; Diberikan secara responsif, yaitu pemberian MPASI disesuaikan dengan sinyal lapar dan kenyang seorang anak. Pola pemberian MPASI yang tidak tepat dapat menyebabkan malnutrisi pada anak.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Norlina (2024) terdapat pengaruh penyuluhan MP ASI terhadap pengetahuan ibu yang memiliki bayi 0-1 tahun dengan hasil p value 0,000 (Norlina & Anjani, 2024). Pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Alexandra (2023) menunjukkan hasil bahwa terdapat peningkatan skor post test setelah dilakukan pelatihan dan pengolahan MP ASI lokal untuk optimalisasi tumbuh kembang balita di Kecamatan Penarung (Alexandra et al., 2023)

Wilayah RT.3 RW.8 Desa Kebondowo, Kecamatan Banyubiru, Kabupaten Semarang merupakan salah satu wilayah Kecamatan Banyubiru yang berdasarkan hasil survey sebelumnya sebagian besar ibu belum memiliki pengetahuan yang cukup mengenai pemberian MPASI yang tepat dan adekuat terhadap anak. Mengingat pentingnya pengetahuan mengenai pemberian MPASI pada tumbuh kembang serta nutrisi anak, maka perlu dilakukan penyuluhan kepada pada ibu yang memiliki bayi dan balita pada fase MPASI untuk menambah pengetahuan ibu mengenai MPASI dan mencegah segala akibat buruk dari ketidaktepatan pemberian MPASI.

### **Metode**

Kegiatan ini menggunakan metode penyuluhan kepada ibu yang memiliki bayi dan balita yang di lakukan di Posyandu RT.3 RW. 8 Desa Kebondowo Kecamatan Banyubiru Kabupaten Semarang pada 6 November 2024. Kegiatan ini dihadiri oleh 15 orang ibu yang memiliki bayi/balita, 2 orang ibu hamil, serta kader, dan bidan wilayah setempat. Penyuluhan menggunakan media lembar balik, sebelum dilakukan penyuluhan peserta diberikan pretest terlebih dahulu kemudian setelah selesai penyuluhan peserta diberikan post test kemudian diukur untuk mengetahui peningkatan pengetahuan ibu balita.

### **Hasil dan Pembahasan**

Materi yang diberikan adalah seputar pemberian makanan pendamping ASI yang tepat dan adekuat berdasarkan panduan dari IDAI (IkatanDokter Anak Indonesia). Dari hasil survey sebelumnya didapatkan hasil bahwa sebagian besar ibu belum mengetahui cara dan komposisi MP ASI yang tepat untuk diberikan kepada balitanya sehingga terjadi ketidaktepatan dalam pemberian MP ASI baik dari segi cara pemberian maupun komposisi MP ASI. Penyuluhan dimulai dengan tanya jawab seputar pemberian MP ASI 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 MP ASI. Sebagian ibu memberikan MP ASI terfortifikasi untuk anaknya dan ada juga yang memberikan MP ASI rumahan. Pada pemberian MP ASI 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. Proses penyuluhan MPASI

Kegiatan pendidikan kesehatan tentang MPASI diawali dengan pre test untuk mengetahui pengetahuan ibu balita sebelum diberikan penyuluhan dilanjutkan dengan pemaparan materi MPASI pada ibu balita dengan media lembar balik dan leaflet serta diskusi, setelah itu dilaksanakan post test untuk mengetahui peningkatan pengetahuan ibu balita setelah diberikan pemaparan materi mengenai MPASI pada ibu balita.

Penyampaian materi dilakukan dengan teknik diskusi secara kelompok dalam satu ruangan, dimana metode ini melibatkan peserta secara aktif dalam proses penyuluhan. Pendidikan kesehatan tidak hanya sekedar memberikan informasi kepada masyarakat melalui penyuluhan. Definisi pendidikan kesehatan menunjukkan bahwa pengalaman pembelajaran meliputi berbagai macam pengalaman individu yang harus dipertimbangkan untuk memfasilitasi perubahan perilaku yang diinginkan (Dwi & Surya, 2020).

Metode pendidikan kesehatan pada dasarnya merupakan pendekatan yang digunakan dalam proses pendidikan untuk menyampaikan pesan kepada sasaran pendidikan kesehatan yaitu pada individu, kelompok atau keluarga, dan masyarakat. Salah satu metode dalam memberikan penyuluhan adalah dengan metode ceramah, metode ini digunakan jika berada dalam kondisi seperti waktu penyampaian informasi yang terbatas, orang yang mendengarkan sudah termotivasi, pembicara menggunakan gambar atau lembar balik (Aji et al., 2023). Proses penyampaian materi dibantu menggunakan media dengan harapan dapat membantu proses penyampaian pesan sehingga lebih mudah dipahami oleh ibu balita. Materi penyuluhan menggunakan bahasa yang disesuaikan dengan sasaran penyuluhan sehingga pesan yang disampaikan dapat dipahami dan dimengerti. Selain itu, alat bantu atau alat yang digunakan saat penyuluhan sangat berperan dalam tersampainya materi. Alat bantu atau alat yang digunakan saat penyuluhan sangat berperan dalam tersampainya materi.

Tabel hasil nilai pre test dan post test sebagai berikut:

	<b>Mean</b>	<b>Median</b>	<b>Minimal</b>	<b>Maksimal</b>
Pre test	59,3	60	50	70
Post test	94,7	95	90	100

Hasil pretest ibu balita didapatkan nilai terendah adalah 50 dan nilai tertingginya 70, sementara nilai rata-rata adalah 59,3. Hal ini menunjukkan masih kurangnya pengetahuan ibu balita tentang MP ASI pada balita. Hal ini disebabkan karena kurangnya

informasi yang didapatkan ibu balita baik dari media elektronik maupun dari kader setempat. Menurut Mubarak (2011) pengetahuan adalah kesan didalam pikiran manusia sebagai hasil penggunaan panca inderanya. Pada dasarnya pengetahuan akan terus bertambah dan bervariasi sesuai dengan proses pengalaman manusia yang dialami.

Hasil post test didapatkan nilai terendah 90 dan nilai tertinggi adalah 100 dan nilai rata-rata 95,7. Hasil ini menunjukkan bahwa pemberian informasi sangat bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan. Hal ini menunjukkan bahwa informasi memang sangat diperlukan untuk peningkatan pengetahuan ibu balita tentang MPASI yang meliputi jenis, komposisi, cara penyimpanan, dan cara pemberian MPASI bagi balita. Menurut Notoatmojo (2012) bahwa penyuluhan kesehatan diharapkan pengetahuan dapat berpengaruh terhadap perilaku dan agar penyuluhan mencapai optimal dengan adanya masukan, materi yang sesuai sasaran kemudian alat bantu yang sesuai akan membantu kelancaran hasil yang lebih baik setelah penyuluhan. Selain itu dengan adanya pengalaman seseorang yang dapat memperluas informasi baik melalui hubungan sosial dalam berinteraksi secara kontinyu akan lebih besar terpapar informasi serta adanya paparan media cetak maupun elektronik, sehingga memberikan respon positif maupun negatif pada seseorang yang bisa mempengaruhi tingkat pengetahuan.

Tabel 3 Distribusi frekuensi jawaban sebelum diberi penyuluhan

No	Pertanyaan	Jawaban Benar %	Jawaban Salah %	Total %
1	Umur bayi diberikan MP ASI	100	0	100
2	Tekstur MPASI untuk bayi 7 bulan	40	60	100
3	Tekstur makanan lunak	80	20	100
4	Makanan selingan	70	30	100
5	Olahan buah yang tepat dikonsumsi balita 6-12 bulan	30	70	100
6	Jenis makanan pabrikan yang disarankan sebagai MP ASI	10	90	100
7	Makanan yang mengandung tinggi protein	100	0	100
8	Komposisi MP ASI pada balita usia 9-11 bulan	50	50	100
9	Suhu penyimpanan MP ASI di lemari es	0	100	100
10	Frekuensi pemberian MPASI pada bayi 9-12 bulan	100	0	100

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner pretest menunjukkan masih kurangnya pengetahuan pada pertanyaan no 2 “tekstur MPASI bayi 7 bulan”, pertanyaan no 5 “olahan buah yang tepat dikonsumsi balita 6-12 bulan”, pertanyaan no 6 “Jenis makanan pabrikan yang disarankan sebagai MPASI”, pertanyaan no 8 “Komposisi MPASI pada balita usia 9-11 bulan”, dan pertanyaan no. 9 “suhu penyimpanan MPASI di lemari es”. Berdasarkan hasil tersebut dapat diartikan bahwa sebagian besar ibu balita belum mengetahui tentang tekstur MPASI, olahan buah yang tepat dikonsumsi balita 6-12 bulan, jenis makanan pabrikan yang disarankan sebagai MP ASI, jenis makanan pabrikan yang disarankan sebagai MP ASI, komposisi MP ASI pada balita usia 9-11 bulan, dan suhu penyimpanan MP ASI di lemari es. Pengetahuan ibu yang kurang ini merupakan bukti bahwa ibu mungkin kurang terpapar dengan informasi mengenai MP ASI. Oleh karena itu maka promosi kesehatan merupakan salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan pada ibu. Promosi kesehatan tentang MP ASI dapat diberikan oleh tenaga kesehatan sebagai upaya mencegah terjadinya stunting karena MP ASI yang kurang tepat. Melalui peningkatan pengetahuan diharapkan dapat membawa perubahan perilaku kesehatan pada ibu maupun keluarganya (Indrawati et al, 2016).

Tabel 2 Distribusi frekuensi jawaban sesudah diberi penyuluhan

No	Pertanyaan	Jawaban Benar %	Jawaban Salah %	Total %
1	Umur bayi diberikan MP ASI	100	0	100
2	Tekstur MPASI untuk bayi 7 bulan	80	20	100
3	Tekstur makanan lunak	90	10	100
4	Makanan selingan	90		100
5	Olahan buah yang tepat dikonsumsi balita 6-12 bulan	70	30	100
6	Jenis makanan pabrikan yang disarankan sebagai MP ASI	100	0	100
7	Makanan yang mengandung tinggi protein	90	10	100
8	Komposisi MP ASI pada balita usia 9-11 bulan	100	0	100
9	Suhu penyimpanan MP ASI di lemari es	100	0	100
9	Komposisi MP ASI pada balita usia 9-11 bulan	100	0	100
10	Frekuensi pemberian MPASI pada bayi 9-12 bulan	100	0	100

Setelah diberikan penyuluhan kesehatan tentang MP ASI balita terdapat peningkatan pengetahuan pada responden yang dapat dilihat dari pengisian kuesioner pada soal nomor 2 (80%) “tentang tekstur MP ASI bayi 7 bulan”, 5 (70%) “tentang olahan buah yang tepat dikonsumsi balita 6-12 bulan”, 6 (100%) “tentang jenis makanan pabrikan yang disarankan sebagai MP ASI”, 8(100%) “tentang komposisi MP ASI pada balita usia 9-11 bulan”, 9 (100%) “tentang komposisi MP ASI pada balita usia 9-11 bulan”. Dari keempat pertanyaan tersebut semua responden menjawab dengan benar 2 soal dan menjawab dan 2 pertanyaan lainnya terdapat peningkatan pengetahuan dari ibu balita. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan pada responden terkait MP ASI pada balita. Penelitian yang dilakukan oleh Arfiah (2022) menunjukkan bahwa ada pengaruh penyuluhan tentang Makanan Pendamping ASI (MP ASI) 4 bintang terhadap pengetahuan ibu yang memiliki anak 6-24 bulan di wilayah kerja Puskesmas Kinovaro Kabupaten Sigi (Arfiah, 2022).

Kegiatan evaluasi dilakukan langsung setelah pelaksanaan post test dengan memberitahu ibu hasil dari post test bahwa terjadi peningkatan pengetahuan ibu balita setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang MP ASI pada balita.

### Simpulan dan Saran

Kesimpulan dari kegiatan ini adalah meningkatnya pengetahuan ibu balita tentang pemberian MPASI. Diharapkan setelah penyuluhan ini ibu balita dapat memberikan MPASI secara tepat dan adekuat sehingga masalah-masalah akibat ketidaktepatan pemberian MPASI dapat dihindari.

### Ucapan Terima Kasih

Terimakasih kami ucapkan kepada pembimbing dan Kaprodi Universitas Ngudi Waluyo, Bidan Desa Kebondowo beserta kader Posyandu, dan peserta penyuluhan yang telah membantu proses pengabdian kepada masyarakat ini.

### Daftar Pustaka

- Aji, S. P., Nugroho, F. S., & Rahardjo, B. (2023). *Promosi dan Pendidikan Kesehatan Di Masyarakat*. PT. Global Eksekutif Teknologi.
- Alexandra, F. D., Augustina, I., & Frethernety, A. (2023). Pemberdayaan Ibu Dalam Pengolahan Dan Pemasaran MPASI Lokal Untuk Optimalisasi Tumbuh Kembang Balita Di Kelurahan Panarung. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 78–84. <https://doi.org/10.35311/jmpm.v4i1.158>
- Arfiah. (2022). Pengaruh Penyuluhan MPASI 4 Bintang Terhadap Pengetahuan Ibu yang Memiliki Anak 6-24 Bulan. *Media Bina Ilmiah*, 16(9), 7413–7419.
- Dwi, W., & Surya, D. (2020). *Promosi dan Advokasi Kesehatan*. Deepublish.
- IDAI. (2018, March 17). *Pentingnya Pemantauan Tumbuh Kembang 1000 Hari Pertama Kehidupan Anak*. Ikatan Dokter Anak Indonesia.
- Norlina, S., & Anjani, I. D. (2024). Pengaruh penyuluhan MPASI terhadap pengetahuan ibu yang memiliki bayi 0-1 tahun. *Journal of Health Research Science*, 4(02), 291–297. <https://doi.org/10.34305/jhrs.v4i2.1376>