

Penguatan Pengetahuan tentang Komposisi dan Tekstur MP ASI bagi Ibu

Uswatun Hasanah¹, Gladeva Yugi Antari²

¹ Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu; ocetuswatun@gmail.com

² Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu; gladevaantari@gmail.com

ARTICLE INFO

Article history:

Received 2024-11-20

Revised 2024-11-25

Accepted 2024-12-04

ABSTRAK

Masalah gizi kurang pada bayi, terutama terkait pemberian makanan pendamping ASI (MP ASI), masih menjadi tantangan di banyak daerah, termasuk di Pringgarata, Kabupaten Lombok Tengah. Pengetahuan ibu mengenai komposisi dan tekstur MP ASI yang sesuai dengan usia bayi sangat penting untuk mencegah masalah gizi seperti stunting dan gizi buruk. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu mengenai komposisi dan tekstur MP ASI melalui pelatihan interaktif. Metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan desain partisipatif, yang melibatkan 20 ibu dengan bayi di bawah usia 12 bulan di wilayah Pringgarata. Kegiatan meliputi penyuluhan dengan media leaflet, demonstrasi pembuatan MP ASI, serta diskusi kelompok. Evaluasi dilakukan dengan menggunakan kuis pre-test dan post-test, wawancara, serta observasi langsung terhadap perubahan perilaku pemberian MP ASI. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu sebesar 25% setelah pelatihan, serta perubahan perilaku yang positif dalam pemberian MP ASI sesuai usia bayi. Kesimpulannya, pelatihan berbasis komunitas dapat efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam pemberian MP ASI yang sesuai, sehingga dapat menurunkan risiko gizi kurang pada bayi di daerah dengan keterbatasan informasi kesehatan. Kata kunci: MP ASI, pengetahuan ibu, gizi bayi, pelatihan berbasis komunitas.

ABSTRACT

Malnutrition issues in infants, particularly related to complementary feeding (MP ASI), remain a challenge in many areas, including Pringgarata, Central Lombok Regency. Maternal knowledge about the composition and texture of MP ASI suitable for a baby's age is crucial to prevent nutritional problems such as stunting and malnutrition. This community service aims to enhance maternal knowledge regarding the composition and texture of MP ASI through interactive training. The method used is a qualitative approach with a participatory design, involving 20 mothers with infants under 12 months old in the Pringgarata area. Activities included education using leaflets, demonstrations on preparing MP ASI, and group discussions. Evaluation was carried out using pre-test and post-test questionnaires, interviews, and direct observation of changes in MP

ASI feeding behavior. Results showed a 25% increase in maternal knowledge after the training, along with positive behavioral changes in providing MP ASI according to the baby's age. In conclusion, community-based training can effectively improve maternal knowledge and skills in providing age-appropriate MP ASI, thereby reducing the risk of malnutrition in infants in areas with limited health information access.

Keywords: MP ASI, maternal knowledge, infant nutrition, community-based training,

This is an open access article under the [CC BY](#) license.



Corresponding Author:

Uswatun Hasanah

Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu; komangswasti79@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Masalah gizi kurang pada bayi di seluruh dunia, terutama di negara berkembang, masih menjadi tantangan besar yang memengaruhi kesehatan dan perkembangan anak. Menurut data dari UNICEF dan WHO, lebih dari 144 juta anak di bawah usia lima tahun mengalami stunting, dan mayoritas berasal dari negara berkembang (UNICEF, 2022). Bayi yang mengalami gizi kurang pada 1000 hari pertama kehidupannya, periode yang sangat krusial untuk perkembangan fisik dan mental, berisiko lebih tinggi mengalami kematian, gangguan pertumbuhan, serta kemampuan kognitif yang terhambat. Hal ini sejalan dengan konsep "1000 hari pertama kehidupan" yang ditekankan oleh WHO dan UNICEF, yang menganggap periode ini sebagai fondasi untuk masa depan kesehatan, kemampuan belajar, dan produktivitas anak (Firnanda et al., 2021).

Di Indonesia, masalah gizi kurang pada bayi dan balita masih menjadi isu kesehatan utama. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi stunting pada balita mencapai 30,8%, sedangkan prevalensi wasting atau berat badan rendah sebesar 10,2%. Meskipun berbagai program gizi telah dilaksanakan, prevalensi masalah gizi pada anak tetap tinggi dan memerlukan perhatian yang lebih mendalam (Riskesdas, 2018). Faktor penyebab utama yang ditemukan antara lain adalah rendahnya tingkat pendidikan ibu, kurangnya akses terhadap layanan kesehatan, serta minimnya pengetahuan masyarakat mengenai pola asuh dan pemberian makanan yang tepat bagi bayi.

Permasalahan ini juga tercermin di Kabupaten Lombok Tengah, khususnya di Pringgarata, di mana data Dinas Kesehatan Kabupaten Lombok Tengah tahun 2020 menunjukkan prevalensi stunting yang masih tinggi, melebihi standar WHO. Penyebab utamanya adalah keterbatasan akses ke fasilitas kesehatan, rendahnya tingkat pendidikan orang tua, serta kesulitan ekonomi yang membatasi pemenuhan gizi yang optimal. Penelitian oleh Mashar et al. (2021) juga mengidentifikasi rendahnya kesadaran orang tua mengenai pola

asuh yang benar dan keterbatasan ekonomi sebagai faktor dominan dalam masalah gizi kurang ini.

Komposisi dan tekstur makanan pendamping ASI (MP ASI) merupakan salah satu aspek penting yang sering kali kurang dipahami oleh ibu-ibu di daerah dengan akses terbatas terhadap informasi kesehatan. Kurangnya pengetahuan tentang pemberian MP ASI yang sesuai dengan usia bayi dapat menyebabkan pemberian makanan yang terlalu dini, tidak sesuai gizi, atau tekstur makanan yang tidak tepat. Hal ini berpotensi memperburuk masalah gizi kurang pada bayi. Oleh karena itu, penguatan pengetahuan ibu mengenai komposisi gizi dan tekstur MP ASI sangat penting untuk mendukung pemberian makanan yang sehat dan bergizi bagi bayi. Teori ekologi Bronfenbrenner menunjukkan bahwa kondisi sosial-ekonomi, seperti pendapatan keluarga dan tingkat pendidikan ibu, memiliki peran penting dalam menentukan status gizi anak. Di Indonesia, banyak ibu yang belum memiliki akses informasi yang memadai tentang MP ASI, yang berakibat pada pemberian makanan yang tidak sesuai kebutuhan gizi bayi (Dharma, 2022). Dalam konteks ini, penguatan pengetahuan tentang komposisi dan tekstur MP ASI melalui pendekatan yang berbasis komunitas dan pemanfaatan teknologi informasi sangat diperlukan.

Urgensi untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang MP ASI sangat tinggi, mengingat dampaknya terhadap perkembangan anak, kesehatan masyarakat, dan ekonomi daerah. Gizi yang buruk pada bayi tidak hanya memengaruhi kondisi kesehatan fisik anak, tetapi juga berpotensi menurunkan kemampuan kognitif, meningkatkan kerentanan terhadap penyakit, serta gangguan pertumbuhan dan perkembangan. Oleh karena itu, penguatan pemahaman ibu tentang komposisi dan tekstur MP ASI diharapkan dapat mengurangi prevalensi masalah gizi pada bayi dan meningkatkan kualitas hidup anak-anak di daerah tersebut.

2. METODE

Metodologi yang digunakan dalam pengabdian ini adalah pendekatan kualitatif dengan desain partisipatif yang berfokus pada pemberdayaan ibu melalui edukasi tentang komposisi dan tekstur makanan pendamping ASI (MP ASI). Pendekatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman ibu terhadap pentingnya pemberian MP ASI yang sehat dan sesuai dengan kebutuhan gizi bayi. Kegiatan pengabdian ini juga menggunakan metode edukasi berbasis komunitas, dengan pemberian pelatihan dan diskusi interaktif agar ibu-ibu di komunitas dapat langsung mengaplikasikan pengetahuan yang diperoleh. Subjek dalam pengabdian ini adalah ibu-ibu yang memiliki bayi di bawah usia 12 bulan, terutama yang tinggal di daerah Pringgarata, Kabupaten Lombok Tengah. Pemilihan subjek dilakukan berdasarkan pertimbangan bahwa ibu dengan bayi di usia tersebut memerlukan pengetahuan yang tepat mengenai pemberian MP ASI. Selain itu, ibu yang tinggal di daerah dengan keterbatasan akses informasi kesehatan menjadi target utama untuk penguatan pengetahuan.

a. Prosedur Pelaksanaan Penelitian:

1) **Persiapan:**

a) Identifikasi ibu-ibu dengan bayi di bawah usia 12 bulan di wilayah Pringgarata.

- b) Pembentukan kelompok sasaran yang terdiri dari ibu-ibu yang bersedia mengikuti program pelatihan.
 - c) Penyusunan materi edukasi tentang komposisi gizi dan tekstur MP ASI sesuai dengan usia bayi.
- 2) Pelaksanaan Edukasi:**
- a) Pelatihan interaktif yang mencakup teori dan praktik mengenai komposisi dan tekstur MP ASI yang tepat.
 - b) Penyuluhan melalui media leaflet dan demonstrasi pembuatan MP ASI dengan tekstur yang sesuai usia bayi.
 - c) Diskusi kelompok untuk menilai pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan.
- 3) Evaluasi:**
- a) Penilaian pemahaman peserta melalui kuis atau wawancara singkat di akhir pelatihan untuk mengukur perubahan pengetahuan ibu.
 - b) Observasi langsung terhadap perubahan perilaku pemberian MP ASI setelah program pelatihan
- b. Penggunaan Bahan dan Instrumen:
- 1) Bahan:
 - a) Materi edukasi dalam bentuk leaflet yang memuat informasi tentang komposisi gizi dan tekstur MP ASI yang sesuai dengan usia bayi.
 - b) Alat peraga untuk demonstrasi, seperti alat untuk membuat makanan pendamping ASI (misalnya blender, saringan, dan bahan makanan).
 - 2) Instrumen:
 - a) Kuesioner untuk mengukur pengetahuan ibu sebelum dan setelah pelatihan.
 - b) Panduan wawancara untuk mengevaluasi perubahan perilaku pemberian MP ASI oleh ibu.
 - c) Formulir observasi untuk menilai penerapan pengetahuan dalam kehidupan sehari-hari.
- c. Pengumpulan Data:
- Pengumpulan data dilakukan melalui metode berikut:
- 1. Kuesioner:

Kuesioner pre-test dan post-test untuk mengukur pengetahuan ibu mengenai komposisi gizi dan tekstur MP ASI sebelum dan setelah pelatihan.
 - 2. Wawancara:

Wawancara semi-terstruktur dengan ibu-ibu peserta untuk mendalami pemahaman mereka mengenai materi yang diberikan dan bagaimana mereka mengaplikasikannya dalam pemberian MP ASI.
 - 3. Observasi:

Observasi langsung terhadap ibu yang sudah mengikuti pelatihan, untuk melihat

apakah ada perubahan dalam pemberian MP ASI kepada bayi mereka setelah mendapatkan pelatihan.

d. Teknik Analisis:

Data yang terkumpul akan dianalisis secara deskriptif dengan pendekatan kualitatif untuk mengevaluasi tingkat pemahaman ibu mengenai komposisi dan tekstur MP ASI. Teknik analisis yang digunakan adalah: Analisis wawancara dilakukan dengan mengkategorikan respon ibu mengenai pengetahuan mereka tentang MP ASI, serta perubahan perilaku yang terjadi setelah pelatihan. Perbedaan hasil kuesioner sebelum dan setelah pelatihan akan dianalisis untuk mengukur peningkatan pengetahuan ibu terkait komposisi dan tekstur MP ASI. Perubahan dalam perilaku pemberian MP ASI akan dianalisis berdasarkan observasi yang dilakukan selama kegiatan pengabdian dan tindak lanjut.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

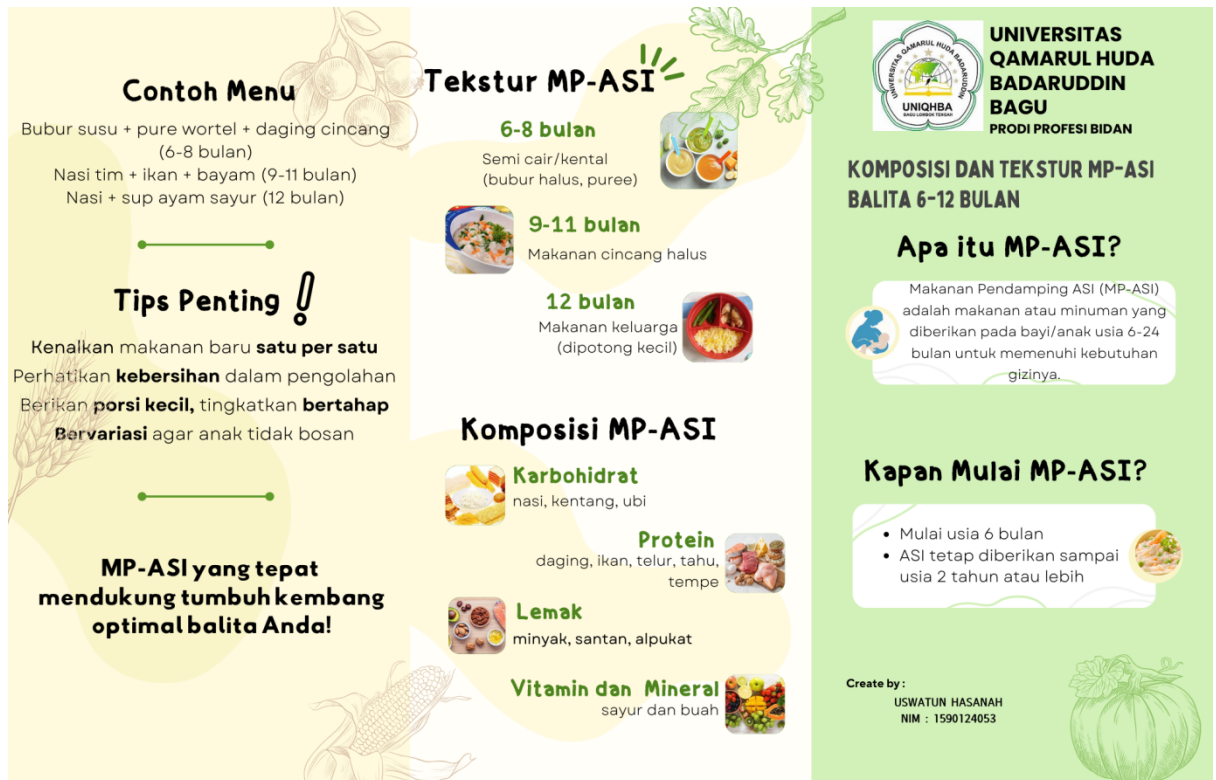
a. Hasil Pengabdian:

Pelaksanaan pengabdian terlaksana sesuai dengan yang dijadwalkan yaitu dari tanggal 20 sampai 25 November 2024 dan dilaksanakan di Puskesmas Pringgarata dengan proses berikut :

1) Tahap persiapan:

Tahap persiapan dilakukan pada tanggal 20 sampai 21 November 2024, kegiatan pengabdian dimulai dengan identifikasi ibu-ibu yang memiliki bayi di bawah usia 12 bulan di wilayah Puskesmas Pringgarata, Kabupaten Lombok Tengah. Proses ini dilakukan bekerja sama dengan posyandu setempat dan pengumpulan data dari petugas kesehatan yang memiliki catatan mengenai ibu-ibu yang memenuhi kriteria. Berdasarkan data yang diperoleh, sebanyak 20 ibu yang memiliki bayi di bawah usia 12 bulan diidentifikasi sebagai peserta yang memenuhi syarat untuk mengikuti pengabdian.

Selanjutnya, kelompok sasaran dibentuk dengan melibatkan ibu-ibu yang bersedia mengikuti program ini. Setelah diberikan informasi mengenai tujuan dan manfaat program, 20 ibu menyatakan kesediaannya untuk berpartisipasi dalam pelatihan. Kelompok ini terdiri dari ibu-ibu dengan berbagai latar belakang pendidikan dan tingkat pemahaman yang berbeda-beda mengenai pemberian makanan pendamping ASI (MP ASI).



Gambar 1 : Leaflet penyuluhan

2) Tahap Edukasi:

Pada tanggal 25 November 2024, dilakukan pelatihan dari pukul 09.00 sampai 12.00 WITA dalam bentuk sesi interaktif yang melibatkan teori dan praktik. Pelatihan dimulai dengan penjelasan mengenai pentingnya pemberian makanan pendamping ASI yang bergizi, diikuti dengan penyuluhan tentang komposisi gizi yang tepat untuk bayi pada usia tertentu. Penggunaan leaflet edukasi yang berisi informasi penting mengenai MP ASI menjadi alat bantu utama untuk memudahkan pemahaman peserta.

Selanjutnya, sesi praktik dilakukan dengan demonstrasi pembuatan MP ASI. Ibu-ibu diajarkan cara membuat makanan pendamping yang mudah disiapkan di rumah dengan tekstur yang sesuai untuk usia bayi mereka. Demonstrasi meliputi pembuatan puree dari buah dan sayuran serta teknik penghalusan makanan dengan blender agar teksturnya sesuai dengan kemampuan bayi dalam mengunyah dan menelan.

Setelah sesi teori dan praktik, kegiatan dilanjutkan dengan diskusi kelompok untuk menilai pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan. Diskusi ini juga memberikan kesempatan bagi ibu-ibu untuk berbagi pengalaman dan kendala yang mereka hadapi dalam pemberian MP ASI. Para peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam berbagi pengalaman dan bertanya tentang berbagai hal terkait pemberian makanan yang sesuai untuk bayi mereka.



Gambar 2 : Proses Penyuluhan

3) Tahap evaluasi

Evaluasi dilakukan dengan dua metode utama: kuis dan observasi perubahan perilaku. Dengan hasil evaluasi sebagai berikut:

Aspek Evaluasi	Metode Evaluasi	Hasil
Peningkatan Pengetahuan	Kuis dan wawancara singkat	Rata-rata skor peserta meningkat dari 60% (sebelum pelatihan) menjadi 85% (setelah pelatihan).
Pemahaman tentang Komposisi Gizi	Wawancara peserta	Ibu-ibu lebih memahami pentingnya komposisi gizi dalam MP ASI dan cara menyesuaikan dengan usia bayi.
Pemahaman tentang Tekstur MP ASI	Wawancara dan diskusi kelompok	Ibu-ibu mengetahui cara membuat MP ASI dengan tekstur yang sesuai untuk usia bayi mereka.
Perubahan Perilaku Pemberian MP ASI	Observasi langsung pasca-pelatihan	Ibu-ibu lebih berhati-hati dalam memilih bahan makanan dan lebih konsisten dalam memperhatikan tekstur makanan.
Kepercayaan Diri dalam Pemberian MP ASI	Observasi dan wawancara	Ibu-ibu merasa lebih percaya diri dalam memperkenalkan MP ASI pada usia yang tepat dan sesuai dengan kebutuhan bayi.

b. Pembahasan

Tujuan utama dari pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang komposisi dan tekstur makanan pendamping ASI (MP ASI) yang sesuai dengan usia bayi. Hasil dari kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa tujuan tersebut tercapai dengan baik. Berdasarkan hasil evaluasi kuis dan wawancara, rata-rata skor pengetahuan peserta meningkat secara signifikan dari 60% sebelum pelatihan menjadi 85% setelah pelatihan. Hal ini menunjukkan bahwa ibu-ibu di wilayah Pringgarata, yang sebelumnya mungkin kurang

memahami pentingnya pemberian MP ASI yang sesuai dengan usia bayi, kini memiliki pengetahuan yang lebih baik mengenai hal tersebut.

Pemberian materi edukasi melalui pendekatan interaktif dan berbasis komunitas terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta. Dalam sesi diskusi, ibu-ibu juga dapat mengemukakan pertanyaan dan berbagi pengalaman, yang memperkuat pemahaman mereka tentang pentingnya komposisi gizi yang tepat dalam MP ASI. Oleh karena itu, hasil yang diperoleh mendukung hipotesis bahwa pemberdayaan ibu melalui pelatihan berbasis komunitas dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mereka dalam memberikan MP ASI yang sesuai dengan kebutuhan bayi.

Secara ilmiah, hasil yang diperoleh mendukung pentingnya pendekatan pendidikan berbasis komunitas dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi bayi. Penelitian sebelumnya, seperti yang dilakukan oleh Ekayanti & Mutmainah (2024), menunjukkan bahwa kurangnya pengetahuan ibu mengenai pemberian MP ASI yang tepat berkontribusi terhadap masalah gizi pada bayi. Dalam pengabdian ini, peningkatan pengetahuan ibu melalui pelatihan yang sistematis dan interaktif berpotensi mengurangi angka gizi kurang dan stunting pada bayi.

Selain itu, hasil observasi yang menunjukkan perubahan perilaku pemberian MP ASI juga sejalan dengan teori perubahan perilaku kesehatan, yang menyatakan bahwa pendidikan yang tepat dapat mengubah pengetahuan dan akhirnya mengubah perilaku individu (Dharma, 2022). Ibu-ibu yang mengikuti pelatihan ini dilaporkan lebih berhati-hati dalam memilih bahan makanan dan lebih cermat dalam memperhatikan tekstur makanan yang diberikan kepada bayi mereka.

Hasil pengabdian ini konsisten dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menyoroti pentingnya edukasi kepada ibu dalam pemberian MP ASI yang sesuai dengan usia bayi. Misalnya, penelitian oleh Herlambang et al. (2021) menunjukkan bahwa salah satu faktor utama masalah gizi kurang pada bayi adalah kurangnya pengetahuan ibu mengenai pola asuh yang tepat, termasuk pemberian MP ASI.

Di sisi lain, meskipun hasil pengabdian ini sejalan dengan penelitian-penelitian tersebut, terdapat perbedaan dalam konteks pelaksanaan. Sebagian besar penelitian di Indonesia berfokus pada pemberian MP ASI di wilayah perkotaan atau daerah dengan akses informasi yang lebih baik. Sedangkan dalam pengabdian ini, fokus dilakukan pada daerah pedesaan yang memiliki keterbatasan akses informasi. Oleh karena itu, hasil yang dicapai dalam pengabdian ini, yang menunjukkan peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku di daerah tersebut, memberikan kontribusi tambahan dalam memperkaya literatur tentang pemberdayaan ibu di daerah dengan keterbatasan akses informasi.

Walaupun pengabdian ini menunjukkan hasil yang positif, ada perbedaan signifikan dengan beberapa penelitian lain yang menyarankan penggunaan teknologi digital atau media sosial dalam memberikan edukasi gizi. Dalam pengabdian ini, pendekatan yang lebih konvensional dengan menggunakan media leaflet dan alat peraga dalam pelatihan tatap muka lebih mendominasi. Keberhasilan metode ini di Pringgarata menunjukkan bahwa pendekatan langsung dan sederhana dapat lebih efektif diterima di komunitas yang memiliki keterbatasan dalam hal akses teknologi.

4. KESIMPULAN

Secara keseluruhan, hasil pengabdian ini menunjukkan bahwa metode yang digunakan, yaitu pelatihan interaktif dan pemberian edukasi berbasis komunitas, berhasil meningkatkan pengetahuan ibu-ibu tentang komposisi dan tekstur MP ASI yang sesuai dengan usia bayi. Peningkatan pengetahuan ini sejalan dengan perubahan perilaku yang positif dalam pemberian MP ASI. Hasil ini memberikan bukti bahwa pengabdian masyarakat yang melibatkan pendidikan berbasis komunitas dapat memiliki dampak yang signifikan dalam meningkatkan kualitas gizi pada bayi, terutama di daerah dengan keterbatasan akses informasi kesehatan.

REFERENCES

- Dharma, D. S. A. (2022). Membaca Peran Teori Ekologi Bronfenbrenner dalam menciptakan Lingkungan Inklusif di Sekolah. *Special and Inclusive Education Journal*, 3(2), 115–123.
- Ekayanti, & Mutmainah. (2024). Analisis Kehamilan Resiko 4t Pada Ibu Hamil Di Desa Pasirgintung Kecamatan Cikulur Kabupaten Lebak Tahun 2023. *Bina Generasi; Jurnal Kesehatan*, 2(12), 58–70. <https://ejurnal.biges.ac.id/index.php/kesehatan/article/view/171/115>
- Firnanda, J. H. E., Prasetyo, B., Etika, R., & Lestari, P. (2021). Effects of Family Support and Maternal Psychological on Exclusive Breastfeeding. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 4(1), 33–39. <https://doi.org/10.20473/imhsj.v4i1.2020.33-39>
- Herlambang, A., Wandini, R., & Setiawati, S. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Balita Di Puskesmas Krui Kabupaten Pesisir Barat. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 7(4), 673–680. <https://doi.org/10.33024/jkm.v7i4.4407>
- Mashar, S. A., Suhartono, S., & Budiono, B. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Anak: Studi Literatur. *Jurnal Serambi Engineering*, 6(3), 2076–2084. <https://doi.org/10.32672/jse.v6i3.3119>
- Riskesdas. (2018). *Laporan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia*. Badan Pusat Statistik Indonesia. <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/1/MjExMSMx/laporan-survei-demografi-dan-kesehatan-indonesia.html>