

Memberikan Penyuluhan Pemberian MP-ASI Lokal Pada Ibu Rumah Tangga di Wilayah Desa Penimbung Lombok Barat

Nurwahidah^{1*}, Aulia Alifariani¹, Farida Ariany¹

¹Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Indonesia

Article Information

Article history:

Received Januari 10, 2025

Approved Januari 17, 2025

Keywords:

MP-ASI; Pangan Lokal; Penimbung

ABSTRAK

MP-ASI adalah makanan dan minuman yang diberikan kepada bayi dengan cara yang berbeda selain ASI. Terdapat dua jenis MP-ASI yakni, buatan sendiri dan siap saji. Kuantitas MP-ASI harus cukup dengan kualitas nutrisi yang baik dan seimbang. Menurut *Global Strategy for Infant and Young Child Feeding*, WHO/UNICEF merekomendasikan empat hal penting yang harus dilakukan, yaitu pertama, memberikan air susu ibu kepada bayi segera dalam waktu 30 menit setelah bayi lahir; kedua, memberikan hanya air susu ibu (ASI) saja atau pemberian ASI secara eksklusif sejak lahir sampai bayi berusia 6 bulan; ketiga, memberikan makanan pendamping air susu ibu (MPASI) sejak bayi berusia 6 bulan sampai 24 bulan; dan keempat, meneruskan pemberian ASI sampai anak berusia 24 bulan atau lebih. Rekomendasi tersebut menekankan, secara sosial budaya MPASI hendaknya dibuat dari bahan pangan yang murah dan mudah diperoleh di daerah setempat (*indigenous food*). Pengabdian Kepada Masyarakat ini bertujuan memberikan pengetahuan tentang pentingnya Pemberian MP-ASI Lokal Pada Ibu Rumah Tangga Di wilayah Desa Penimbung Lombok Barat melalui penyuluhan kepada masyarakat. Pelaksanaan kegiatan PKM ini menggunakan pendekatan penyuluhan atau edukasi dengan metode pembelajaran kooperatif yaitu dengan menggunakan metode ceramah dan diskusi. Hasil kegiatan ini memberikan dampak positif bagi mitra yaitu meningkatnya pemahaman mitra tentang pentingnya pemberian MP-ASI lokal.

© 2024 JGEN

*Corresponding author email: nurwahidah@undikma.ac.id

PENDAHULUAN

Masa pertumbuhan pada anak merupakan masa awal dimulainya kehidupan setelah proses melahirkan, maka dari itu masa awal pertumbuhan ini juga memerlukan asupan gizi yang baik agar anak dapat tumbuh dengan sehat. Balita adalah waktu yang tepat untuk perkembangan fisik, mental dan emosional mereka. Balita lebih rentan terhadap masalah gizi karena siklus tumbuh kembangnya membutuhkan zat gizi yang

lebih banyak dibandingkan kelompok usia lainnya. Pertumbuhan anak pada usia dibawah 5 tahun memiliki pengaruh besar dalam pertumbuhannya, karena dalam kurun waktu tersebut balita mulai mengembangkan pertumbuhan otak pada dirinya baik dalam sensor motorik dan juga pertumbuhan sel otak anak (Putri dkk, 2022). Pemberian imunisasi lengkap, asupan pangan bergizi bagi ibu hamil dan menyusui serta pemeriksaan rutin balita di posyandu, maka dilakukanlah upaya pencegahan stunting berupa pengolahan makanan MPASI dengan memanfaatkan pangan hewani dan nabati berbasis sumber daya lokal, seperti ikan dan sayur mayur lokal (Linda dan Warsidah, 2022).

MP-ASI adalah makanan dan minuman yang diberikan kepada bayi dengan cara yang berbeda selain ASI. Terdapat dua jenis MP-ASI yakni, buatan sendiri dan siap saji. Kuantitas MP-ASI harus cukup dengan kualitas nutrisi yang baik dan seimbang (Hidayatullah, 2021). Penggunaan MPASI yang dibuat sendiri juga memiliki berbagai macam alternatif seperti penggunaan bahan makanan alami merupakan salah satu pilihan paling mendukung untuk makanan dengan gizi yang mencukupi. Bila dilihat dari beberapa negara yang juga menggunakan MPASI sebagai salah satu bahan makanan dan juga sumber gizi tambahan untuk bayi mayoritas menggunakan 47% buah dan 42% sayuran sebagai bahan makanan alternatif untuk bayi (Hidayatullah dkk, 2021). Makanan pendamping ASI (MPASI) merupakan makanan yang mudah dikonsumsi dan dicerna oleh bayi dan menyediakan nutrisi tambahan yang memenuhi kebutuhan gizi bayi yang sedang bertumbuh.. MPASI diberikan pada usia 6 bulan, sedangkan makan yang diberikan untuk bayi sejak lahir hingga umur 6 bulan secara eksklusif diberikan Inisiasi Menyusui Dini (IMD), barulah diberikan MPASI serta dilanjutkan menyusui sampai berusia 2 tahun. Pemberian MPASI yang tidak sesuai dapat beresiko (Zahrina dkk, 2023).

Menurut Global Strategy for Infant and Young Child Feeding, WHO/UNICEF merekomendasikan empat hal penting yang harus dilakukan, yaitu pertama, memberikan air susu ibu kepada bayi segera dalam waktu 30 menit setelah bayi lahir; kedua, memberikan hanya air susu ibu (ASI) saja atau pemberian ASI secara eksklusif sejak lahir sampai bayi berusia 6 bulan; ketiga, memberikan makanan pendamping air susu ibu (MPASI) sejak bayi berusia 6 bulan sampai 24 bulan; dan keempat, meneruskan pemberian ASI sampai anak berusia 24 bulan atau lebih. Rekomendasi tersebut menekankan, secara sosial budaya MPASI hendaknya dibuat dari bahan pangan yang murah dan mudah diperoleh di daerah setempat (indigenous food) (Depkes,2006).

Pengabdian Kepada Masyarakat ini bertujuan memberikan pengetahuan tentang pentingnya Pemberian MP-ASI Lokal Pada Ibu Rumah Tangga Di wilayah Desa Penimbung Lombok Barat. Penimbung merupakan salah satu desa yang ada di kecamatan Gunungsari, kabupaten Lombok Barat, provinsi Nusa Tenggara Barat, Indonesia. Desa merupakan satu dari 12 desa dan kelurahan yang berada di kecamatan Gunungsari. Desa ini memiliki jumlah penduduknya sebagian besar bersuku daerah Sasak. Terletak di bagian barat pulau Lombok (Wikipedia, 2012).

METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan PKM ini menggunakan pendekatan penyuluhan atau edukasi dengan metode pembelajaran kooperatif yaitu dengan menggunakan metode ceramah dan diskusi. Agar tujuan kegiatan tercapai maka dilakukan beberapa hal antara lain:

1. Peserta diberikan penyuluhan tentang tujuan dilakukan Memberikan Penyuluhan Pemberian MP-ASI Lokal Pada Ibu Rumah Tangga Di wilayah Desa Penimbung Lombok Barat.
2. Peserta diberikan kesempatan menonton video.
3. Peserta diberikan kesempatan untuk bertanya dan mendiskusikan materi penyuluhan yang sudah diterima. Peserta diberikan waktu untuk tanya jawab untuk memperjelas materi penyuluhan yang sudah diterima.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat telah dilakukan sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan dengan hasil sebagai berikut:

1. Dari hasil survey awal dengan melakukan wawancara yang telah dilakukan oleh tim Pengabdian Kepada Masyarakat diketahui bahwa mitra belum mengetahui tentang Pemberian MP-ASI Lokal Pada Ibu Rumah Tangga sehingga ketika tim PKM bertanya tentang MP-ASI mitra masih tidak bisa menjelaskan.
2. Dilakukan pre dan post test.
3. Kesadaran mitra terutama dalam pemberian MP-ASI masih kurang.
4. Mitra sangat antusias mengikuti jalannya acara sampai selesai. Hal ini terlihat dari kehadiran mitra tepat waktu dan mengikuti acara sampai selesai. Mitra mengajukan banyak pertanyaan. Sebanyak 25 orang mitra hadir pada kegiatan ini.
5. Mitra diberikan pendampingan berupa penyuluhan dan pendampingan.

Dari hasil kegiatan pendampingan dapat diketahui bahwa mitra sangat antusias mengikuti jalannya acara. Dari hasil evaluasi setelah kegiatan penyuluhan selesai dilakukan diketahui lebih dari 80% mitra mengetahui pemberian MP-ASI. Evaluasi kegiatan pengabdian ini mencakup evaluasi penyuluhan. Untuk mengetahui tingkat keberhasilan penyuluhan yang diberikan, sebelum pelaksanaan penyuluhan diberikan pre test terlebih dahulu dan post test dengan tanya jawab serta memberikan beberapa pertanyaan kepada peserta menggunakan lembar pertanyaan dengan pilihan benar dan salah. Kemudian penyuluh memberikan materi tentang pemberian MPASI dan pemanfaatan bahan pangan lokal sebagai sumber MPASI yang tepat. Setelah dilakukan penyuluhan, nilai hasil pengamatan meningkat, yaitu peserta menjadi lebih mengerti tentang MPASI. Selain pre test dan post test, penyuluh juga mengadakan tanya jawab dan diskusi, yang mendapatkan tanggapan yang baik dari peserta. Hal ini membuktikan bahwa penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan kelompok ibu di Desa Penimbung mengenai pemberian MPASI, cara pemberiannya serta pemanfaatan bahan pangan lokal untuk pembuatan MPASI.

KESIMPULAN DAN SARAN

Pendampingan Masyarakat dalam Penyuluhan Pemberian MP-ASI Lokal Pada Ibu Rumah Tangga di wilayah Desa Penimbung Lombok Barat telah terlaksana dengan baik dan memberikan dampak positif bagi mitra yaitu meningkatnya pemahaman mitra tentang pentingnya pemberian MP-ASI lokal.

DAFTAR PUSTAKA

- Depkes. (2006). Pedoman Umum Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI). Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Darmawan., et al. (2015). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dengan Perilaku Pemberian Makanan Pendamping-ASI Yang Tepat Pada Bayi Usia 6-12 Bulan Di Desa Sekarwangi Kabupaten Sumedang. *E – Jurnal Bidan*, 1(2).
- Hidayatullah, R., Rahastiwi, F., Randita, S., Roodoti, K., Salsabila, R., Siti, H., Silmi, Y., Selvi, R., Tania, P., Via, A., Yeni, R., & Evi, M. (2021). Perilaku Pemberian MPASI Dini di Kecamatan Babakan Madang, Kabupaten Bogor. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat*, 1(2).
- Linda, R., Warsidah. (2022). Sosialisasi dan Edukasi Pengolahan Makanan Pendamping ASI untuk Pencegahan Kasus Stunting pada Anak Balita. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara*, 5(4).
- Putri, S. F., Nydia, E. N., Dinda, O. R., Andre, F. R. (2022). Pengenalan Produk Makanan Pendamping Asi (Mipasi) Berbahan Tumbuhan Lokal Upaya Mengurangi Angka Stunting Kabupaten Malang. *Jurnal Graha Pengabdian*, 4(3).
- Wikipedia. (2012).
https://id.wikipedia.org/wiki/Penimbung,_Gunungsari,_Lombok_Barat
- Zahrina, I., Audy, S., Tiara, Y. R., Aulia, N. R., Raisa, N., Farhah, D. A., Riska, N. P., Feby, A., Ikhwanul, H., & Harival, F. (2023). Sosialisasi dan Pembekalan Dasar MPASI Sebagai Upaya Pencegahan Stunting pada Balita di Desa Sungai Lipai, Kampar. Seminar Nasional Pemberdayaan Masyarakat, Pekanbaru.