

Edukasi Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) Sebagai Upaya Peningkatan Daya Tahan Tubuh Balita Selama Pandemi Covid 19 di Posyandu Bunga Tulip

Maula Mar'atus Solikhah¹, Dheny Rohmatika²
Prodi D3 Keperawatan Universitas Kusuma Husada Surakarta
Prodi D3 Kebidanan Universitas Kusuma Husada Surakarta
Email korespondensi : maula.mar'atus@ukh.ac.id

Abstrak

Salah satu upaya pencegahan peularan virus covid 19 pada balita dalah dengan memberi balita makanan yang mengandung nutrisi tinggi hal ini karena nutrisi yang baik dapat meningkatkan daya tahan tubuh untuk melawan infeksi. Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) adalah makanan dan minuman yang mengandung zat gizi yang baik, yang diberikan pada bayi atau anak yang berusia 6-24 bulan guna memenuhi kebutuhan gizi selain dari ASI. Masih terdapat Ibu balita di kelompok Posyandu Bunga Tulip yang belum mengetahui terkait dengan pemberian MP-ASI yang baik dan benar. Oleh karena itu dibutuhkan pemberian informasi kepada ibu terkait dengan MP-ASI. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu dengan balita khususnya yang memiliki anak usia 6-24 tahun tentang pemberian MP-ASI yang baik dan benar. Target kegiatan ini adalah ibu balita posyandu Bunga Tulip. Metode pelaksanaan dengan ceramah dan diskusi secara langsung dengan memperhatikan protokol kesehatan. Pengetahuan ibu balita diukur sebelum dan setelah kegiatan dengan kuesioner pengetahuan tentang MP-ASI. Hasil kegiatan yaitu terdapat peningkatan skor rata-rata pengetahuan ibu balita tentang MP-ASI dari nilai rata-rata 78 menjadi 92. Rekomendasi dari kegiatan ini adalah monitoring dan evaluasi hasil kegiatan ini dengan kerjasama dengan kader dalam implementasi pemberian MP-ASI dengan baik dan benar oleh ibu balita.
Kata Kunci: covid 19, balita, gizi, MP-ASI

Abstract

One of the efforts to prevent the transmission of the Covid 19 virus to toddlers is to provide toddlers with foods that contain high nutrition, this is because good nutrition can increase the body's resistance to fighting infection. Complementary Foods to Breast milk (MP-ASI) are foods and drinks that contain good nutrition, which are given to babies or children aged 6-24 months to meet nutritional needs other than breast milk. There are still mothers under five in the Posyandu Bunga Tulip who do not know about proper and correct complementary feeding. Therefore, it is necessary to provide information to mothers regarding complementary foods. The purpose of this community service activity is to increase the knowledge of mothers with toddlers, especially those with children aged 6-24 years about good and correct complementary feeding. The target of this activity is the mother of toddler in Posyandu Bunga Tulip. The method of implementation is by lecturing and discussing directly with due observance of health protocols The knowledge of mothers under five was measured before and after the activity with a questionnaire on knowledge about complementary foods. The result of this activity is that there is an increase in the average score of maternal knowledge about complementary foods from an average value of 78 to 92. The recommendation of this activity is to monitor and evaluate the results of this activity in collaboration with cadres in implementing complementary foods properly and correctly. by the mother of a toddler

Keywords: covid 19, toddler, nutrition, complementary feeding

1. PENDAHULUAN

Bencana non alam yang disebabkan oleh Corona Virus atau COVID-19 telah berdampak meningkatnya jumlah korban dan kerugian harta benda, meluasnya cakupan wilayah yang terkena bencana, serta menimbulkan implikasi pada aspek sosial ekonomi yang luas di Indonesia. Pemerintah telah menetapkan bencana non alam ini sebagai bencana nasional melalui Keputusan Presiden Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2020 tentang Penetapan Bencana Non Alam Penyebaran Corona Virus Disease 2019 (COVID-19) sebagai Bencana Nasional (Kemenkes RI, 2020).

Virus corona merupakan virus yang dapat menyebabkan gejala penyakit pernafasan mulai dari ringan sampai berat. Penyebaran virus ini sangat cepat dan sudah banyak negara yang mengkonfirmasi warganya terinfeksi Covid 19 termasuk Indonesia. Virus ini juga dapat menyerang kelompok usia balita walaupun mayoritas penderita adalah kelompok dewasa. Walaupun anak-anak memiliki risiko lebih rendah dibandingkan orang dewasa karena anak balita memiliki sistem kekebalan tubuh yang masih berkembang. Akan tetapi kondisi sistem kekebalan tubuh ini perlu dioptimalkan dalam rangka upaya melindungi anak balita dari penularan covid 19 (Astuti, 2020).

Upaya pencegahan terhadap virus covid 19 pada anak dengan cara memberinya makanan yang mengandung nutrisi yang tinggi seperti makanan dengan kandungan beta karoten yaitu wortel dan jeruk yang dipercaya dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh untuk melawan infeksi. Berkaitan dengan hal tersebut ibu balita harus mengetahui tentang Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) yang sehat dan proses pengolahan yang benar demi membangun daya tahan tubuh anak balita yang kuat (Astuti, 2020).

Makanan pendamping air susu ibu (MP-ASI) adalah makanan dan minuman yang mengandung zat gizi, yang diberikan pada bayi atau anak yang berusia 6-24 bulan guna memenuhi kebutuhan gizi selain dari ASI (Depkes RI, 2006). Menurut WHO MP-ASI harus diberikan setelah anak berusia 6 bulan dan berlanjut sampai usia 24 bulan, karena pada masa tersebut produksi ASI makin menurun sehingga suplai zat gizi dari ASI tidak lagi memenuhi kebutuhan gizi

anak yang semakin meningkat. Pemberian MP-ASI sendiri menurut (Depkes RI, 2007) mempunyai aturan khusus diantaranya bayi usia 0-6 bulan hanya minum ASI, bayi usia 6-9 bulan minum ASI dan diperbolehkan konsumsi makanan lumat, bayi usia 9-12 bulan, selain ASI juga diperbolehkan konsumsi makanan lumat dan makanan lunak dan bayi usia 12-24 diperbolehkan konsumsi ASI, makanan lumat, makanan lunak juga makanan padat.

Menurut (Bhandari & Chowdhury, 2012) dari 15.264 bayi 0-11 bulan yang diperiksa, yang minum ASI eksklusif sebanyak 9.254 bayi (60,6%), yang tidak mendapatkan ASI eksklusif sebanyak 6.010 bayi (39,3%) sedangkan yang memberikan makanan pendamping ASI tepat waktu 41%, yang memberikan MP-ASI dini 53%, dan yang ditunda dalam pemberian MP-ASI 5,1%. Di Asia 5,542 bayi (43,8%) dari 12.642 bayi 0-11 bulan yang diperiksa, yang mendapatkan ASI eksklusif 7.100 bayi (56,1%) yang tidak mendapatkan ASI eksklusif sebanyak 5,542 bayi (43,8%). Berdasarkan data Riskedas di Indonesia bayi yang mendapat ASI eksklusif hanya 30,2% sedangkan yang tidak mendapat ASI eksklusif 69,8%, ini berarti bayi yang mendapat MP-ASI usia 6-24 bulan sebanyak 30,2% dan yang mendapat MP-ASI dini sebanyak 69,8%. Jika pemberian ASI eksklusif tidak dipenuhi dengan baik dan pemberian makanan tambahan tidak diberikan setelah bayi membutuhkannya, bayi akan lebih banyak terserang diare, sembelit, batuk pilek dan panas sehingga pertumbuhannya dan perkembangannya akan terhambat (Simanjuntak, 2018)

Bentuk MP-ASI yang baik disesuaikan dengan usia balita. Pemberian bentuk MP-ASI yang tidak tepat bukan hanya mengganggu asupan gizi yang seharusnya didapat bayi, tetapi juga mengganggu pencernaan bayi karena sistem pencernaannya belum sanggup mencerna atau menghancurkan makanan tersebut. Sementara pencernaan bayi yang terganggu tidak hanya membuat bayi tidak dapat mencerna makanan dengan baik, tapi juga membuat asupan gizi yang seharusnya diperoleh dari makanan dengan baik, tapi juga membuat asupan gizi yang seharusnya diperoleh bayi terbuang sia-sia karena tidak mampu diserap. Sebagaimana yang telah diketahui, sistem pencernaan bayi baru akan siap mencerna makanan dengan kontur yang lebih padat dari ASI, setelah berusia 6

bulan keatas (Depkes RI, 2007). ASI merupakan makanan yang baik dan memenuhi semua kebutuhan nutrisi dari bayi selama 6 bulan pertama. Akan tetapi, setelah usia 6 bulan ASI saja tidak cukup untuk membuat bayi tumbuh dengan baik, tambahan makanan lain juga dibutuhkan. Hal ini dikarenakan 4 pertumbuhan bayi dan aktivitas dari bayi yang bertambah, sehingga nutrisi yang dibutuhkan oleh bayi akan meningkat sesuai bertambahnya usia. Pemberian MP-ASI pada bayi usia 6 bulan keatas disertai dengan pemberian ASI lanjut adalah hal penting dalam perkembangan dan pertumbuhan bayi (Arjun & Khanti, 2014). Oleh karena hal tersebut dibutuhkan pemberian MP-ASI yang tepat untuk anak sesuai dengan usianya.

Berdasarkan data dari kader Posyandu Bunga Tulip, terdapat orang tua balita yang belum mengerti tentang pemberian MP-ASI sesuai umur balita. Beberapa orang tua balita ada yang memberikan MP-ASI sebelum usia 6 bulan, Ada ibu balita yang juga memberikan MP-ASI tidak sesuai dengan jenis makanan yang dianjurkan hanya memberikan buah saja. Selain itu juga terdapat ibu balita yang kurang tepat dalam menyajikan tekstur MP-ASI. Anak balita selalu diberikan bubur sampai usia 1 tahun. Keadaan ini mencerminkan bahwa kurangnya informasi terkait pemberian MP-ASI yang baik dan benar dan ketidaktepatan ibu balita dalam memberikan MP-ASI. Berdasarkan uraian di atas maka perlu dilakukan pemberian penyuluhan kesehatan tentang Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (ASI) yang baik dan benar sehingga anak tercukupi gizinya sesuai dengan perkembangan umurnya. di Posyandu Bunga Tulip.

2. MASALAH

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka dapat dirumuskan masalah dalam pengabdian ini adalah sebagai berikut “Bagaimana Upaya Peningkatan Daya Tahan Tubuh Balita Dalam Situasi Darurat Covid 19 Melalui Edukasi Tentang Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) Sebagai Upaya Preventif Penularan Covid 19 Di Posyandu Balita Bunga Tulip?

3. METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini

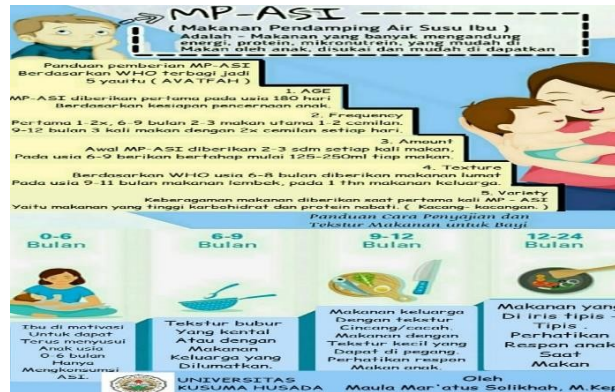
melalui *luring* dengan tetap menggunakan protokol kesehatan. Metode Pendidikan kesehatan yaitu ceramah dengan tanya jawab serta dengan pemberian poster. Peserta mengisi absensi kegiatan dan *pre* dan *post-test* pengetahuan tentang MP-ASI. Kuesioner pengetahuan MP-ASI terdiri dari 9 pertanyaan yang sudah valid dan reliabel dan skala pengukuran menggunakan skala rasio. Waktu pelaksanaan kegiatan ini yaitu mulai bulan Juni - Juli 2020. Tempat Pelaksanaan di Sibela Barat RT 02 RW 25 Surakarta. Adapun sasaran pengabdian adalah kelompok ibu Balita di Posyandu Bunga Tulip.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil

Pengabdian masyarakat ini telah dilakukan di posyandu bunga tulip beralamat di Sibela Barat Wilayah Kerja Puskesmas Sibela Kelurahan Mojosoongo Kecamatan Jebres Kota Surakarta. Sasaran kegiatan ini sejumlah 25 ibu balita di kelompok posyandu balita bunga tulip. Kegiatan ini dilakukan secara tatap muka langsung dengan menggunakan protokol kesehatan. Semua peserta memakai masker, melakukan cek suhu tubuh terlebih dahulu dan berjarak. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan bekerjasama dengan kader kesehatan posyandu balita Bunga Tulip.

Evaluasi pengetahuan tentang MP-ASI diberikan secara online baik *pre test* dan *post test* dengan *google form* didapatkan nilai rata-rata *pre test* 78 dan nilai rata-rata *post test* 92. Hasil tersebut bermakna terjadi peningkatan skor rata-rata pengetahuan dari sebelum dan setelah diberikan kegiatan penyuluhan kesehatan tentang MP-ASI. Kegiatan penyuluhan berjalan dengan lancar dan peserta baik ibu balita dan kader antusias dalam diskusi dan tanya jawab. Kegiatan dimulai pukul 08.00 dan berakhir sampai pukul 12.00 WIB. Semua peserta mengikuti acara dari awal sampai dengan akhir dengan baik.



Gambar 1 Poster kegiatan



Gambar 2 Foto kegiatan

4.2 Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil dilaksanakan dengan baik. Hal ini karena adanya kerjasama dari pihak tim pengabdian masyarakat baik mahasiswa dan dosen Universitas Kusuma Husada Surakarta dengan pihak kader posyandu balita bunga Tulip serta partisipasi aktif ibu balita dalam mengikuti serangkaian kegiatan ini. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dalam upaya peningkatan kesehatan balita melalui pendidikan kesehatan tentang MP-ASI Menurut Kemenkes RI (2011) gizi seimbang pada bayi mulai dari usia 5 bulan sampai satu tahun dengan memberikan makanan pendamping ASI.

Pendidikan kesehatan tentang MP-ASI disini berdasarkan pada panduan MP-ASI yaitu dengan AFATVAH-Age, frequency, Amount, texture, variety, Responsive, Hygine. Jenis MP-ASI yaitu Makanan lunak sesuai diberikan pada bayi usia 6-8 bulan dan makanan lembik sesuai diberikan pada bayi usia

9-11 bulan (Kemenkes RI, 2011). Output dari kegiatan ini adalah peningkatan pengetahuan ibu dengan balita tentang MP-ASI yaitu dari nilai rata-rata 78 menjadi 92 Hal ini menjadi hal yang penting karena pengetahuan ibu dalam pemberian makan dapat mempengaruhi status gizi balita. Hal tersebut sesuai dengan Pibriyanti dan Kurniawan (2017) yang menyatakan status gizi balita ternyata dipengaruhi oleh pemberian makan oleh Ibu. Pemberian makan oleh ibu dipengaruhi oleh pengetahuan ibu dalam tentang Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI).

Pemberian makan oleh ibu ini bisa berkaitan dengan Efikasi diri ibu atau keyakinan ibu dalam pemberian makan anak balita. Hal ini juga berhubungan dengan Status Gizi. Ada hubungan efikasi diri ibu dalam pemberian makan dengan status gizi balita (*p value* 0.031, α : 0.05). Berdasarkan nilai OR, dapat disimpulkan bahwa responden yang memiliki efikasi diri yang kurang berisiko 0,091 kali memiliki status gizi balita yang tidak normal dibandingkan dengan responden yang memiliki efikasi diri yang baik (CI 95%; OR: 0,010-0,801). Sehingga efikasi diri ini menjadi hal yang penting untuk ibu balita (Solikhah & Ardiani, 2019).

Efikasi diri ibu ini dipengaruhi oleh literasi gizi yang mana merupakan suatu kegiatan dimana Ibu balita menggambarkan kemampuan aktual untuk membaca, belajar dan menginterpretasikan informasi nutrisi dan membuat pilihan nutrisi yang sehat. Hasil ini juga sejalan dengan penelitian Hajri (2016) yang menunjukkan efikasi diri ibu dalam pemberian makan dipengaruhi oleh pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang termasuk pendidikan kesehatan tentang MP-ASI yang diberikan kepada ibu balita. Oleh karena itu dengan peningkatan pengetahuan ibu balita tentang MP-ASI harapannya bisa meningkatkan efikasi diri ibu dalam pemberian makan balita dan berhubungan dengan status gizi balitanya.

Harapan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah ibu dengan balita memiliki pengetahuan MP-ASI yang tepat sehingga bisa memberikan makan balita sesuai dengan prinsip gizi seimbang. Pembuatan dan pemberian MP-ASI yang tepat disini adalah sesuai pemilihan jenis bahannya yaitu dengan 4 bintang lengkap aneka sumber karbohidrat, aneka sumber protein

nabati (kacang-kacangan) termasuk aneka jamur, dan aneka hawani seperti daging merah, telur, aneka ikan laut, aneka ikan tawar, sayuran, buah-buahan serta sumber lemak tambahan seperti mentega, santan, aneka minyak, margarine (Bhandari & Chowdhury, 2012). Selain itu tekstur makanan juga disesuaikan dengan usia bayi yaitu makanan lumat sesuai diberikan pada bayi usia 6-8 bulan dan makanan lembek sesuai diberikan pada bayi usia 9-11 bulan (Kemenkes RI, 2011).

Upaya peningkatan kesehatan balita bisa terwujud dengan peningkatan pengetahuan ibu dengan balita tentang MP-ASI yang baik dan benar. Hal ini sesuai dengan Putri, Sulastri dan Lestari (2015) yang menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara pemberian MP-ASI dengan status gizi balita. Selain itu aspek pengetahuan dan ketrampilan yang baik sangat diperlukan ibu balita dalam pola asuh makan yang sesuai pada anak. Karakteristik ibu dengan balita menjadi hal yang berhubungan dengan status gizi balita (Devi, 2010). Selain itu gizi balita yang normal bisa menjaga kondisi imunitas tubuh balita yang prima dan mencegah tertularnya virus corona Oleh karena hal tersebut maka dibutuhkan tindak lanjut dari kegiatan pengabdian masyarakat ini dalam monitoring dan evaluasi ibu balita dalam pemberian makan pada balitanya khususnya pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) dengan baik dan benar.

5. KESIMPULAN

Kesimpulan yang dapat diambil dari kegiatan pengabdian masyarakat pendidikan kesehatan tentang MP-ASI pada kelompok posyandu balita tulip ini adalah terdapat peningkatan pengetahuan ibu balita berkaitan dengan MP-ASI dari nilai rata-rata 78 menjadi nilai rata-rata 92. Rekomendasi dari kegiatan ini adalah monitoring dan evaluasi hasil kegiatan pengabdian ini melalui kerjasama dengan kader kesehatan dalam implementasi pemberian MP-ASI dengan baik dan benar oleh ibu balita

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti (2020) *Pencegahan Virus Corona pada Anak, Ini yang Harus Orang Tua Ketahui*. Available at: <https://www.merdeka.com/jateng/pencegahan-virus-corona-pada-anak-ini-yang-harus-orang-tua-ketahui-klm.html>.
- Bhandari, N. and Chowdhury, R. (2012) 'Infant and young child feeding', in *Proceedings of the Indian National Science Academy*. WHO, pp. 1507–1517. doi: 10.16943/ptinsa/2016/48883.
- Depkes RI (2006) 'Pedoman Umum Pemberian MP-ASI Lokal', *Departemen Kesehatan Republik Indonesia*.
- Depkes RI (2007) 'Pedoman Umum Pemberian Makanan Bayi Dan Anak Dalam Situasi Darurat'. *Departemen Kesehatan Republik Indonesia*.
- Devi, M. (2010) 'Analisa Faktor-faktor yang berpengaruh terhadap status Gizi Balita di Pedesaan', *Ciência e Tecnologia de Alimentos*, 19(3), pp. 420–423. doi: 10.1590/s0101-20611999000300022.
- Hajri, W. S. (2016) *Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap eFikasi diri ibu dalam pemberian makan balita*.
- Arjun & Khanti. (2014) *Peningkatan Gizi Balita Melalui MP-ASI*. Jakarta: Media Jaya.
- Solikhah, MM & Ardiani, ND. (2019) 'Self Efficacy Pemberian Makan', *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada-Januari*.
- Pibriyanti, K. and Kurniawan, T. P. (2017) 'Studi Status Gizi Bayi Usia 6-12 Bulan di Desa Kradenan Kecamatan Trucuk Kabupaten Klaten Tahun 2017', *Jurnal Kesehatan*, p. 66. doi: 10.23917/jurkes.v10i2.5535.
- Putri, R. F., Sulastri, D. and Lestari, Y. (2015) 'Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Anak Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang', *Jurnal Kesehatan Andalas*, 4(1), pp. 254–261. doi: 10.25077/jka.v4i1.231.
- Kemenkes RI. (2011) 'Panduan Penyelenggaraan Pemberian Makanan Tambahan Pemulihan Bagi Balita Gizi Kurang (Bantuan Operasional Kesehatan).'
- Simanjuntak, F. M. (2018) 'Hubungan Pemberian Makanan Tambahan Secara Dini Dengan Pertambahan Berat Badan Bayi di BPM Bidan Neni Bekasi Jawa Barat Tahun 2015', *Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya*, 4, pp. 93–108.