

Pelatihan Pembuatan MP ASI Dalam Mewujudkan Pemenuhan Gizi Balita di Kampung Penumping, Gowongan, Jetis

Training for Making MP ASI (Complementary Food) in Realizing The Fulfillment of Nutrition for Infants in Penumping Village, Gowongan, Jetis

^{1*)}Liena Sofiana, ²⁾Linda Putri Darmawati, ³⁾Deliar Yudhantara Aditya,
⁴⁾Diyah Setyorini, ⁵⁾Fortuna Indira Amari

^{1,2,3,4,5)}Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Ahmad Dahlan

Jl. Prof. Dr. Soepomo, Janturan, Warungboto, Yogyakarta 55164

*corresponding authors: liena.sofiana@ikm.uad.ac.id

DOI:

10.30595/jppm.v5i2.7369

Histori Artikel:

Diajukan:

11/05/2020

Diterima:

06/09/2021

Diterbitkan:

03/11/2021

ABSTRAK

Penyakit yang diakibatkan oleh gizi pada balita masih menjadi permasalahan kesehatan di Indonesia, baik gizi kurang atau gizi lebih. Faktor yang mempengaruhi terjadinya adalah pendidikan, pendapatan, pengetahuan, keterampilan dalam mengelola makanan pendamping ASI. Untuk meningkatkan pengetahuan ibu dalam mengelola MPASI dan pengelolaannya dapat melalui pelatihan mengolah MPASI. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam mengolah MPASI sesuai dengan standar gizi untuk balita. Kegiatan intervensi yang dilakukan dengan menggunakan metode penyuluhan dan pelatihan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai gizi balita dan praktik mengolah makanan pendamping ASI. Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 5 November, 1 Desember dan 11-12 Desember tahun 2019 di Balai Dusun Balai RW 01, 02, dan 03 dengan jumlah peserta adalah ibu-ibu. Penyuluhan ini berjalan dengan lancar, semua peserta aktif dalam diskusi dan tanya jawab baik saat pemberian materi ataupun praktik. Hasil menyatakan bahwa pelatihan ini dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta.

Kata kunci: Pelatihan; Pengetahuan; Pengolahan MP ASI

ABSTRACT

Undernutrition and overnutrition in infants are still health problems in Indonesia. Factors that influence the occurrence are education, income, knowledge, skills in managing complementary feeding. To increase a mother's knowledge in managing complementary feeding and its management can be through training in processing complementary foods. This community service aimed to improve the knowledge and skills of mothers in processing complementary food following nutritional standards for infants. Intervention activities were carried out using counseling and training methods to increase public knowledge about toddler nutrition and the practice of processing complementary foods for breast milk. This activity was carried out on November 5, December 1 and December 11-12 in 2019 at Balai Dusun Balai RW 01, 02, and 03, with the number of participants being women. This counseling went smoothly, all participants were active in discussions and questions and answers during the presentation of material or practice. The results indicated that this training could improve the knowledge and skills of the participants.

Keywords: Training; Knowledge; Complementary Food Processing

PENDAHULUAN

Permasalahan kesehatan masih menjadi fokus permasalahan yang penting dalam meningkatkan umur harapan hidup di Daerah Istimewa Yogyakarta, beberapa peran pengaruh kesehatan ini meliputi penurunan angka mortalitas, perbaikan dalam pelayanan kesehatan dan perbaikan gizi di masyarakat. Status gizi merupakan salah satu faktor yang dapat menentukan kualitas sumber daya manusia. Pemenuhan gizi untuk menciptakan kualitas hidup yang baik berawal dari pemenuhan gizi sedari bayi/balita. Balita dengan gizi yang kurang dapat menurunkan daya tahan tubuh sehingga penyakit akan muncul dan mengganggu pertumbuhan dan perkembangan fisik, mental dan jaringan otak. Prevalensi balita kurang energi protein di Daerah Istimewa Yogyakarta pada tahun 2017 sebesar 8,26%, dan di Kota Yogyakarta sebagai salah satu kabupaten/kota di DIY memiliki prevalensi sebesar 8,4% (Dinas Kesehatan DIY, 2017).

Faktor yang secara langsung berhubungan dengan status gizi pada balita diantaranya asupan makanan dan penyakit infeksi, sedangkan faktor yang secara tidak langsung dapat berhubungan dengan status gizi adalah pengetahuan ibu, tingkat pendapatan keluarga, dan besarnya keluarga (Sofiana *et al.*, 2019). Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya menyatakan bahwa pendidikan ibu, pekerjaan ibu, pendapatan keluarga, jumlah anak dan pola asuh ibu berhubungan dengan status gizi (Putri, Sulastri and Lestari, 2015). Pengetahuan ibu dapat mempengaruhi status gizi balitanya. Pengetahuan yang dimiliki ibu merupakan kunci utama dalam pemenuhan kebutuhan gizi balita (Susilowati and Himawati, 2017).

Upaya yang dapat dilakukan dalam peningkatan pengetahuan ibu mengenai pemenuhan gizi balita dengan memberikan penyuluhan mengenai gizi dan mengelola bahan makanan serta pelatihan membuat MP ASI sesuai dengan usia balita. Fakta yang terjadi adalah banyak ibu yang memberikan MP ASI tidak sesuai usianya yang diberikan sejak dini sebelum usia 6 bulan. Faktor

pengetahuan ibu mempengaruhi pemberian MP ASI dini, pengetahuan ibu didasari oleh kebiasaan dari orang tua mereka terdahulu (Kumalasari, Sabrian and Hasanah, 2015).

Metode pelatihan MP-ASI cukup efektif digunakan sebagai salah satu metode yang cocok untuk para kader dalam memberikan pendampingan kepada aibu balita (Hernawan, Marlenywati dan Ridha, 2016). Pelatihan pemberian makan pada bayi dan anak berpengaruh positif terhadap keterampilan konseling pemberian makanan tambahan (Fadjri, 2017). Berdasarkan hal tersebut, maka masih diperlukan upaya peningkatan pengetahuan ibu balita dalam memberikan MP ASI sesuai dengan standar gizi agar dapat memenuhi gizi bagi balitanya melalui penyuluhan dan pelatihan pembuatan MP ASI.

METODE

Kegiatan yang dilakukan yaitu berupa penyuluhan secara langsung kepada ibu yang memiliki balita di Kampung Penumping RW 01, 02 dan 03, Kelurahan Gowongan, Kecamatan Jetis Kota Yogyakarta mengenai permasalahan gizi dan pembuatan MP ASI. Kegiatan dilakukan pada tanggal 5 November 2019, dan tanggal 1-12 Desember 2019 di RW 01,02 dan 03 Kampung Penumping. Kegiatan ini dilakukan dengan memberikan penyuluhan mengenai gizi dan permasalahannya, kandungan gizi dan pemilihan bahan makanan, kemudian mempraktikkan cara mengolah bahan makanan menjadi MP ASI sesuai kebutuhan gizi balita. Setelah diberikan penyuluhan dilakukan diskusi dan tanya jawab.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat dinyatakan tepat yaitu ibu yang memiliki balita di Kampung Penumping Kelurahan Gowongan Kecamatan Jetis Kota Yogyakarta yang dilaksanakan pada tanggal 5 November, 1 Desember dan 11-12 Desember tahun 2019. Kegiatan ini dimulai dengan pemberian materi mengenai gizi balita dan permasalahannya, faktor yang mempengaruhi dan cara pencegahannya, kandungan gizi pada bahan makanan dan cara mengolah bahan

makanan untuk dijadikan MP ASI yang disesuaikan dengan usia dan kecukupan gizi. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam mengolah makanan menjadi MP ASI yang memiliki kandungan gizi yang cukup dan pemberiannya sesuai dengan usia balita. Peserta dalam mengikuti penyuluhan dan pelatihan pembuatan MP ASI sangat antusias dan mendengarkan dengan baik yang disampaikan oleh pemateri, kegiatan tersaji dalam gambar 1 dan 2 berikut.



Gambar 1. Pemberian materi mengenai gizi, dan pengolahan bahan makanan menjadi MP ASI



Gambar 2. Pemberian pelatihan membuat MP ASI

Penyuluhan dan pelatihan pembuatan MP ASI secara langsung cukup efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu balita, hal ini dapat terlihat ketika diskusi dan tanya jawab. Banyak peserta yang bertanya mengenai makanan yang seharusnya diberikan pada

umur tertentu dan bahan yang mengandung gizi cukup tetapi dengan harga yang tidak mahal. Pelatihan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu tentang cara membuat MP ASI lokal yang berkualitas (Sarhini dan Rahmawaty, 2008). Pengetahuan dan keterampilan kader mengalami peningkatan setelah dilakukan pelatihan tentang MP ASI berbahan dasar lokal dan telah dapat melakukan modifikasi menu sesuai kebutuhan (Septikasari and Engkartini, 2019).

SIMPULAN

Penyuluhan ini berjalan dengan lancar, semua peserta aktif dalam diskusi dan tanya jawab baik saat pemberian materi ataupun praktik. Hasil menyatakan bahwa pelatihan ini dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta.

DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Kesehatan DIY (2017) 'Profil Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta', *Dinas Kesehatan DIY*. Yogyakarta: Dinas Kesehatan DIY.
- Fadjri, T. K. (2017) 'Pengaruh Pelatihan Pemberian Makan Pada Bayi dan Anak (PMBA) Terhadap Keterampilan Konseling dan Motivasi Bidan Desa', *Action: Aceh Nutrition Journal*, 2(2), pp. 97–102. doi: 10.30867/action.v2i2.61.
- Hernawan, A. D., Marlenywati and Ridha, A. (2016) 'Efektifitas Pelatihan Konseling Dan Penyusunan Menu MP-ASI Terhadap Keterampilan Kader Dalam Mendampingi Ibu', *Jurnal Vokasi Kesehatan*, 2(1), pp. 69–72.
- Kumalasari, S. Y., Sabrian, F. and Hasanah, O. (2015) 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemberian Makanan Pendamping ASI Dini', *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Ilmu Keperawatan*, 2(1), pp. 879–889.
- Putri, R. F., Sulastrri, D. and Lestari, Y. (2015) 'Penelitian Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Anak

Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang’, *Jurnal Kesehatan Andalas*, 4(1), pp. 254–261.

Sarbini, D. and Rahmawaty, S. (2008) ‘Pelatihan Pembuatan MPASI Lokal dengan Bahan Dasar BMC (Bahan Makanan Campuran) untuk Balita pada Kader Posyandu di Wilayah Kerja Puskesmas Stabelan Surakarta’, *Warta*, 11(1), pp. 82–89.

Septikasari, M. and Engkartini, E. (2019) ‘Peningkatan Keterampilan Kader dalam Pembuatan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) Berbahan Dasar Lokal’, *Jurnal ABDINUS: Jurnal Pengabdian Nusantara*, 3(1), pp. 128–133. doi: 10.29407/ja.v3i1.13132.

Sofiana, L. *et al.* (2019) *Stunting*. 1st edn. Yogyakarta: CV. Mine.

Susilowati, E. and Himawati, A. (2017) ‘Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Balita Dengan Status Gizi Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Gajah 1 Demak’, *Jurnal Kebidanan*, 6(13), pp. 21–25. doi: 10.31983/jkb.v6i13.2866.