

**Pendidikan Gizi tentang Dampak MPASI Dini Efektif
Peningkatan Pengetahuan Gizi Ibu**
*Nutrition Education of Early Complementary Feeding Effectively
Increased Mother's Knowledge*

Rista Cantika¹, A'immatul Fauziah^{2*}

^{1,2}Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta, Jakarta, Indonesia

Abstract

Exclusive breastfeeding plays an important role for baby's health. Data from UPTD Puskesmas Pancoran Mas indicate that 75,9% of babies are given exclusive breast milk. Failure to exclusive breastfeeding can be caused by early breastfeeding complementary foods. Early breastfeeding is giving complementary foods to babies aged less than 6 months. Early breastfeeding complementary foods affects the health of the baby and also discourages exclusive breastfeeding. In order to prevent the practice of giving early breastfeeding complementary foods to nursing mothers, it is necessary to undertake a nutritional education in the form of counseling and education to improve mother's knowledge. The counseling and education activity is "PENDAMPING (Penyuluhan Dampak MPASI Dini dan Pencegahannya)" using leaflet and pre-test and post-test delivery. The pre-test and post-test results were analyzed using the Wilcoxon test to see the relationship between education and increasing maternal knowledge. The average pre-test score is 53 and the average post-test score is 91,33. There was an increase in maternal knowledge before and after providing counseling and education with the Asymp value Sig. (2-tailed) 0,000. This nutrition education effectively increase mother's knowledge about the risk of early feeding.

Keywords: *breastfeeding, mother knowledge, dissemination*

Article history:

Submitted 19 Februari 2024

Accepted 10 Desember 2024

Published 28 Desember 2024

PUBLISHED BY:

Sarana Ilmu Indonesia (salnesia)

Address:

Jl. Dr. Ratulangi No. 75A, Baju Bodoa, Maros Baru,
Kab. Maros, Provinsi Sulawesi Selatan, Indonesia

Email:

info@salnesia.id, jagri@salnesia.id

Phone:

+62 85255155883



Abstrak

Pemberian ASI eksklusif berperan penting untuk kesehatan bayi. Data dari UPTD Puskesmas Pancoran Mas menyatakan terdapat 75,9% bayi yang mendapatkan ASI eksklusif. Tidak tercapainya ASI eksklusif dapat disebabkan oleh pemberian MPASI dini. Pendidikan MPASI dini adalah pemberian makanan pendamping ASI kepada bayi berusia kurang dari 6 bulan. Pemberian MPASI dini berdampak terhadap kesehatan bayi dan juga menggagalkan pemberian ASI eksklusif. Untuk mencegah praktik pemberian MPASI dini pada ibu menyusui perlu dilakukan kegiatan penyuluhan dan edukasi gizi untuk meningkatkan pengetahuan ibu. Kegiatan penyuluhan dan edukasi yang dilakukan adalah “PENDAMPING (Penyuluhan Dampak MPASI Dini dan Pencegahannya)” menggunakan media *leaflet* dan pemberian *pre-test* serta *post-test* kepada ibu menyusui. Pendidikan gizi ini dilakukan pada 30 orang ibu menyusui yang hadir di Puskesmas Pancoran Mas, Depok, Jawa Barat. Hasil *pre-test* dan *post-test* dianalisis menggunakan uji Wilcoxon untuk melihat hubungan pemberian edukasi dengan peningkatan pengetahuan ibu. Nilai rata-rata *pre-test* 53 dan rata-rata nilai *post-test* 91,33. Terdapat peningkatan pengetahuan ibu sebelum dan sesudah pemberian penyuluhan dengan nilai *Asymp Sig. (2-tailed)* 0,000. Pendidikan gizi tentang dampak MPASI dini efektif meningkatkan pengetahuan ibu di Depok, Jawa barat. Edukasi digunakan sebagai metode yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan Ibu.

Kata Kunci: asi eksklusif, pengetahuan ibu menyusui, penyuluhan

*Penulis Korespondensi:

A'immatul Fauziyah, email: aim.fauziyah@gmail.com



This is an open access article under the CC-BY license

PENDAHULUAN

Pemberian ASI eksklusif merupakan pemberian ASI kepada bayi sejak lahir hingga umur 6 bulan tanpa makanan dan minuman lain selain obat dan vitamin. ASI memiliki beragam manfaat untuk bayi. tidak hanya sumber zat gizi ideal, ASI juga mengandung antibodi, membantu ikatan batin ibu dengan bayi, meningkatkan kecerdasan anak, dan sebagainya (Wijaya, 2019). Oleh karena itu pemberian ASI eksklusif sangat didukung untuk kesehatan bayi dan ibu menyusui.

Akan tetapi, berdasarkan data dari Ikatan Dokter Indonesia (IDI) hanya terdapat 20% ibu yang memberikan ASI eksklusif di Indonesia. Berdasarkan data Profil Kesehatan Kota Depok tahun 2022 terdapat 74% bayi yang mendapatkan ASI eksklusif (Dinkes, 2022). Data UPTD Puskesmas Pancoran Mas menyatakan terdapat 75,9% bayi yang mendapatkan ASI eksklusif. Tidak tercapainya ASI eksklusif dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti status pekerjaan ibu, tingkat pengetahuan ibu, dan pemberian MPASI dini.

MPASI dini adalah pemberian makanan pendamping ASI yang diberikan kepada bayi dibawah umur 6 bulan. Pemberian MPASI dini memberikan dampak terhadap kesehatan bayi seperti diare, ISPA, penurunan sistem imun, dan peningkatan permasalahan status gizi (Artini, 2018). Sistem pencernaan bayi dibawah umur 6 bulan belum dapat mencerna makanan selain ASI. Enzim pencernaan bayi dibawah umur 6 bulan belum terbentuk secara sempurna sehingga pemberian MPASI dini akan mengganggu organ pencernaan bayi menyebabkan masalah pencernaan pada bayi (Rosnidawati, 2023).

Pemberian MPASI dini dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti pengetahuan ibu

menyusui kurang, informasi seputar MPASI yang tidak memadai/tepat, dan sosial budaya. Apabila ibu tidak memiliki pengetahuan yang baik tentang MPASI dan ASI eksklusif maka tidak terjadi praktik pemberian MPASI dini. Sebaliknya apabila pengetahuan ibu kurang maka terdapat risiko terjadi pemberian MPASI dini (Notoadmojo, 2005).

Upaya perbaikan pemberian ASI eksklusif melalui peningkatan pengetahuan masyarakat terutama ibu menyusui dalam pemberian MPASI dini merupakan salah satu cara untuk mencegah pemberian MPASI dini. Upaya peningkatan pengetahuan ini dapat dilakukan melalui penyuluhan. Penyuluhan membutuhkan media untuk mempermudah penyampaian informasi dan mendukung peningkatan pengetahuan. Media *leaflet* dipilih sebagai media penyuluhan karena mampu menyebarkan informasi dalam waktu relatif singkat dan juga memiliki bentuk yang sederhana dan mudah dibawa.

Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu menyusui tentang dampak MPASI dini dan pencegahannya melalui penyuluhan dan edukasi gizi menggunakan media *leaflet* di Posyandu Flamboyan B, Pancoran Mas, Depok dan ruang KIA di UPTD Puskesmas Pancoran Mas, Depok, Jawa Barat.

METODE

Kegiatan pemberian penyuluhan dan edukasi “PENDAMPING (Penyuluhan Dampak MPASI Dini dan Pencegahannya)” ini dilaksanakan pada 31 Agustus 2023 di Posyandu Flamboyan B, Pancoran Mas, Depok dan pada 2 September 2023 di ruang KIA UPTD Puskesmas Pancoran Mas. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah ceramah dibantu dengan media *leaflet*. Peserta berasal dari ibu menyusui yang tinggal di sekitar wilayah Posyandu Flamboyan B, Pancoran Mas, Depok dan ibu menyusui yang sedang berada di UPTD Puskesmas Pancoran Mas khususnya di ruang KIA. Peserta terdiri dari 30 ibu menyusui. Kegiatan ini terdiri dari pembukaan, pengisian absensi, pengisian *pre-test*, pembagian *leaflet*, penyuluhan, sesi tanya jawab, pengisian *post-test*, penutupan, dan penyerahan souvenir. Materi yang disampaikan terdiri dari definisi MPASI dini, dampak MPASI dini, pencegahan MPASI dini dan pentingnya ASI eksklusif. Analisis hubungan pemberian penyuluhan dan edukasi dengan tingkat pengetahuan ibu dilakukan menggunakan analisis statistik menggunakan uji *Wilcoxon*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pemberian penyuluhan dan edukasi “PENDAMPING (Penyuluhan Dampak MPASI Dini dan Pencegahannya)” dilaksanakan pada dua lokasi dan waktu yang berbeda dengan total 30 ibu menyusui yang bersedia untuk mengikuti kegiatan. Sebelum dilakukan edukasi dan penyuluhan, ibu menyusui diberikan *pre-test* yang mencakup materi yang disampaikan dan *post-test* setelah pemaparan materi sebagai penilaian serta evaluasi kegiatan. Materi dalam kegiatan ini dipaparkan menggunakan *leaflet* yang juga dibagikan kepada ibu menyusui.

Tabel 1 menunjukkan rata-rata nilai *pre-test* adalah 53 dan nilai *post-test* 91,33. Berdasarkan uji *Wilcoxon* seluruh responden mengalami peningkatan nilai *pre-test* ke *post-test* dan terdapat pengaruh pemberian intervensi penyuluhan dan edukasi tentang dampak MPASI dini dan pencegahannya ($p \text{ value} = 0,000$).

Tabel 1. Hasil rerata nilai *pre-test* dan *post-test* pada ibu menyusui

	Rata-Rata Nilai	<i>p-value</i>
<i>Pre-test</i>	53	0,000
<i>Post-test</i>	91,33	



Gambar 1. Kegiatan penyuluhan dan edukasi kepada ibu menyusui

Berdasarkan hasil analisis terdapat peningkatan nilai *pre-test* dan *post-test* setelah pemberian penyuluhan sehingga penyuluhan dampak MPASI dini dan pencegahannya efektif untuk meningkatkan pengetahuan ibu seputar MPASI dini dan ASI eksklusif. Hal ini sesuai dengan penelitian Alfaridh *et al.* (2021) yang menyatakan adanya peningkatan nilai *pre-test* dan *post-test* pada remaja dan ibu setelah penyuluhan ASI eksklusif (Alfaridh *et al.*, 2021). Kegiatan penyuluhan ini tidak hanya menjelaskan tentang MPASI dini tetapi juga ASI eksklusif. Pengetahuan dan pemahaman ibu menyusui tentang manfaat pemberian ASI eksklusif meningkatkan motivasi ibu untuk memberikan ASI eksklusif. Rendahnya tingkat pengetahuan ibu terhadap manfaat dan tujuan pemberian ASI eksklusif berpotensi untuk menggagalkan pemberian ASI eksklusif (Parapat *et al.*, 2022).



Gambar 2. Kegiatan pemaparan materi

Pemberian MPASI dini oleh orang tua dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti tingkat pendidikan, pengetahuan dan kondisi sosial budaya. Tingkat pengetahuan ibu terkait pola pengasuhan anak mempengaruhi pemberian ASI dan MPASI terhadap

bayinya. Menurut penelitian oleh Lindawati (2019) ibu dengan pengetahuan rendah tidak memahami manfaat pemberian ASI eksklusif bagi kesehatan bayi dan justru memberikan MPASI untuk membantu memenuhi kebutuhan makan dan minum bayinya (Lindawati, 2019). Hal ini berbeda dengan penelitian Febriyanti *et al.* (2022) bahwa ibu yang mendapatkan konseling dan edukasi tentang dampak MPASI dini dapat menjawab pertanyaan seputar topik tersebut dengan lebih baik dan benar. Hal tersebut menggambarkan bahwa pengetahuan ibu tentang dampak MPASI dini mengalami peningkatan setelah edukasi sehingga ibu memahami dampak MPASI dini (Febriyanti *et al.*, 2022).

Pemberian MPASI dini memberikan dampak negatif untuk kesehatan bayi. Secara umum bayi berusia kurang dari 6 bulan memiliki sistem pencernaan yang hanya mampu mencerna ASI. Pemberian MPASI dini mengganggu sistem pencernaan bayi sehingga menimbulkan permasalahan sistem pencernaan seperti diare. Bayi juga berisiko untuk mengalami penurunan sistem imun tubuh, meningkatkan risiko alergi terhadap makanan hingga meningkatkan kejadian obesitas (Hidayat *et al.*, 2023). Tidak hanya itu, kondisi psikologi bayi juga dapat terganggu karena hubungan emosional antara ibu dan bayi berkurang. Menyusui membantu membangun hubungan emosional antara ibu dan bayi. Pemberian MPASI dini mengganggu pemberian ASI sehingga mengurangi interaksi antara ibu dan bayi yang terbentuk selama menyusui (Hidayat, 2019). Ibu yang mengetahui dan memahami tentang dampak MPASI dini terhadap bayinya mencegah pemberian MPASI dini dengan mengupayakan perilaku pemberian ASI eksklusif.



Gambar 3. Penyuluhan dan edukasi di depan ruang KIA

Pengetahuan ibu juga mempengaruhi perilaku ibu dalam memberikan ASI eksklusif (Septina dan Rulianti, 2022). Pengetahuan yang rendah berpotensi untuk menurunkan tingkat kepedulian ibu kepada bayinya yang berdampak terhadap munculnya sikap acuh tak acuh dengan kondisi bayinya. Ibu akan memberikan sedikit perhatian terhadap kebutuhan bayinya termasuk kebutuhan menyusui sehingga cenderung memberikan MPASI dini yang dianggap mudah, murah, dan praktis (Alfaridh *et al.*, 2021). Ibu menyusui yang sebelumnya memiliki pengetahuan tentang MPASI dini dan ASI eksklusif rendah mengalami peningkatan pengetahuan dan pemahaman terhadap kedua topik tersebut setelah mendapatkan penyuluhan dan edukasi. Hal ini mendorong ibu untuk memperbaiki dan menerapkan perilaku dalam menyusui.



Gambar 4. Gambar media leaflet kegiatan “PENDAMPING”

Kegiatan intervensi ini dibantu dengan media intervensi *leaflet*. *Leaflet* merupakan media yang mudah disebar dan dapat melengkapi materi utama. Hal ini memudahkan pembaca untuk mendapatkan dan memahami informasi dalam *leaflet* (Andriani et al., 2022). Dalam kegiatan intervensi ini media *leaflet* dapat membantu ibu lebih memahami materi dan pesan tentang dampak MPASI dini. Penggunaan media *leaflet* mempengaruhi kemudahan subjek untuk memahami makna dari materi yang diberikan. Hal ini dipengaruhi oleh desain *leaflet* yang mampu meningkatkan minat subjek untuk membaca isi materi (Sutriani et al., 2021). Penelitian ini didukung oleh Ramadhanti yang menyatakan bahwa penggunaan media *leaflet* dalam penyuluhan terbukti meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu terhadap tumbuh kembang balita dibandingkan penyuluhan tanpa media *leaflet* (Ramadhanti et al., 2019).

KESIMPULAN

Untuk mencegah MPASI dini dilaksanakan kegiatan penyuluhan dan edukasi gizi “PENDAMPING” (Penyuluhan Dampak MPASI Dini dan Pencegahannya)” dengan media *leaflet* untuk memberikan penyuluhan seputar MPASI dini dan ASI eksklusif pada ibu menyusui. Hasil analisis *pre-test* dan *post-test* membuktikan adanya peningkatan pengetahuan ibu sebelum dan setelah penyuluhan sehingga dapat disimpulkan kegiatan “PENDAMPING” (Penyuluhan Dampak MPASI dini dan Pencegahannya)” berdampak terhadap peningkatan pengetahuan ibu.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada seluruh pihak UPTD Puskesmas Pancoran Mas, Depok, Jawa Barat yang telah memfasilitasi pelaksanaan kegiatan ini. Kami juga menyampaikan terima kasih kepada seluruh kader Posyandu Flamboyan B, Pancoran Mas, Depok yang telah membantu pelaksanaan penyuluhan ini dan seluruh peserta ibu menyusui yang telah bersedia hadir dan mengikuti kegiatan ini. Penulis juga menyampaikan ucapan terima kasih kepada teman-teman PKL Gizi Masyarakat dan *Supervisor* Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta yang membantu dalam persiapan dan pelaksanaan kegiatan.

DAFTAR PUSTAKA

Alfaridh, A.Y., Azizah, A.N., Ramadhanti, A., Maghfiroh, D.V., Emizia, Amaria, H., Mubarakah, K. 2021. Peningkatan Kesadaran dan Pengetahuan Tentang ASI Eksklusif pada Remaja dan Ibu dengan Penyuluhan Serta Pembentukan Kader

- Melalui Komunitas "CITALIA". *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat*. 1(2), 119-127. <https://core.ac.uk/download/525050892.pdf>
- Andriani, R., Anggarini, I.A., Valencia, F.V. 2022. Efektivitas Edukasi Melalui Aplikasi MPASI terhadap Pengetahuan Ibu. *Jurnal Delima Harapan*. 9(1), 59-70. Doi: 10.31935/Delima.V9i1.151
- Artini, B. 2018. Analisis Faktor yang Memengaruhi Pemberian MPASI Dini. *Jurnal Kebidanan*. 7(1), 46-52. <https://doi.org/10.47560/Keb.V7i1.99>
- Dinkes. 2022. Profil Kesehatan Kota Depok Tahun 2022. Dinas Kesehatan Kota Depok
- Febriyanti, H., Sanjaya, R., Primadevi, I. 2022. Konseling dan Edukasi pada Ibu Nifas tentang Dampak Pemberian MP ASI Dini di Desa Batu Keramat Kota Agung 2022. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu*. 4(3), 166-169. Doi: 10.30604/Abdi.V4i3.756.
- Hidayat. 2019. Panduan Pernikahan, Kehamilan, Persalinan dan Menyusui Berdasarkan Al-Quran, Al-Hadits, Medis, dan Empiris for Millenials. Tuban: Mitra Karya.
- Hidayat, Y., Nurmala, D., Susanti, V. 2023. Analisis Dampak Pemberian MP-ASI Dini terhadap Pertumbuhan Bayi 0-6 Bulan. *Plamboyan Edu*. 1(2), 198-207. <https://jurnal.rakeyansantang.ac.id/index.php/plamboyan/article/view/363>
- Lindawati, R. 2019. Hubungan Pengetahuan, Pendidikan dan Dukungan Keluarga dengan Pemberian ASI Eksklusif. *Faletehan Health Journal*. 6(1), 30-36. Doi: 10.33746/Fhj.V6i1.25.
- Notoadmojo, S. 2005. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Parapat, F.M., Haslin, S., Siregar, R.N. 2022. Hubungan Pengetahuan Ibu dengan Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Kesehatan Tambusai*. 3(2), 16-25. <https://doi.org/10.31004/Jkt.V3i2.4116>
- Ramadhanti, C.A., Adespin, D.A., Julianti, H.P. 2019. Perbandingan Penggunaan Metode Penyuluhan dengan dan Tanpa Media Leaflet terhadap Pengetahuan. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*. 8(1), 99-120. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/medico/article/view/23304>
- Rosnidawati. 2023. Hubungan Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) Dini dengan Kejadian Konstipasi pada Bayi Usia 2-6 Bulan. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*. 5(4), 1771-1778. <https://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP/article/view/1972>
- Septina, Y., Rulianti, F. 2022. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu dengan Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Banjar Kabupaten Pandeglang. *Journal of Health Research Science*. 2(1), 47-56. <https://doi.org/10.34305/Jhrs.V2i01.448>
- Sutriani, Alwi, M.K., Andi, A. 2021. Perbedaan Pengaruh Media Lembar Balik dan Kartu Kendali Edukasi terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Menyusui tentang ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Koppe Kabupaten Bone. *Journal of Aafiyah Health Research*. 2(1), 91-102. <https://doi.org/10.52103/Jahr.V2i1.529>
- Wijaya, F.A. 2019. ASI Eksklusif: Nutrisi Ideal untuk Bayi 0-6 Bulan. *CDK - Journal*. 46(4), 296-300. <https://cdkjournal.com/index.php/CDK/article/view/485>