

**EDUKASI BAHAYA PEMBERIAN MPASI TERLALU DINI
SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN MASALAH GIZI PADA BAYI DI
RW 04 KELURAHAN KRANGGAN**

**Education on the Dangers of Providing Complementary Feeding Too Early as an
Effort to Prevent Nutritional Problems in Infants in RW 04, Kranggan Village**

Uswatun Hasanah^{1*}, Rasmus Ratih Puspita², Desi Darmayanti³, Ni Bodro Ardi⁴

Profesi Ners Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Dharma Husada Tangerang
Selatan, Banten, Indonesia

ABSTRACT

Early complementary feeding (CF), or complementary foods given before 6 months of age, refers to foods or drinks provided to infants before they reach six months old. According to Aina (2019), factors that influence the behavior of early complementary feeding include knowledge, occupation, family support, education, traditions, media exposure, family income, parity, maternal age, experience, and adequacy of breast milk. Providing complementary foods too early or inappropriately can cause health problems in children, such as a high incidence of infections including allergies, diarrhea, respiratory tract infections, and even growth disorders (Fitriana, 2013). **Objective:**To improve community knowledge and skills, especially among mothers, to help meet nutritional needs. Education is one effective and appropriate approach at the family level that can change community behavior. **Methods:**The methods used in this activity involved offline, face-to-face information delivery through lectures. The community service activities included providing information through pre-tests and post-tests to assess understanding and the importance of knowing about complementary feeding (CF), the dangers of early complementary feeding, and demonstrations of appropriate baby food textures according to age stages. **Results:** Of the 35 mothers who attended, pre-test results showed that 57% of mothers did not yet understand complementary feeding or were categorized as having low knowledge. After counseling on complementary feeding management, demonstrations, and the provision of leaflet materials, there was an increase in knowledge to 80%. With this education, it is expected that mothers will understand the dangers of early complementary feeding and provide complementary foods at the appropriate time, namely at 6 months of age.

Keywords: Health Education, Complementary Feeding (CF), Infants

ABSTRAK

Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) dini merupakan makanan atau minuman yang diberikan kepada bayi sebelum berusia 6 bulan. Menurut (Aina, 2019), faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku pemberian MP-ASI dini diantaranya adalah pengetahuan, pekerjaan, dukungan keluarga, pendidikan, tradisi, pemaparan media, pendapatan keluarga, paritas, usia Ibu, pengalaman, dan kecukupan ASI. Pemberian MP-ASI yang terlalu dini atau tidak tepat dapat menimbulkan masalah kesehatan pada anak seperti kejadian infeksi yang tinggi seperti alergi, diare, infeksi saluran napas hingga gangguan pertumbuhan. (Fitriana, 2013).

Tujuan: meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat khususnya ibu untuk bisa membantu memenuhi kebutuhan Gizi. Edukasi merupakan salah satu cara pendekatan pada keluarga yang baik dan efektif sehingga dapat mengubah perilaku masyarakat.

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu penyampaian informasi secara luring dengan tatap muka dimana dilakukan dengan metode ceramah, Pelaksanaan dalam kegiatan ini berupa pemberian informasi dalam pengabdian masyarakat yang dilaksanakan adalah pre test dan post test mengenai pemahaman dan pentingnya mengetahui MPASI, bahaya pemberian MPASI secara dini, dan demonstrasi tekstur makanan bayi sesuai tahapan usia. **Hasil:** didapatkan dari 35 ibu yang hadir dengan hasil pre test sebesar 57% ibu belum mengetahui tentang MPASI atau kategori pengetahuan kurang. Setelah dilakukan Pemberian penyuluhan penanganan MPASI, dan demonstrasi dan penyediaan fasilitas leaflet. Didapatkan peningkatan pengetahuan sebesar 80%. Dengan adanya edukasi diharapkan ibu bisa mengetahui bahaya pemberian MPASI dan melakukan MPASI sesuai dengan waktunya yaitu 6 bulan.

Kata Kunci: Edukasi Kesehatan, MPASI, Bayi

PENDAHULUAN

Usia 6 bulan sampai dengan 24 bulan, merupakan masa rawan pertumbuhan bayi/anak. (Varghese, S. Susmitha, 2015) menyatakan periode ini dengan nama penyapihan (*weaning*) yang merupakan proses dimulainya pemberian makanan khusus selain ASI, berbentuk padat atau semi padat secara bertahap jenis, jumlah, frekuensi, maupun tekstur dan konsistensinya sampai seluruh kebutuhan nutrisi anak dipenuhi. Memulai pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) pada saat yang tepat akan sangat bermanfaat bagi pemenuhan kebutuhan nutrisi dan tumbuh kembang anak.

Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) adalah makanan atau minuman yang mengandung zat gizi, diberikan kepada bayi atau anak usia 6-24 bulan guna memenuhi kebutuhan gizi selain dari ASI. MP- ASI berupa makanan padat atau cair yang diberikan secara bertahap sesuai dengan usia dan kemampuan pencernaan bayi. Pada usia 6-24 bulan ASI hanya menyediakan 1/2 kebutuhan gizi bayi dan pada usia 12-24 bulan ASI menyediakan 1/3 dari kebutuhan gizinya. Sehingga MP-ASI harus

diberikan pada saat bayi berusia 6 bulan. (Kementerian Kesehatan RI, 2014).

Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) dini merupakan makanan atau minuman yang diberikan kepada bayi sebelum berusia 6 bulan. Menurut (Aina, 2019), faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku pemberian MP-ASI dini diantaranya adalah pengetahuan, pekerjaan, dukungan keluarga, pendidikan, tradisi, pemaparan media, pendapatan keluarga, paritas, usia Ibu, pengalaman, dan kecukupan ASI. Pemberian MP-ASI yang terlalu dini atau tidak tepat dapat menimbulkan masalah kesehatan pada anak. Faktanya, praktek pemberian MPASI dini di Indonesia masih banyak dilakukan. MPASI dini dapat berdampak terhadap kejadian infeksi yang tinggi seperti alergi, diare, infeksi saluran napas hingga gangguan pertumbuhan. (Fitriana, 2013) Dampak pemberian MPASI terlalu dini (Mufida, L., et al, 2015) yaitu resiko jangka pendek yang dapat mengurangi keinginan bayi untuk menyusui (konsumsi ASI berkurang), dan bayi dapat mengalami penyumbatan saluran pencernaan atau diare, serta meningkatkan risiko terkena infeksi

serta stunting sedangkan dampak jangka panjangnya dapat berupa kelebihan berat badan atau kebiasaan makan yang tidak sehat, menyebabkan alergi terhadap makanan. Selain itu juga dapat menyebabkan kebiasaan makan yang memungkinkan terjadinya gangguan hipertensi. Selain pemberian ASI Eksklusif, pemberian MP-ASI terlalu dini juga dapat meningkatkan risiko diare serta infeksi saluran pencernaan atas (ISPA) gangguan inilah yang mengakibatkan keterlambatan pertumbuhan yaitu stunting pada anak (Sundari, et al, 2015)

Berdasarkan hal tersebut maka perlu adanya edukasi kepada ibu berupa edukasi kepada ibu kapan pemberian MPASI secara tepat, bahaya dan dampak jangka pendek dan jangka Panjang pemberian MPASI secara dini < 6 bulan. Dengan adanya edukasi diharapkan ibu bisa mengetahui bahaya pemberian MPASI dan melakukan MPASI sesuai dengan waktunya yaitu 6 bulan.

METODE PELAKSANAAN

Adapun rancangan metode pelaksanaan kegiatan ini dilakukan dengan empat langkah yaitu perencanaan, tindakan, observasi dan evaluasi serta refleksi

kegiatan. Pelaksanaan dalam kegiatan ini berupa implementasi program pengabdian masyarakat yang dilaksanakan adalah *pre test* dan *post test* mengenai pemahaman tentang pemberian MPASI, bahaya pemberian MPASI secara dini, dan demonstrasi tekstur makanan bayi sesuai tahapan usia. Adapun tahapan pelaksanaan sebagai berikut:

1. Tahap persiapan

Pada tahap persiapan, para pelaksana akan mempersiapkan materi edukasi yang akan diampaikan dan memberikan soal *pre test* dan *post test*. Materi edukasi yang disampaikan menyangkut Definisi, Tujuan, Prinsip pemberian MPASI, Jadwal Pemberian dan dampak MPASI terlalu dini. Penyusunan soal *pre test* dan *post test* didasarkan pada materi yang disampaikan oleh pelaksana kegiatan. *Pre test* dan *post test* dilakukan guna mengetahui dampak dari intervensi yang dilakukan, maka pelaksana kegiatan melakukan uji *pre test* dan *post test* kepada orang tua atau ibu yang memiliki bayi.

2. Tahap pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan, pelaksana dibantu oleh rekan pelaksanaan dan dua mahasiswa untuk membuat materi edukasi yang terdiri dari poin-poin sebagai berikut:

- a) Definisi MPASI
- b) Tujuan MPASI
- c) Prinsip Pemberian MPASI

- d) Jadwal Pemberian MPASI
 - e) Dampak MPASI
3. Tahan keberlanjutan
- Kegiatan Rencana keberlanjutan program pengabdian kepada masyarakat ini berupa penguatan kemitraan dengan Puskesmas sehingga dapat dilaksanakan kegiatan edukasi secara periodik dengan ditunjang kegiatan pelatihan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Pre Test pengetahuan tentang MPASI

MPASI (n=35)

| Pengetahuan | Frekuensi | % |
|-------------|-----------|-------|
| Baik | 8 | 23 |
| Cukup | 7 | 29 |
| Kurang | 20 | 57 |
| Total | 35 | 100.0 |

Hasil Pre Test pengetahuan tentang MPASI diperoleh lebih dari setengahnya responden yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 20 responden (57%), pengetahuan cukup sebanyak 7 (29%) dan pengetahuan baik sebanyak 8 (23%).

Post test pengetahuan tentang MPASI

Pengetahuan MPASI (n=35)

| Pengetahuan | Frekuensi | % |
|-------------|-----------|-------|
| Baik | 28 | 80 |
| Cukup | 3 | 9 |
| Kurang | 4 | 11 |
| Total | 35 | 100.0 |

berdasarkan pengetahuan tentang MPASI setelah diberikan edukasi diperoleh lebih dari setengahnya responden yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 28 responden (80%), pengetahuanya cukup sebanyak 3 (9%) dan pengetahuan kurang sebanyak 4 (11%).

Pengabdian kepada masyarakat atau kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah kegiatan yang mencakup upaya-upaya peningkatan kualitas sumber daya manusia antara lain dalam hal perluasan wawasan, pengetahuan maupun peningkatan keterampilan yang dilakukan oleh civitas akademika sebagai perwujudan dharma bakti serta wujud kepedulian untuk berperan aktif meningkatkan kesejahteraan dan memberdayakan masyarakat luas terlebih bagi masyarakat ekonomi lemah

Hasil yang didapatkan dari dari 35 ibu yang hadir dengan hasil pre test sebesar 57% ibu belum mengetahui tentang MPASI atau kategori pengetahuan kurang. Setelah dilakukan Pemberian penyuluhan penanganan MPASI, dan demonstrasi dan penyediaan fasilitas leaflet. Didapatkan peningkatan pengetahuan sebesar 80%.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan hana 2023 ada pengaruh pemberian edukasi MPASI dengan peningkatan pengetahuan. pengetahuan sebelum diberikan edukasi tentang pemberian MP-ASI rata-rata nilai responden 11,5 dengan nilai minimal 6 dan nilai

maksimal 16. Pengetahuan sesudah diberikan edukasi tentang pemberian MP-ASI nilai rata-rata pengetahuan menjadi 13,64 dengan nilai minimal 8 dan nilai maksimal 17. Adapun pengaruh pemberian edukasi pemberian MP-ASI terhadap pengetahuan ibu dengan anak usia 7-24 bulan di desa kesesi kabupaten pekalongan sebelum dan sesudah diberikan edukasi pemberian MP-ASI dengan $p < 0,000 < \alpha < 0,05$.

Edukasi kesehatan adalah upaya terencana agar tercipta peluang bagi individu-individu maupun kelompok untuk meningkatkan kesadaran (literacy) serta memperbaiki keterampilan (life skills) dan pengetahuan demi kepentingan kesehatannya (Nursalam, 2015). Tujuan edukasi kesehatan adalah memperbaiki perilaku dari yang semula tidak sesuai dengan norma kesehatan atau merugikan kesehatan ke arah tingkah laku yang sesuai dengan norma kesehatan atau menguntungkan kesehatan.

Sebagian besar masyarakat kurang mengetahui tindakan pemberian MPASI secara dini. Berdasarkan hal tersebut maka perlu adanya edukasi kepada ibu berupa edukasi kepada ibu kapan pemberian MPASI secara

tepat, bahaya dan dampak jangka pendek dan jangka Panjang pemberian MPASI secara dini < 6 bulan. Dengan adanya edukasi diharapkan ibu bisa mengetahui bahaya pemberian MPASI dan melakukan MPASI sesuai dengan waktunya yaitu 6 bulan.

Dampak pemberian MPASI terlalu dini (Mufida, L., et al, 2015) yaitu resiko jangka pendek yang dapat mengurangi keinginan bayi untuk menyusui (konsumsi ASI berkurang), dan bayi dapat mengalami penyumbatan saluran pencernaan atau diare, serta meningkatkan risiko terkena infeksi serta stunting sedangkan dampak jangka panjangnya dapat berupa kelebihan berat badan atau kebiasaan makan yang tidak sehat, menyebabkan alergi terhadap makanan. Selain itu juga dapat menyebabkan kebiasaan makan yang memungkinkan terjadinya gangguan hipertensi. Selain pemberian ASI Eksklusif, pemberian MP-ASI terlalu dini juga dapat meningkatkan risiko diare serta infeksi saluran pencernaan atas (ISPA) gangguani inilah yang mengakibatkan keterlambatan pertumbuhan yaitu stunting ppada anak (Sundari, et al, 2015)

Edukasi dan pelatihan yang diberikan kepada masyarakat bertujuan meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang waktu pemberian MPASI secara tepat, dampak MPASI dini dan mampu menyajikan menu MPASI sesuai dengan kebutuhan Gizi anak.

Edukasi merupakan salah satu cara pendekatan pada keluarga yang baik dan efektif sehingga dapat mengubah perilaku masyarakat. Berdasarkan beberapa uraian diatas maka perlu dilakukan studi literatur tentang pengaruh edukasi kepada masyarakat terhadap pengetahuan MPASI . Pelaksanaan dalam kegiatan ini adalah edukasi tentang MPASI kepada ibu yang memiliki bayi. Kegiatan dimulai dengan Pre test dan post tes tentang MPASI yang bertujuan mengukur pemahaman ibu di keurahan RW 04 kelurahan kranggan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Bagian ini berisi rangkuman yang menjelaskan hasil kegiatan pengabdian masyarakat. Kesimpulan diuraikan dalam bentuk paragraf. Edukasi kepada masyarakat tentang MPASI yang dilakukan di keurahan RW 04 kelurahan

kranggan. Edukasi kepada ibu kapan pemberian MPASI secara tepat, bahaya dan dampak jangka pendek dan jangka Panjang pemberian MPASI secara dini < 6 bulan dan demostrasi menu makanan MPASI. Dengan adanya edukasi diharapkan ibu bisa mengetahui bahaya pemberian MPASI dan melakukan MPASI sesuai dengan waktunya yaitu 6 bulan. Edukasi merupakan salah satu cara pendekatan pada keluarga yang baik dan efektif sehingga dapat mengubah perilaku masyarakat.

Saran

Edukasi diharapkan terus dilakukan secara rutin kepada masyarakat khususnya ibu yang memiliki bayi . Upaya edukasi tetap harus terus dilakukan guna menekan angka kejadian Stunting menjadi rendah

DAFTAR PUSTAKA

- Aina, Q. (2019). Faktor Yang Mempengaruhi Pemberian Makanan Pendamping Asi (Mp-Asi) Dini Pada Bayi Usia 0-6 Bulan. *Jurnal Info Kesehatan*, 09(2), 211–219.
- Fitriana, V. dkk. (2013). *Hubungan antara Tingkat Kesepian dengan Tingkat Insomnia pada*

- Lanjut Usia di Desa Srimulyo Kecamatan Piyungan Kabupaten Bantul Yogyakarta. Skripsi. Yogyakarta : Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran Universitas Gajah Mada.*
- Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta : Kemenkes RI;*
- Kementrian Kesehatan RI. 2022. Hasil Survei Status Gizi Indonesia. Jakarta
- Kristianto, Y., & Sulistyarini, T. (2013). The factors taht influence mother's behavior in giving food complement of breast milk for babyi in age 6-26 month. *Jurnal Stikes* (1), 99-108
- Mufida, L., Widyaningsih, T. D., & Maligan, J. M. (2015). *Prinsip Dasar MPASI Untuk Bayi Usia 6-24 Bulan. Jurnal Pangan dan Agroindustri Vol. 3 No 4, hlm.1646-1651, September 2015 , 1646-1649.*
- Muharwaman (2024) Pemberian MPASI Harus penuh 4 Syarat di akses [https://kemkes.go.id/id/pemberian-mpasi-harus-penuhi-4-syarat-ini tgl 10 September 2025](https://kemkes.go.id/id/pemberian-mpasi-harus-penuhi-4-syarat-ini-tgl-10-September-2025)
- Septikasari, M. (2018). *Status gizi anak dan faktor yang mempengaruhi.* Yogyakarta: UNY Press.
- Sundari, D., Almasyhuri, dan A. L. (2019). Pengaruh Proses Pemasakan Terhadap Komposisi Zat Gizi Bahan Pangan Sumber Protein. *Media Litbangkes.* 25(4): 235-242.
- Hana 2023 Pengaruh Edukasi Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) Terhadap Pengetahuan Ibu Rumah Tangga Dengan Anak Usia 7-24 Bulan Di Desa Kesesi Kabupaten Pekalongan Diakes <https://www.repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/2328>rensi.
- Arsin, Arsunan. Transisi epidemiologi dan pergeseran pola penyakit. *Fajar*, 14 November 2015.
- Diabetes Prevention Program Research Group. Hypertension, Insulin, and Proinsulin in of Participants with Impaired Glucose Tolerance. *Hypertension.* 2002; 40(5):679-86.
- Kemenkes RI. Rencana Strategis Kementerian Kesehatan tahun 2015-2019. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI; 2015.