



## SOSIALISASI TENTANG ASI EKSLUSIF DAN PRAKTEK PEMBUATAN MP-ASI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GAMBESI

Sitti Nurhidayanti Ishak<sup>1</sup>, Febrianti Buamona<sup>2</sup>, Gloria E. Tutu<sup>3</sup>, Nurul Arsdiana<sup>4</sup>, Nilasari Umalekhoa<sup>5</sup>, Julianti A.Kahar<sup>6</sup>, Jumaida Bandang<sup>7</sup>, Masthura Cita Dewi<sup>8</sup>, Nissa Ariska S.<sup>9</sup>, Sumarni Malik<sup>10</sup>, Linda Ikmal<sup>11</sup>, Radhiyah Rahma Piga<sup>12</sup>, Nining Rahmawati<sup>13</sup>, Fika Silayar<sup>14</sup>, Rukmana Gorontalo<sup>15</sup>, Rahmat Jamaludin<sup>16</sup>, Yulia Yogi Novarina<sup>17</sup>, Farhana Punusingon<sup>18</sup>, Nurintani<sup>19</sup>, Yulyana Sahbudin<sup>20</sup>, Karmila Umaternate<sup>21</sup>, Rastiana Umagapit<sup>22</sup>, Farida Rusman<sup>23</sup>

<sup>1-23</sup>Program studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Maluku Utara

### Article Information

#### Article history:

Received January 05,  
2024

Approved January 12,  
2024

#### Keywords:

ASI, MP-ASI

#### ABSTRACT

ASI (breast milk) and MP-ASI (complementary foods for breast milk) have an important role in the development and health of babies. These two types of feeding play a crucial role in providing the nutrients needed for optimal growth and development of children. Unfortunately, there are still many mothers who do not provide exclusive breast milk, and what is even more worrying is that they give additional food when the baby is 4 months old. The team's efforts include outreach/counseling about the benefits of breast milk and MP-ASI. This activity aims to increase public knowledge about the importance of exclusive breastfeeding and continue providing appropriate MP-ASI. The method used was lectures through health outreach and direct practice targeting 20 people in Fitu village. The stages are preparation, implementation, and evaluation using a questionnaire. The results obtained were that after being given socialization about breast milk and the practice of making MP-ASI, it could be seen that there was an increase in participants' knowledge about breast milk and its various benefits. The public can find out how to make MP-ASI by themselves. With this outreach, it is hoped that the community, especially mothers, would pay more attention to nutrition for children's growth and development, one of which is by providing exclusive breast milk followed by providing MP-ASI to create a quality generation (HR)

#### ABSTRAK

Asi (Air Susu Ibu) dan MP-ASI (Makanan Pendamping Air Susu Ibu) memiliki peran penting dalam perkembangan dan kesehatan bayi. Kedua jenis pemberian makanan ini memainkan peran krusial dalam memberikan nutrisi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan optimal anak. Masih banyak terdapat ibu-ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif dan lebih memprihatinkan lagi ternyata mereka sudah memberikan makanan tambahan pada saat bayi masih berusia 4 bulan. Upaya yang dilakukan tim dengan cara sosialisasi/ penyuluhan tentang manfaat ASI dan MP-ASI. Tujuan kegiatan ini untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya pemberian

ASI secara eksklusif dan dilanjutkan dengan pemberian MP-ASI yang tepat. Metode yang digunakan yaitu ceramah melalui sosialisasi Kesehatan dan praktek langsung dengan sasaran sebanyak 20 orang masyarakat yang berada di desa Fitu. Tahapan yang dilakukan berupa persiapan, pelaksanaan dan evaluasi dengan menggunakan kuesioner. Hasil yang diperoleh bahwa setelah diberikan sosialisasi tentang ASI serta praktek pembuatan MP-ASI dapat terlihat adanya peningkatan pengetahuan peserta tentang ASI dan berbagai manfaatnya serta Masyarakat dapat mengetahui cara membuat MP-ASI. Dengan adanya sosialisasi ini diharapkan Masyarakat terutama ibu-ibu lebih memperhatikan nutrisi untuk tumbuh kembang anak, salah satunya dengan memberikan ASI eksklusif dilanjutkan dengan pemberian MP-ASI agar dapat menciptakan generasi (SDM) yang berkualitas.

---

© 2024 EJOIN

---

\*Corresponding author: [nurhidasiti8@gmail.com](mailto:nurhidasiti8@gmail.com)

---

## PENDAHULUAN

Asi (Air Susu Ibu) dan MP-ASI (Makanan Pendamping Air Susu Ibu) memiliki peran penting dalam perkembangan dan kesehatan bayi. Kedua jenis pemberian makanan ini memainkan peran krusial dalam memberikan nutrisi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan optimal anak. ASI dianggap sebagai makanan terbaik untuk bayi karena mengandung sejumlah besar nutrisi esensial yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan mereka. ASI mengandung protein, lemak, karbohidrat, vitamin, dan mineral yang sesuai dengan kebutuhan bayi. Selain itu, ASI juga mengandung antibodi yang membantu melindungi bayi dari infeksi dan penyakit (Jasny et al., 2019).

Pemberian ASI direkomendasikan oleh organisasi kesehatan dunia, seperti WHO (World Health Organization), UNICEF (United Nations International Children's Emergency Fund), dan American Academy of Pediatrics, setidaknya selama 6 bulan pertama kehidupan bayi. Pemberian ASI eksklusif pada awalnya memberikan perlindungan optimal dan memberikan dasar kuat untuk kesehatan anak dalam jangka panjang. Meskipun ASI menyediakan nutrisi yang cukup untuk bayi pada awal kehidupan, namun seiring bertambahnya usia, bayi membutuhkan tambahan nutrisi dari sumber lain (WHO, 2023).

Kementrian Kesehatan dan Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) telah menegaskan bahwa usia hingga 6 bulan hanya diberikan ASI eksklusif saja. Oleh karena itu, Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI) baru bisa diperkenalkan kepada bayi ketika bayi berusia 6 bulan keatas. Pada usia sekitar 6 bulan keatas, anak mulai membutuhkan makanan pendamping ASI atau MP-ASI. MP-ASI membantu memenuhi kebutuhan nutrisi tambahan, terutama zat besi dan zinc, yang mungkin kurang dalam ASI. Aktivitas bayi setelah usia 6 bulan semakin banyak sehingga diperlukan makanan pendamping ASI sehingga terpenuhi kebutuhan gizi harian bayi. Dengan bertambahnya usia bayi, pertumbuhan yang sangat pesat sehingga bayi memerlukan asupan yang lebih banyak (Wardhani, 2018). Waktu pemberian MP- ASI anak yang tepat adalah usia 6-24 bulan, pada usia tersebut organ pencernaan bayi mulai kuat menerima makanan yang tinggi energi. Pemberian MP-ASI sebaiknya dimulai secara bertahap, dengan memperkenalkan makanan padat secara perlahan-lahan sambil tetap memberikan ASI. Secara keseluruhan, ASI dan MP-ASI bekerja bersama-sama untuk memberikan nutrisi yang lengkap dan mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal bayi selama periode kritis pertumbuhan mereka.

Di Indonesia pada tahun 2018 bayi yang mendapatkan ASI eksklusif sebesar 44,36% meningkat pada tahun 2019 menjadi 66,69% (BPS, 2022a). Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Kementerian Kesehatan 2018 menunjukkan 17,7% bayi usia dibawah 5 tahun (balita) masih mengalami masalah gizi. Angka tersebut terdiri atas balita yang mengalami gizi buruk sebesar 3,9% dan yang menderita gizi kurang sebesar 13,8%. Provinsi Maluku Utara menduduki peringkat ketiga untuk provinsi yang paling banyak terdapat gizi buruk pada baduta yakni mencapai 6,5%. Peringkat pertama adalah Provinsi Maluku dan peringkat kedua adalah Provinsi NTT (Kemenkes RI, 2018). Sedangkan, bayi yang mendapatkan ASI eksklusif datanya masih fluktuatif dari tahun ke tahun di provinsi Maluku Utara, pada tahun 2018 sebesar 64,28% meningkat pada tahun 2019 menjadi 64,36% dan menurun pada tahun 2020 menjadi 62,41% (BPS, 2022b).

Dari hasil survey awal tim, kami menemukan bahwa banyak Masyarakat yang tidak memberikan ASI secara eksklusif, dan lebih memprihatinkan lagi, mereka juga sudah memberikan makanan tambahan pada saat bayi masih berusia 4 bulan, hal ini dikarenakan kurangnya pengetahuan mereka tentang ASI dan manfaatnya serta pengolahan dan pemberian makanan tambahan (MP-ASI) pada bayi di atas 6 bulan. Sebagaimana yang kita ketahui bahwa bayi yang tidak mendapatkan ASI dapat menurunkan daya tahan tubuh, memiliki risiko lebih tinggi terhadap berbagai penyakit dan infeksi, termasuk infeksi saluran pernapasan, diare, dan infeksi telinga. ASI membantu dalam pengembangan otak, sistem saraf, dan organ tubuh lainnya. Ketidakberlanjutan pemberian ASI dapat berpotensi mengakibatkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada anak. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa anak-anak yang tidak mendapatkan ASI memiliki risiko lebih tinggi terkena obesitas dan masalah kesehatan lainnya di masa depan (Jasny et al., 2019). Mengingat pentingnya pemberian ASI secara eksklusif serta bagaimana mengolah MP-ASI, maka tim pengabdian masyarakat akan melakukan sosialisasi tentang ASI dan manfaatnya serta praktek pembuatan MP-ASI di Kelurahan Gambesi. Diharapkan dengan adanya sosialisasi ini dapat menambah pemahaman masyarakat terutama Ibu-ibu akan pentingnya ASI dan pemberian MP-ASI yang berkualitas sehingga dapat meningkatkan kualitas Sumber Daya Manusia Indonesia.

## **METODE PELAKSANAAN**

Sasaran dari kegiatan ini adalah masyarakat (Ibu-ibu) Kelurahan Fitu Kecamatan Ternate Selatan sebanyak 20 orang (Ibu-ibu yang aktif datang ke posyandu) agar mereka dapat memberikan ASI eksklusif dan dapat mengolah MP-ASI yang berkualitas. Kegiatan pengabdian masyarakat berupa sosialisasi tentang ASI dan manfaatnya serta Praktek pembuatan MP-ASI melalui ceramah dan praktek langsung. Media yang digunakan saat sosialisasi adalah laptop, proyektor, bahan power point, leaflet, lembar kuesioner, blender dan bahan-bahan untuk membuat MP-ASI. Tahapan program yang dilakukan adalah :

### **1. Persiapan**

Melakukan survey dan diskusi untuk mendapatkan informasi masalah kesehatan di Kelurahan Fitu, Dalam melaksanakan kegiatan ini, tim pengabdian bekerjasama dengan bidan posyandu untuk menentukan waktu penyelenggaraan posyandu, kemudian tim menetapkan materi serta target peserta dan administrasi pendukung lainnya yang digunakan saat kegiatan termasuk bahan power point.

### **2. Pelaksanaan**

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa sosialisasi serta diskusi dan tanya jawab kepada masyarakat, dilanjutkan dengan praktek pembuatan MP-ASI, pengumpulan data dengan cara mengisi kuesioner sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan/ ceramah (pre dan post test) untuk mengetahui tingkat pemahaman masyarakat tentang ASI dan MP-ASI,

pembagian leaflet kepada peserta yang hadir agar dapat dijadikan referensi dalam memahami manfaat ASI dan MP-ASI. dalam kegiatan ini, tim juga dibantu oleh seorang dokter.

### 3. Evaluasi

Evaluasi dari hasil kuesioner yang telah diisi oleh peserta terkait dengan materi yang telah disampaikan dengan analisis data menggunakan Uji paired Sample - test untuk uji perbandingan (komparatif) sebelum dan setelah dilakukannya penyuluhan (Zakiy, 2021).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilaksanakan pada bulan Juli tahun 2022 di posyandu kelurahan Fitu, wilayah kerja puskesmas Gambesi Kecamatan Ternate Selatan. Pukul 09.00 WIT sampai selesai. Peserta yang hadir sebanyak 20 orang sesuai dengan target dari kegiatan ini. Kegiatan sosialisasi tentang ASI dan MP-ASI dimulai dengan kegiatan penimbangan pada bayi dari petugas posyandu, dilanjutkan dengan pengisian kuesioner pre test, pemberian informasi tentang ASI dan MP-ASI kepada masyarakat. Setelah selesai pemberian informasi dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab, Praktek pembuatan MP-ASI pengisian kuesioner post test serta pembagian leaflet.

Tabel 1. Mean, Standar Deviasi dan Standar Error

Keterangan	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pengetahuan <i>Pre- Test</i>	6.70	20	2.105	0.471
Pengetahuan Post-Test	9.95	20	0.945	0.211

Tabel 2. Pengujian Paired Sample T-Test

Keterangan	Mean	Std. Deviation	t.statistic	Significance
Uji beda tingkat pengetahuan	3.250	1.832	7.935	0.000***

Dari tabel di atas menunjukkan bahwa kegiatan sosialisasi yang dilakukan berhasil meningkatkan pengetahuan ibu terkait praktik pemberian ASI eksklusif. Hasil ini ditunjukkan pada tabel 2 yaitu tingkat signifikansi uji beda tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi berupa penyuluhan yaitu kurang dari 0.050 yaitu 0.000 dan jika dilihat pada tabel 1, nilai rata-rata untuk tingkat pengetahuan meningkat yang sebelumnya 6.70, meningkat menjadi 9.95 setelah diberi intervensi. Sebelum intervensi, sebagian besar ibu memiliki pengetahuan yang terbatas tentang manfaat ASI eksklusif dan waktu yang tepat untuk memperkenalkan MP-ASI. Namun, setelah menerima penyuluhan, terjadi peningkatan yang signifikan dalam pemahaman ibu mengenai manfaat penting dari ASI eksklusif dan MP-ASI.

Dari hasil data di atas menunjukkan bahwa pentingnya kegiatan sosialisasi yang dilakukan karena akan berpengaruh terhadap perilaku seseorang. Misalnya jika seseorang mengetahui manfaat ASI eksklusif atau terpapar dengan informasi Kesehatan maka orang tersebut akan berperilaku positif sesuai dengan yang dianjurkan yakni memberikan ASI eksklusif dan juga berupaya membuat MP-ASI yang berkualitas saat bayi berusia 6 bulan ke atas. Edukasi mengenai ASI dan MPASI bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu dalam pemberian ASI dan MPASI guna pemenuhan gizi anak. Hal ini sesuai dengan teori SOR, teori ini didasarkan pada asumsi bahwa penyebab terjadinya perubahan perilaku tergantung kepada kualitas rangsang (stimulus) yang berkomunikasi dengan organisme (Notoatmodjo, 2010).

Dengan memberikan ASI secara eksklusif dilanjutkan dengan pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) maka pertumbuhan dan perkembangan bayi lebih optimal. ASI mengandung antibodi dan faktor kekebalan yang membantu melindungi bayi dari infeksi dan penyakit. Bayi yang diberi ASI memiliki risiko lebih rendah terkena infeksi saluran pernapasan,

diare, dan penyakit lainnya. ASI menyediakan nutrisi yang optimal untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Ini mengandung semua zat gizi esensial, enzim, hormon, dan antibodi yang dibutuhkan untuk mendukung sistem kekebalan, perkembangan otak, dan organ tubuh lainnya, sehingga ASI berperan meningkatkan sumber daya manusia yang berkualitas dan mempunyai daya saing di bidang Kesehatan, Pendidikan, maupun ekonomi. Hal ini sesuai dengan harapan pemerintah dalam upaya peningkatan kualitas SDM melalui penyuluhan tumbuh kembang anak dan intervensi program Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA). Pemerintah berharap dengan penyuluhan tersebut dapat meningkatkan pengetahuan ibu dalam pemberian ASI dan MPASI agar anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal (LienaSofiana et al, 2020).

Sejalan dengan hasil pengabdian masyarakat ini, bahwa dengan pemberian edukasi MPASI selain dengan ceramah juga praktik secara langsung dengan praktik agar ibu dapat mengetahui cara membuat MPASI yang baik dan benar. Metode demonstasi/simulasi secara langsung lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dibandingkan dengan metode ceramah konvensional (LienaSofiana et al, 2020).



## KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berjalan dengan lancar. Melalui sosialisasi dan media edukasi berupa leaflet ini, dapat terlihat adanya peningkatan pengetahuan peserta tentang ASI dan berbagai manfaatnya serta mempraktekkan cara pembuatan MP-ASI sehingga Masyarakat bisa melihat secara langsung dan mempraktekkannya di rumah, agar dapat membantu tumbuh kembang anak mereka lebih optimal.

Diharapkan tenaga kesehatan di Puskesmas Gambesi selalu mengingatkan masyarakat terutama ibu-ibu dan calon ibu agar lebih memperhatikan nutrisi untuk tumbuh kembang anak, salah satunya dengan memberikan ASI eksklusif dilanjutkan dengan pemberian MP-ASI agar dapat menciptakan generasi (SDM) yang berkualitas.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Kepala beserta Staff Puskesmas Gambesi yang telah bekerjasama serta memberikan izin untuk bergabung dengan kegiatan posyandu sehingga pelaksanaan kegiatan pengabdian Masyarakat ini dapat terlaksana. Kepada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Maluku Utara, tim pengabdian Masyarakat atas partisipasinya sehingga pelaksanaan kegiatan berjalan dengan lancar.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] BPS. (2022a). *Persentase Bayi Usia Kurang Dari 6 Bulan Yang Mendapatkan Asi Eksklusif Menurut Provinsi (Persen)*,. <https://www.bps.go.id/indicator/30/1340/1/persentase-bayi-usia-kurang-dari-6-bulan-yang-mendapatkan-asi-eksklusif-menurut-provinsi.html>
- [2] BPS. (2022b). *Persentase Bayi Usia Kurang Dari 6 Bulan Yang Mendapatkan Asi Eksklusif Menurut Provinsi (Persen)*,. <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/MTM0MCMY/persentase-bayi-usia-kurang-dari-6-bulan-yang-mendapatkan-asi-eksklusif-menurut-provinsi.html>
- [3] Jasny, E., Amor, H., & Baali, A. (2019). Mothers' knowledge and intentions of breastfeeding in Marrakech, Morocco. In *Archives de Pediatrie* (Vol. 26, Issue 5, pp. 285–289). <https://doi.org/10.1016/j.arcped.2019.05.007>
- [4] Kemenkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699. [https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir\\_519d41d8cd98f00/files/Hasil-risikesdas-2018\\_1274.pdf](https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-risikesdas-2018_1274.pdf)
- [5] LienaSofiana et al. (2020). Edukasi ASI dan MPASI pada ibubalita di PedukuhanDayakan, DesaDadapayu, KecamatanSemanu. *Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdiankepada Masyarakat*, 4. <http://journal2.uad.ac.id/index.php/jpmuad/article/view/1949/pdf>
- [6] Notoatmodjo, S. (2010). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- [7] Wardhani, G. K. (2018). Hubungan Pemberian Makanan Pendamping ASI Dengan Status Gizi Bayi Usia 6-24 Bulan di Kelurahan Satabelan Kota Surakarta Tahun 2015. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, 7(2), 71–78. <https://doi.org/10.33475/jikmh.v7i2.22>
- [8] WHO. (2023). *Infant and young child feeding*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>
- [9] Zakiy, M. (2021). *SPSS Penelitian Keperilakuan: Teori dan Praktik*. Prenada Media.