

Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau	Vol. 5 No. 1	Edition: Desember 2024 – Maret 2025
	http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPMPPH	
Received : 22 Desember 2024	Revised: 26 Desember 2024	Accepted: 29 Desember 2024

PENERAPAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF DAN MP-ASI PADA PERTUMBUHAN BALITA DI DESA SIDOMULYO KECAMATAN BIRU-BIRU KABUPATEN DELI SERDANG

**Maria Hermita Manik¹, Maximilianus Dasril Samura², Meta Rosaulina³, Muhammad Tsawaby
Hasian⁴**

Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Ners¹
Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga²
Program Studi Ilmu Keperawatan Program Sarjana³
Fakultas Kedokteran Program Sarjana⁴

e-mail : hermitamaria@yahoo.co.id, coknasamura@gmail.com, hutagalungmeta04@gmail.com,
hasian.abby@gmail.com

Abstract

The growth and development of babies is mainly influenced by the nutrients contained in breast milk, which include proteins, carbohydrates, minerals and vitamins which are important for health and growth. Entering the age of 6-24 months, toddlers' energy needs increase and require additional nutritional support through providing appropriate complementary foods (MP-ASI) to encourage optimal growth and development. The purpose of this public work is to secure exceptional breastfeeding and MP-ASI education in the growth of babies in the village of Sidomulyo and Deliserdang regency. This counseling is given to Mothers with children aged 0 to 5 years. Thirty-two mothers and toddlers participated in this outreach activity. It is hoped that this counseling can provide parents with an understanding of the importance of exclusive breastfeeding and how to provide MPASI appropriately to prevent the risk of malnutrition and stunting.

Keywords: *Exclusive Breastfeeding, MPASI, Toddler Growth*

Abstrak

Pertumbuhan dan perkembangan bayi terutama dipengaruhi oleh nutrisi yang terdapat dalam ASI, yang meliputi protein, karbohidrat, mineral, dan vitamin yang penting untuk kesehatan dan pertumbuhannya. Memasuki usia 6-24 bulan, kebutuhan energi balita semakin meningkat sehingga memerlukan dukungan nutrisi tambahan melalui pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang tepat untuk mendorong tumbuh kembang yang optimal. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk memberikan penyuluhan mengenai Penerapan Pemberian Asi Eksklusif dan MP-ASI Pada Pertumbuhan Balita di Desa Sidomulyo Kecamatan Biru-Biru Kabupaten Deli Serdang. Penyuluhan ini diberikan kepada para ibu yang memiliki anak berusia 0-5 tahun. Tiga puluh dua ibu dan balita berpartisipasi pada kegiatan penyuluhan ini. Penyuluhan ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada orangtua tentang pentingnya asi eksklusif dan bagaimana cara pemberian MPASI yang tepat untuk mencegah terjadinya resiko malnutrisi dan stunting.

Kata Kunci : Asi Eksklusif, MP-ASI, Pertumbuhan Balita

PENDAHULUAN

Setiap keluarga mengharapkan anaknya memiliki pertumbuhan yang optimal. Anak yang berada pada usia lima tahun dapat juga disebut dengan masa emas dalam kehidupan pertama (Widhi et al.,2023). Sejumlah kejadian yang terkait dengan masalah pertumbuhan bayi antara lain malnutrisi, yang menyebabkan anak tumbuh dan berkembang lebih lambat dari usianya (Syarli & Gusman, 2022). Gangguan pertumbuhan fisik pada anak bisa berupa wasting, stunting, serta overweight. (Tanuwijaya, 2012). Berdasarkan data WHO tahun 2022, sejumlah 148,1 juta anak usia hingga 5 tahun mengalami masalah kesehatan terkait gizi. Salah satu masalah yang muncul adalah postur tubuh terlalu kecil serta tidak selaras dengan pertumbuhan usianya, yang sering disebut dengan stunting, sebanyak 45 juta memiliki berat badan yang kurang atau terlalu kurus dan tidak sesuai dengan postur tubuh (wasting), dan 37 juta terlampau besar dibandingkan postur tubuh (overweight) (UNICEF et al., 2023). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 mengungkapkan bahwa stunting di Indonesia sekitar 21.6%, prevalensi wasting 7.7%, prevalensi underweight 17.1% dan overweight 3.5% (Kemenkes RI, 2022). Upaya pemerintah untuk mengatasi masalah gizi meliputi perencanaan pemberian ASI secara eksklusif oleh ibu nifas dan melakukan pemberian makanan pendamping ASI (MP- ASI) setelah bayi berusia enam bulan. Hal tersebut dilakukan melalui Gerakan Nasional Mempercepat Perbaikan Gizi di 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), sesuai dengan Peraturan Presiden RI No. 42 Tahun 2013. ASI sangat dibutuhkan oleh bayi sebagai makanan utama dalam meningkatkan pertumbuhan dan perkembangannya. ASI adalah cairan yang diproduksi oleh kelenjar susu ibu ketika ibu sudah memasuki masa kehamilan. ASI pada umumnya mengandung berbagai kandungan seperti: air, karbohidrat, protein, taurin, DHA, AA, mineral, Vitamin. Beberapa nutrisi penting yang diperlukan untuk perkembangan otak bayi dapat ditemukan dalam ASI eksklusif, termasuk protein, lemak, karbohidrat, vitamin, dan mineral (Nila Putu, 2023). Ketika bayi mencapai usia diatas 6 bulan, penting untuk diberikan makanan sebagai pendamping ASI untuk memenuhi kebutuhan nutrisi sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangannya. Karena pada usia tersebut pemberian ASI secara Eksklusif hanya mampu memenuhi sebanyak 60-70% dari kebutuhan tubuh balita, maka diperlukan pemberian makanan pendamping untuk melengkapi keperluan nutrisi anak. Umur 6 hingga 24 bulan adalah waktu yang tepat bagi bayi untuk mendapatkan MP-ASI, karena pada usia ini organ pencernaan mereka mulai mampu menerima makanan yang mengandung banyak energi. Pemberian MP-ASI sebaiknya dimulai secara bertahap, sambil tetap memberikan ASI. Secara keseluruhan, ASI dan MP-ASI bekerja bersama-sama untuk memberikan nutrisi yang lengkap pada bayi.

METODE

- a. Tahapan Persiapan
Tahap persiapan pada kegiatan ini adalah persiapan alat Kesehatan dan alat-alat lainnya yang sudah disiapkan.
- b. Tahap Pelaksanaan
Kegiatan ini dilakukan di kel. Sidomulyo Kec. Biru-Biru Kab. Deli Serdang
- c. Evaluasi
Peserta hadir ialah orangtua yang memiliki bayi berusia 0-5 tahun

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan pada tanggal 07-12 Oktober 2024 di kelurahan Sidomulyo Kec. Biru-Biru Kab. Deli Serdang. Pelaksanaan kegiatan ini ditujukan kepada orangtua yang memiliki balita 0-5 tahun Kegiatan ini diawali dengan pengenalan terlebih dahulu selanjutnya memberikan materi terkait manfaat pemberian

ASI eksklusif dan panduan pemberian MPASI yang seimbang, pengolahan MPASI yang higienis, variasi menu, dan porsi makan balita sesuai usia balita,

Menurut teori yang dijelaskan dalam Buku Ajar Deteksi Dini Tumbuh Kembang dan Pemeriksaan Bayi Baru Lahir, pola asuh, etnis, ras, dan nutrisi yang diberikan pada bayi adalah beberapa faktor yang memengaruhi proses pertumbuhan balita (Rivanica R, 2016). Salah satu komponen penting yang mendukung perkembangan balita yang didapatkan dari ASI eksklusif dan MP-ASI adalah asupan gizi. Tenaga kesehatan, jaringan pendukung keluarga, dan pendidikan semua ini akan berdampak pada Pilihan ibu untuk memberikan air susu ibu secara eksklusif pada anaknya (Angkut, 2020). sejak bayi lahir sampai umur enam bulan, kandungan menyediakan nutrisi yang sempurna bagi bayi, mengandung komponen seperti air susu ibu, karbohidrat, protein, garam, mineral, dan vitamin yang semuanya mendukung pertumbuhan balita.

Ketika bayi menginjak bulan ke enam, proses memberikan air susu langsung hanya mampu mencukupi sekitar 60-70% dari kebutuhan tubuhnya, dengan itu diperlukan pemberian makanan pendamping untuk memenuhi kebutuhan gizi balita. Anak sebaiknya diberikan makanan pendamping ASI (MP-ASI) pada usia enam hingga dua puluh empat bulan. Secara keseluruhan, ASI maupun MP-ASI bekerja bersama-sama untuk memberikan nutrisi yang lengkap dan mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal bayi selama periode kritis pertumbuhan balita

KESIMPULAN DAN SARAN

Penyuluhan dan penerapan pemberian ASI eksklusif dan MPASI (makanan Pendamping ASI) memainkan peranan penting dalam mendorong perkembangan dan pertumbuhan balita yang sehat. Selama enam bulan pertama kehidupannya, bayi baru lahir menerima semua nutrisi dan perlindungan kekebalan tubuh melalui ASI eksklusif. Setelah usia 6 bulan, pemberian MPASI yang berkualitas, tepat waktu dan makanan yang diberikan bervariasi sesuai kebutuhan gizi sangat penting untuk memenuhi kebutuhan energi. Penyuluhan ini memberikan pemahaman kepada orangtua tentang pentingnya asi eksklusif dan bagaimana cara pemberian MPASI yang tepat untuk mencegah terjadinya resiko malnutrisi dan stunting.

DAFTAR PUSTAKA

- Rivanica R, O. M. (2016). *Buku Ajar Deteksi Dini Tumbuh Kembang dan Pemeriksaan Bayi Baru Lahir*. Selemba Medika.
- Syarli, R. A., & Gusman, P. (2022). Peningkatan Pemahaman Ibu Muda Tentang Pentingnya Asi dan MP ASI yang Tepat dalam Mencegah Stunting di Klinik Banjaran Medika di Banjaran. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(5), 1183–1190. <https://core.ac.uk/download/pdf/322599509.pdf>
- UNICEF, WHO, & World Bank. (2023). Level and trend in child malnutrition. *World Health Organization*, 4. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240073791>
- Widhi, A. P. K. N., Krisniawati, N., Hestiyani, R. A. N., Agustina, N. N., Burkon, L. K., & Sulastri, S. (2023). Pelatihan Manajemen ASI Perah dan Pembuatan MP-ASI Sebagai Pemenuhan Gizi di 1000 Hari Pertama Kehidupan Anak. *Linggamas: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 131–138.