

---

**MAKANAN PENDAMPING AIR SUSU IBU (MPASI) SEBAGAI UPAYA  
TAHAN TUBUH BALITA DIDUSUN BARAT DESA NYALABU DAYA**

**Imania Faradila Azizah<sup>1</sup>, Yulia Paramita Rusady<sup>2</sup>**  
[imaniafaraa601@gmail.com](mailto:imaniafaraa601@gmail.com)<sup>1</sup>, [yuliyayan@gmail.com](mailto:yuliyayan@gmail.com)<sup>2</sup>  
**Universitas Islam Madura**

**ABSTRAK**

Salah satu upaya untuk meningkatkan daya tahan tubuh dan gizi balita di perlukan nutrisi yang baik seperti Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI). MP-ASI adalah makanan dan minuman yang mengandung zat gizi yang baik, umumnya diberikan pada bayi atau anak yang berusia 6-24 bulan guna memenuhi kebutuhan gizi selain dari ASI. Masih terdapat Ibu balita di kelompok Posyandu Dusun barat desa nyalabu daya yang belum mengetahui terkait dengan pemberian MP-ASI yang baik dan benar, oleh karena itu tujuan dari pembuatan artikel ini untuk mengedukasi serta melatih ibu balita di kelompok posyandu desa nyalabuh daya tentang pemberian MP-ASI yang baik dan benar. Artikel ini menggunakan metode penelitian Pengabdian Masyarakat, Yaitu berupa penyuluhan dan pelatihan yang digunakan untuk meningkatkan pemahaman serta kesadaran masyarakat desa nyalabuh laok tentang manfaat dan cara pemberian MP-ASI pada balita. Hasil temuan penelitian ini terdapat hubungan pengetahuan ibu tentang MP-ASI dengan perilaku pemberian MP-ASI dini pada bayi usia kurang dari enam bulan. Penelitian tentang strategi edukasi kesehatan pada ibu hamil dan ibu post partum masih diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang pemberian MP-ASI di waktu yang tepat.

**Kata Kunci:** Mpasi, Balita.

**ABSTRACT**

*One effort to increase the immune system and nutrition of toddlers requires good nutrition such as Complementary Food for Breast Milk (MP-ASI). MP-ASI is food and drink that contains good nutrients, generally given to babies or children aged 6-24 months to meet nutritional needs other than breast milk. There are still mothers of toddlers in the West Hamlet Posyandu group in Nyalabu Daya village who do not know about giving good and correct MP-ASI, therefore the aim of this article is to educate and train mothers of toddlers in the Posyandu group in Nyalabu Daya village about giving good and correct MP-ASI. This article uses the Community Service research method, namely in the form of counseling and training which is used to increase the understanding and awareness of the people of Nyalabuh Laok village about the benefits and methods of giving MP-ASI to toddlers. The findings of this study show a relationship between maternal knowledge about MP-ASI and the behavior of giving early MP-ASI to babies aged less than six months. Research on health education strategies for pregnant women and postpartum mothers is still needed to increase mothers' knowledge about giving MP-ASI at the right time.*

**Keywords:** Mpasi, Tooddlers.

## **PENDAHULUAN**

Salah satu makanan dan minuman yang mengandung gizi baik selain ASI yaitu MP-ASI. Pemberian MP-ASI yang tidak tepat dan tidak sesuai dengan usia bayi akan menyebabkan gangguan dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi bayi dan juga gangguan pencernaan bayi. MP-ASI umumnya diberikan pada bayi usia 6-24 bulan, Sistem pencernaan bayi yang berusia kurang dari 6 bulan belum siap untuk menerima makanan semi padat dan beresiko terkena masalah gangguan pencernaannya seperti diare dan berak darah. Hal ini dikarenakan sistem pencernaan bayi yang masih belum sempurna sehingga sistem pencernaan belum mampu melakukan fungsinya dengan sempurna terhadap makanan baru[1]. Pemberian MP-ASI yang tidak tepat dan tidak sesuai dengan usia Pemberian MP-ASI akan menyebabkan gangguan dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi bayi dan juga gangguan pencernaan bayi[2].

Akibat dari kesalaham pemberian MP-ASI berdampak negatif terhadap pertumbuhan fisik maupun mental bayi, yang selanjutnya akan menghambat prestasi belajarnya[3]. Akibat lainnya adalah penurunan daya tahan yang menyebabkan hilangnya masa hidup sehat balita, serta dampak yang lebih serius adalah timbulnya kecacatan, tingginya angka kesakitan dan percepatan kematian. Pemberian MP-ASI yang terlalu dini dapat menyebabkan bayi mengalami gangguan pencernaan seperti diare atau konstipasi[4]. Hal ini dikarenakan organ pencernaan pada bayi belum siap dan sempurna untuk mencerna makanan padat. Selain itu, pemberian MP-ASI dini atau kurang dari 6 bulan juga bisa meningkatkan risiko obesitas, alergi, dan sistem imun yang menurun karena konsumsi ASI yang berku

Sistem imun tubuh yang menurun mengakibatkan risiko penyakit infeksi meningkat sehingga anak akan rentan mengalami gizi buruk. Pengenalan MPASI lebih awal dari usia 4 bulan berhubungan positif dengan tingkat massa lemak pada anak-anak Prancis berusia 5 tahun . MP-ASI juga tidak boleh diberikan terlalu lambat karena akan menyebabkan kebutuhan nutrisi anak tidak bisa terpenuhi [5].

Oleh karena itu, penting memberikan pemahaman serta edukasi kepada ibu balita tentang MP-ASI. Alasan penulis memilih judul diatas karena judul ini sangat menarik untuk dibahas pada era modern saat ini serta masih banyak ibu balita di daerah nyalabuh daya yang belum mengetahui seputar MP-ASI. Jadi, dengan adanya kegiatan pengabdian masyarakat serta penerbitan artikel tentang MP-ASI ini diharapkan dapat mengedukasi para ibu ibu khususnya di desa nyalabuh daya tentang MP-ASI dan cara penggunaannya yang berguna untuk meningkatkan nutrisi, gizi, dan daya tahan bayi.

## **METODE PENELITIAN**

Metode pengabdian ini menjadi jenis pendekatan kepada masyarakat serta penyampaian cara pemberian MPASI tepat waktu pada balita, sehingga dapat menambah pengetahuan Ibu. Sebelum dilaksanakannya penjelasan pelatihan MP-ASI, dilakukan terlebih dahulu sesi pengumpulan data dengan melakukan wawancara langsung, bagaimana pemberian MP-ASI di lingkungan warga sekitar serta apakah pernah diberikan pelatihan yang serupa sebelumnya[6]. Kegiatan dilaksanakan pada hari Senin, 8 juli 2024 di dusun barat desa nyalabu daya. Dalam pelaksanaannya, kegiatan tersebut terdiri dari tiga sesi yaitu sesi Penyampainya tahap dan bahan dalam pembuatan MP-ASI serta Manfaat, dan sesi pemberian MPASI kepada anak balita di Posyandu dusun barat desa nyalabu daya.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat berlangsung dengan lancar dan penuh antusias, dengan sasaran ibu-ibu yang memiliki balita di Dusun barat desa nyalabu daya, Dapat terlihat pada daftar hadir peserta masing-masing berjumlah 30 orang. Selain itu, Pada pelaksanaannya peserta menyimak dengan baik penjelasan mengenai MP-ASI. Setelah

menyimak materi yang diberikan, para peserta memahami bahwa MP-ASI yang baik adalah MP-ASI yang kaya energi, protein, mikronutrien, mudah dimakan anak, disukai anak, berasal dari bahan makanan lokal dan terjangkau, serta mudah disiapkan. Selain itu, ibu-ibu yang memiliki balita juga sangat antusias untuk mengetahui bagaimana tahap persiapan memulai MP-ASI dan bagaimana memilih menu untuk si buah hati.



Gambar Contoh Dokumentasi

## KESIMPULAN

Program pengabdian kepada masyarakat ini telah menjadikan warga di Dusun barat desa nyalabu daya bertambahnya informasi dan pengetahuan tentang pentingnya makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI). Masyarakat bertambah pengetahuan mengenai makanan atau minuman yang mengandung zat gizi yang diberikan pada bayi atau anak usia 6-24 bulan guna memenuhi kebutuhan gizi selain ASI[7]. Dari kegiatan ini sebagai para ibu yang memiliki bayi diharapkan dapat memberikan MP-ASI dan menjaga bayi dengan mengkonsumsi makanan yang bergizi dan tepat.

## Saran

Saran agar dapat memberikan pelatihan dan modul dari puskesmas dinas kesehatan setempat yang dilengkapi dengan berbagai informasi penting seputar MPASI serta resep-resep menarik yang dapat ditulis secara lengkap dan bisa berguna bagi wilayah dusun barat desa nyalabu daya.

## DAFTAR PUSTAKA

- D. Harahap, Wahyuni, "Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Pemberian Mp Asi Pada Bayi Di Desa Aek Nauli Kecamatan Hulu Sihapas Kabupaten Padang Lawas Utara Tahun 2021," *Gambaran Pengetah. Ibu Tentang Pemberian Mp Asi Pada Bayi Di Desa Aek Nauli Kec. Hulu Sihapas Kabupaten Padang Lawas Utara Tahun 2021*, pp. 1–68, 2021.
- H. Eliska, T. Gurning, A. C. Wullur, and W. A. Lolo, "FORMULASI SEDIAAN LOSIO DARI EKSTRAK KULIT BUAH NANAS ( Ananas comosus L . ( Merr )) SEBAGAI TABIR SURYA," vol. 5, no. 3, pp. 110–115, 2016.
- Kemenkes, "Materi PMBA," *English Lang. Teach.*, vol. 39, no. 1, pp. 1–24, 2020, [Online]. Available: <http://dx.doi.org/10.1016/j.biochi.2015.03.025><http://dx.doi.org/10.1038/nature10402><http://dx.doi.org/10.1038/nature21059><http://journal.stainkudus.ac.id/index.php/equilibrium/article/view/1268/1127><http://dx.doi.org/10.1038/nrmicro2577><http://>
- L. A. Br. Pasaribu, S. Yati, and W. Do Toka, "Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Makanan Pendamping-Air Susu Ibu dengan Status Gizi pada Anak Usia 6-24 Bulan," *Sari Pediatr.*, vol. 25, no. 2, p. 112, 2023, doi: 10.14238/sp25.2.2023.112-6.

- M. T. A. I. Kopa, D. M. Togubu, and A. N. Syahrudin, "Hubungan Pola Pemberian MPASI dengan Status Gizi Anak Usia 6-24 Bulan di Kabupaten Pangkep," *Al GIZZAI PUBLIC Heal. Nutr. J.*, vol. 1, no. 2, pp. 103–110, 2021, doi: 10.24252/algizzai.v1i2.22176.
- M. W. Andrian, N. Huzaimah, A. C. Satriyawati, and P. Lusi, "Pemberian Makanan Pendamping Asi Secara Dini: Hubungan Pengetahuan Dan Perilaku Ibu," *J. Keperawatan*, vol. 10, no. 2, pp. 28–37, 2021, doi: 10.47560/kep.v10i2.291.
- P. Hastuti, "Hubungan Perilaku Pemberian MP-ASI dengan Status Gizi Bayi 6-24 Bulan Di Posyandu Desa Bandung Mojokerto," *J. Surya*, vol. 11, no. 03, pp. 62–68, 2019, doi: 10.38040/js.v11i03.55.