

Edukasi pada Ibu Hamil dan Ibu Menyusui tentang MP-ASI Pangan Lokal di Puskesmas Ulu Siau Timur

Nancy S H Malonda¹, Yulianti Sanggelorang¹, Mercy I R Taroreh²

Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi¹

Fakultas Pertanian Universitas Sam Ratulangi²

Email : nancymalonda@unsrat.ac.id

ABSTRAK

Hasil penelitian yang telah dilakukan pada anak umur 36-59 bulan di daerah pesisir Kabupaten Sitaro Provinsi Sulawesi Utara tahun 2019, diperoleh data bahwa 67.2% anak tidak diberikan ASI Eksklusif, 22,5 % anak dengan pemberian MP-ASI (Makanan Pendamping Air Susu Ibu) yang tidak tepat, dan ditemukan 36.5% atau 50 anak yang mengalami stunting. Pemberian MP-ASI yang tidak tepat dapat mempengaruhi terjadinya stunting. Wilayah Kepulauan Siau Tagulandang Biaro (Sitaro), memiliki potensi ketersediaan pangan lokal yang dapat diolah menjadi MP-ASI. Tujuan kegiatan ini untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan ibu menyusui tentang pemberian MP-ASI dan memperkenalkan jenis MP-ASI berbasis pangan lokal di wilayah kerja Puskesmas Ulu Siau, sehingga ada perubahan perilaku masyarakat sesuai dengan informasi yang disampaikan. Jenis metode yang dilaksanakan adalah penyampaian informasi secara langsung berupa kegiatan penyuluhan. Agar metode yang dipilih dapat berjalan efektif dan efisien, perlu didukung dengan media dan alat yang tepat yaitu media elektronik (laptop, LCD) dan media cetak yaitu leaflet. Hasil kegiatan menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan ibu hamil dan ibu menyusui tentang pemberian MP-ASI dan cara memanfaatkan bahan pangan lokal yang ada untuk diolah menjadi MP-ASI. Penyuluhan MP-ASI berbasis pangan lokal, memberikan pengetahuan untuk perubahan perilaku ibu dalam pemberian MP-ASI sesuai syarat pemberiannya kepada anak usia 6-24 bulan. Kegiatan ini memiliki dampak positif terhadap pengetahuan dan keterampilan ibu dalam menyediakan MP-ASI secara mandiri dalam memanfaatkan pangan lokal yang tersedia untuk mencegah stunting.

Kata Kunci : Edukasi; MP-ASI; Pangan; Lokal.

ABSTRACT

The results of research conducted on children aged 36-59 months in the coastal area of Sitaro Regency, North Sulawesi Province in 2019, obtained data that 67.2% of children were not given exclusive breastfeeding, 22.5% of children were given MP-ASI (Supplementary Food for Mother's Milk).) which is not appropriate, and 36.5% or 50 children were stunted. Inappropriate complementary feeding can affect the occurrence of stunting. The territory of the Siau Islands, Tagulandang Biaro (Sitaro), has the potential for local food availability that can be processed into MP-ASI. The purpose of this activity is to increase the knowledge of pregnant women and breastfeeding mothers about the provision of MP-ASI and to introduce types of MP-ASI based on local food in the working area of the Ulu Siau Health Center, so that there is a change in community behavior according to the information conveyed. The type of method implemented is the direct delivery of information in the form of extension activities. In order for the chosen method to work effectively and efficiently, it needs to be supported by the right media and tools, namely electronic media (laptops, LCDs) and print media, namely leaflets. The results of the activity showed that there was an increase in knowledge of pregnant women and breastfeeding mothers about the provision of MP-ASI and how to utilize existing local food ingredients to be processed into MP-ASI. Counseling on MP-ASI based on local food, provides knowledge for changes in mother's behavior in giving MP-ASI according to the conditions for giving it to children aged 6-24 months. This activity has a positive impact on the knowledge and skills of mothers in providing complementary feeding independently in utilizing locally available food to prevent stunting.

Keywords: Education; MP-ASI; Food; Local.

PENDAHULUAN

Analisis Situasi

Penelitian membuktikan bahwa anak dari keluarga rawan pangan di Kabupaten Sitaro berisiko mengalami stunting 5 kali lebih tinggi dibandingkan dari rumah tangga yang tahan pangan (Sanggalorang, dkk. 2017). Hasil penelitian yang telah dilakukan pada Anak Umur 36-59 bulan di daerah pesisir Kabupaten Sitaro Provinsi Sulawesi Utara tahun 2019, diperoleh data bahwa 67.2% anak tidak diberikan ASI Eksklusif, terdapat 22,5 % anak dengan pemberian MP-ASI yang tidak tepat, dan ditemukan 36.5% atau 50 anak yang mengalami stunting. Riwayat pemberian ASI eksklusif dan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) adalah faktor yang mempengaruhi kejadian stunting. Artinya, pemberian MP-ASI yang tidak tepat atau tidak memenuhi syarat pemberian dapat menyebabkan stunting.(Malonda, dkk. 2020). Makanan pendamping ASI, tidak hanya terkait ketersediaan pangan, tetapi perlu diperhatikan frekuensi, jumlah, tekstur, jenis, aktif, dan persyaratan kebersihan. Pemberian MP-ASI bertujuan untuk memenuhi kebutuhan zat gizi pada bayi berusia 6 bulan sampai 24 bulan.

Stunting adalah masalah gizi kronis ini perlu penanganan sedini mungkin. Penyebab paling utama stunting adalah kekurangan gizi kronis pada awal 1.000 hari pertama kehidupan yaitu sejak awal kehamilan (konsepsi) hingga anak berusia dua tahun (24 bulan). Kekurangan gizi dapat berupa kurangnya jumlah asupan makanan, atau kualitas makanan yang kurang baik, seperti kurangnya variasi makanan. Usia 0-24 bulan merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, sehingga kerap diistilahkan sebagai periode emas sekaligus periode kritis. Periode emas dapat diwujudkan apabila pada masa ini bayi dan anak memperoleh asupan gizi yang sesuai untuk tumbuh kembang optimal. Sebaliknya apabila bayi dan anak pada masa ini tidak memperoleh makanan sesuai kebutuhan gizinya, maka periode emas akan berubah menjadi periode kritis yang akan mengganggu tumbuh kembang

bayi dan anak, baik pada saat ini maupun masa selanjutnya. Untuk mencapai tumbuh kembang optimal, di dalam Global Strategy for Infant and Young Child Feeding, WHO/UNICEF merekomendasikan empat hal penting yang harus dilakukan yaitu; pertama memberikan air susu ibu kepada bayi segera dalam waktu 30 menit setelah bayi lahir, kedua memberikan hanya air susu ibu (ASI) saja atau pemberian ASI secara eksklusif sejak lahir sampai bayi berusia 6 bulan, ketiga memberikan makanan pendamping air susu ibu (MP-ASI) sejak bayi berusia 6 bulan sampai 24 bulan, dan keempat meneruskan pemberian ASI sampai anak berusia 24 bulan atau lebih. Rekomendasi tersebut menekankan, secara sosial budaya MP-ASI hendaknya dibuat dari bahan pangan yang murah dan mudah diperoleh di daerah setempat (Departemen Kesehatan RI.2006).

MP-ASI lokal adalah MP-ASI yang diolah di rumah tangga atau di posyandu, terbuat dari bahan makanan yang tersedia setempat, mudah diperoleh dengan harga terjangkau oleh masyarakat, dan memerlukan pengolahan sebelum dikonsumsi sasaran. Bahan makanan lokal adalah bahan makanan yang tersedia setempat, mudah diperoleh dan harga terjangkau oleh masyarakat. Ibu hamil dan ibu menyusui merupakan ibu-ibu dalam keluarga yang bertanggungjawab terhadap penyelenggaraan makan rumah tangga. Seluruh anggota TP-PKK Desa Dame I kecamatan Siau Timur telah memahami tentang ketahanan pangan rumah tangga dan pemanfaatan pekarangan dengan menanam bahan pangan untuk dikonsumsi (Sanggalorang dan Malonda.,2020.). Wilayah Kepulauan Siau Tagulandang Biaro (Sitaro), memiliki potensi ketersediaan pangan lokal yang dapat diolah menjadi MP-ASI. (BPS Sitaro. 2020)

Tujuan dan Manfaat Kegiatan

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan ibu menyusui melalui kegiatan penyuluhan, diharapkan dapat meningkatkan

kesadaran dan pengetahuan masyarakat tentang pemberian MP-ASI berbasis pangan lokal, sehingga masalah gizi stunting dapat dicegah dan prevalensinya turun.

METODE PELAKSANAAN

Sasaran kegiatan

Yang menjadi sasaran dalam pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini adalah ibu hamil dan ibu menyusui yang berdomisili di wilayah kerja Puskesmas Ulu Kecamatan Siau Timur.

Lokasi Kegiatan

Tempat pelaksanaan kegiatan di ruang pertemuan Puskesmas Ulu Kecamatan Siau Timur Kabupaten Kepulauan Sitaro.

Metode yang digunakan

Adapun metode peningkatan pengetahuan yang digunakan yaitu penyuluhan, dengan metode ceramah. Agar metode yang dipilih dapat berjalan efektif dan efisien, perlu didukung dengan media dan alat yang tepat yaitu media elektronik (laptop, LCD) dan media cetak yaitu leaflet. Leaflet ini selain diberikan sebagai materi pembelajaran bagi peserta penyuluhan yaitu ibu hamil dan ibu menyusui yang berkesempatan hadir, juga diberikan nanti pada saat pelayanan di Posyandu atau pelayanan Ante Natal Care (ANC) yang dilaksanakan bidang KIA-KB di Puskesmas Ulu.

Focus Group Discussion (FGD) dilakukan untuk mengetahui kualitas dan hasil dari materi penyuluhan yang disampaikan. Peserta mengikuti penyuluhan dengan saksama dan serius. Secara aktif para peserta menyampaikan pengalaman dan memberikan pendapat dalam pelaksanaan FGD setelah program penyuluhan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program Kemitraan Masyarakat dilaksanakan oleh tim dari Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi, berlokasi di wilayah kerja Puskesmas Ulu Siau Kecamatan Siau Timur. Puskesmas Ulu Siau

berada di wilayah Kabupaten Kepulauan Siau Tagulandang Biaro (Sitaro) yang dapat ditempuh menggunakan transportasi laut. Kegiatan Program Kemitraan Masyarakat yang diadakan berupa penyuluhan pemberian MP-ASI berbasis pangan lokal pada ibu hamil dan ibu menyusui. Adapun waktunya pelaksanaan yaitu hari Jumat, tanggal 10 September 2021. Pelaksanaan kegiatan juga bekerjasama dan berkoordinasi dengan Puskesmas Ulu Siau. Peserta kegiatan Program Kemitraan Masyarakat ini selain ibu hamil dan ibu menyusui, melibatkan secara langsung petugas / tenaga kesehatan di puskesmas tersebut. Ada sekitar 20 orang dari ibu hamil dan ibu menyusui yang turut hadir mendengarkan penyuluhan. Kegiatan berlangsung selama kurang lebih dua jam disertai diskusi interaktif bersama warga masyarakat khususnya ibu hamil dan ibu menyusui.

Kegiatan penyuluhan dilakukan oleh tiga narasumber yang memiliki bidang keahlian gizi kesehatan masyarakat dan teknologi pertanian. Materi penyuluhan yang pertama, ibu hamil dan ibu menyusui mendapatkan penjelasan tentang pengertian MP-ASI, cara pemberian MP-ASI yang tepat sesuai umur, frekwensi pemberian, jenis dan tekstur MP-ASI. Materi penyuluhan yang ke dua adalah materi tentang jenis-jenis pangan lokal yang tersedia di Kabupaten Kepulauan Sitaro, dan komposisi zat gizi yang terkandung dalam pangan lokal tersebut. Materi penyuluhan yang ketiga tentang upaya perbaikan gizi dengan pemberian MP-ASI berbasis pangan lokal sebagai bentuk intervensi yang memberi dampak pada penurunan dan pencegahan stunting.

Edukasi gizi diberikan melalui penyuluhan pola pemberian MP-ASI sesuai umur dan pengenalan bahan pangan lokal berupa beras, jagung, ubi kayu, pisang, talas, sagu sebagai sumber karbohidrat. Termasuk kacang kedelai, kacang tanah sebagai sumber protein nabati dan produk ikan laut sumber protein hewani, serta sayur-sayuran yaitu sayur Gedi

dan buah-buahan, sebagai sumber vitamin dan mineral yang dapat diolah menjadi MP-ASI.

Pengetahuan dan pengalaman yang dimiliki ibu berhubungan dengan pemberian MP-ASI yang benar. Ibu yang memiliki pengetahuan yang kurang mengenai MP-ASI akan merasa kurang yakin bahwa dengan pemberian MP-ASI tidak akan mencukupi kebutuhan bayi. Hasil survei pendahuluan yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Ulu, menunjukkan bahwa masih ada ibu yang tidak mempunyai pengetahuan baik mengenai MP-ASI. Promosi mengenai pemberian MP-ASI yang benar pada ibu bayi usia 6 – 24 bulan perlu dilakukan guna mendukung pemberian MP-ASI. Perubahan perilaku didasari dengan adanya perubahan atau penambahan pengetahuan, sikap, atau ketrampilannya. Faktor yang berpengaruh terhadap keberhasilan suatu pendidikan adalah pemilihan metode dengan media yang tepat. Menurut Departemen Kesehatan, untuk mengubah pengetahuan dapat digunakan metode ceramah, tugas baca, dan konseling, sedangkan untuk mengubah sikap dapat digunakan metode curah pendapat, diskusi kelompok, dan tanya jawab. (Notoatmodjo S.2007)

Para peserta penyuluhan sangat tertarik dengan materi yang disampaikan, melalui metode ceramah. Sehingga harapan adanya perubahan sikap dapat tercapai, keadaan ini terlihat saat sesi diskusi para peserta saling berbagi pengalaman dan aktif mengajukan pertanyaan pada narasumber. Tahap akhir dari program ini, dilakukan evaluasi. Sebelum masuk pada penyampaian materi, para narasumber mengajukan pertanyaan terkait materi yang akan disampaikan pada para peserta untuk mengetahui pengetahuan awal tentang materi. Sedangkan evaluasi sesudah materi penyuluhan disampaikan, para narasumber kembali memberikan pertanyaan untuk mengetahui perubahan pemahaman ibu hamil dan ibu menyusui tentang MP-ASI. Materi penyuluhan disampaikan juga melalui media leaflet yang dibagikan bagi peserta. Leaflet ini selain diberikan sebagai materi pembelajaran bagi

peserta penyuluhan yaitu ibu hamil dan ibu menyusui yang berkesempatan hadir, juga diberikan nanti pada saat pelayanan di Posyandu atau pelayanan Ante Natal Care (ANC) yang dilaksanakan bidang KIA-KB di Puskesmas Ulu.

KESIMPULAN DAN SARAN

Penjelasan tentang MP-ASI dalam bentuk penyuluhan, memberikan pengetahuan untuk perubahan perilaku ibu dalam pemberian MP-ASI lokal yang tepat dan benar kepada anak usia 6-24 bulan. Kegiatan pemberian MP-ASI dengan menggunakan bahan pangan lokal memiliki dampak positif terhadap pengetahuan dan keterampilan ibu dalam menyediakan MP-ASI secara mandiri untuk mencegah stunting. Untuk keberhasilan pelaksanaan pemberian MP-ASI lokal diperlukan pendampingan dari tenaga kesehatan di posyandu dan puskesmas, serta kesungguhan masyarakat dan keluarga khususnya ibu menyusui untuk memberikan MP-ASI berbasis pangan lokal kepada anaknya sesuai syarat pemberian.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih diucapkan kepada para pendukung kegiatan ini yaitu, Lembaga Penelitian dan Pengabdian pada Masyarakat (LPPM) Universitas Sam Ratulangi sebagai lembaga yang memfasilitasi terselenggaranya kegiatan ini. Program Kemitraan pada Masyarakat ini juga didukung oleh Kepala Puskesmas Ulu Siau, sebagai mitra yang bekerjasama dan mendukung penuh dalam program pengabdian masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- BPS Sitaro. 2020. Kabupaten Kepulauan Siau Tagulandang Biaro Dalam Angka.
- Departemen Kesehatan RI.2006. Pedoman Umum Pemberian Makanan

Pendamping Air Susu Ibu (Mp-Asi)
Lokal Tahun 2006

Malonda N., Warouw F., Kawatu P., Sanggelorang Y. 2020. *History of Exclusive Breastfeeding and Complementary Feeding as a Risk Factor of Stunting in Children Age 36-59 Months in Coastal Areas*. Journal of Health, Medicine and Nursing www.iiste.org ISSN 2422-8419 An International Peer-reviewed Journal Vol.70.

Notoatmodjo S. 2007. Pendidikan dan Praktek Kesehatan. PT. Rineka Cipta. Jakarta.

Sanggalorang, Y., Farmawati., Sudargo T. 2017. Ketahanan Pangan Rumah Tangga Sebagai Faktor Risiko Kejadian Stunting Pada Anak Usia 3-5 Tahun Di Daerah Pesisir Kecamatan Siau Timur Kabupaten Sitaro. Tesis. Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.

Sanggalorang, Y dan Malonda, N. 2020. Edukasi Mengenai Pentingnya Ketahanan Pangan Rumah Tangga dan Model Pemanfaatan Pekarangan pada Pengurus TP-PKK Desa Dame I. Jurnal Perempuan dan Anak Indonesia. Volume 2 Nomor 2, [Maret 2021], hal 1-5 ISSN 2686-2891