

Edukasi Persiapan Menyusui Dan Pemberian Makanan Tambahan Pada Bayi Dan Anak

Nelly Indrasari¹, Amrina Octaviana², Roslina³, Yeyen Putriana⁴,
Nurlela⁵, Marlina⁶

¹Jurusan Kebidanan, Politeknik Kesehatan Tanjungkarang

Email : nellyindrasari@poltekkes-tjk.ac.id, amrinaoctaviana@poltekkes-tjk.ac.id,
Roslina@poltekkes-tjk.ac.id, yeyenputriana@poltekkes-tjk.ac.id,
nurlela@poltekkes-tjk.ac.id, marlina@poltekkes-tjk.ac.id

Disubmit: 28 Desember 2024

Diterima: 10 Januari 2025

Diterbitkan: 30 Mei 2025

ABSTRAK

World Health Organization (WHO) atau *United Nation Children's Fund (UNICEF)*, menyebutkan lebih dari 50% kematian anak balita terkait dengan keadaan kurang gizi. Pemberian makanan pendamping yang terlalu dini atau terlambat masih menjadi masalah umum di masyarakat akibat kurangnya pemahaman ibu dalam praktik Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA). Kesalahan dalam pemberian makan selama 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yang merupakan periode emas bagi tumbuh kembang anak, dapat menyebabkan *stunting*. *Stunting* tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik, tetapi juga menurunkan kemampuan kognitif, produktivitas, serta meningkatkan risiko penyakit kronis di masa depan. Kegiatan Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pendampingan dan edukasi kepada ibu hamil dan ibu menyusui di Posyandu Melati Karang Anyar, mengenai pentingnya persiapan menyusui dan pemberian makan bayi dan anak usia 6-24 bulan. Bentuk kegiatan ini dengan memberikan penyuluhan dan membagikan leaflet kepada ibu hamil dan ibu yang memiliki bayi balita di posyandu Melati 2 Karang Anyar Lampung Selatan. Peserta dengan jumlah 30 orang, diberikan edukasi Persiapan Menyusui dan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada Bayi dan Anak. Peserta aktif mengikuti dan antusias hingga seluruh kegiatan berakhir. Pada hasil tanya jawab sebanyak 50% ibu belum mengetahui pentingnya menyusui terutama tentang ASI Eksklusif dan kapan waktu yang tepat untuk PMT pada bayinya. Namun, setelah pemberian edukasi pengetahuan peserta meningkat menjadi 100%. Kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan bagi ibu hamil dan ibu yang memiliki bayi dan balita tentang pentingnya menyusui dan PMBA.

Kata kunci : *Edukasi, Menyusui, Pemberian Makanan Tambahan (PMT)*

ABSTRACT

The World Health Organization (WHO) and the United Nations Children's Fund (UNICEF) report that more than 50% of under-five child mortality is attributed to

Nelly Indrasari¹, Amrina Octaviana², Roslina³, Yeyen Putriana⁴,
Nurlela⁵, Marlina⁶

malnutrition. Inadequate complementary feeding practices, either too early or too late, remain a common problem in communities due to limited maternal understanding of optimal infant and young child feeding (IYCF) practices. Errors in feeding during the first 1000 days of life, a critical period for child growth and development, can lead to stunting. Stunting not only affects physical growth but also impairs cognitive ability, productivity, and increases the risk of chronic diseases later in life. This community service activity aimed to provide guidance and education to pregnant and breastfeeding mothers at the Melati Karang Anyar Posyandu, focusing on the importance of breastfeeding preparation and optimal IYCF practices for infants and young children aged 6-24 months. The activity consisted of counseling and leaflet distribution to pregnant and breastfeeding mothers with infants and toddlers at the Melati 2 Karang Anyar Posyandu, Lampung Selatan. A total of 30 participants received education on breastfeeding preparation and complementary feeding (CF) for infants and young children. The participants were actively engaged and enthusiastic throughout the activity. The results of the question-and-answer session revealed that 50% of mothers lacked knowledge about the importance of breastfeeding, particularly regarding exclusive breastfeeding and the optimal timing of CF for their infants. However, after the educational intervention, participants' knowledge increased to 100%. This community service activity demonstrates a significant increase in knowledge among pregnant and breastfeeding mothers regarding the importance of breastfeeding and optimal IYCF practices.

Keywords : *Education, Breastfeeding, Complementary Feeding (CF).*

PENDAHULUAN

Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) merupakan salah satu program pemerintah untuk menurunkan angka *stunting* hingga 40% pada tahun 2025 yang merupakan salah satu target Sustainable Development Goals (SDGs) dengan tujuan pembangunan berkelanjutan ke-2 yaitu menghilangkan kelaparan dan segala bentuk malnutrisi pada tahun 2030 serta mencapai ketahanan pangan. Pemberian makan yang tepat sejak lahir hingga usia dua tahun merupakan dasar untuk pencapaian kualitas tumbuh kembang. *World Health Organization* (WHO) atau *United Nation Children's Fund* (UNICEF), menyebutkan lebih dari 50% kematian anak balita terkait dengan keadaan kurang gizi.

Pemberian makanan pendamping yang terlalu dini atau terlambat masih menjadi masalah umum di masyarakat akibat kurangnya pemahaman ibu dalam praktik PMBA. Kesalahan dalam pemberian makan selama 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yang merupakan periode emas bagi tumbuh kembang anak, dapat menyebabkan *stunting*. *Stunting* tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik, tetapi juga menurunkan kemampuan kognitif, produktivitas, serta meningkatkan risiko penyakit kronis di masa depan. Oleh karena itu, perbaikan praktik PMBA menjadi langkah penting dalam mencegah *stunting*, salah satunya melalui edukasi dan konseling di tingkat masyarakat oleh kader untuk memastikan pemberian makan bayi dan anak yang sesuai standar gizi.

Nelly Indrasari¹, Amrina Octaviana², Roslina³, Yeyen Putriana⁴,
Nurlela⁵, Marlina⁶

Penelitian Retno (2013) menyebutkan bahwa yang tercantum dalam *Global Strategy for Infant and Young Child Feeding*, WHO dan UNICEF merekomendasikan empat hal penting yang harus dilakukan dalam praktik PMBA yaitu memberikan air susu ibu (ASI) kepada bayi segera dalam waktu 30 menit setelah bayi lahir, memberikan ASI saja atau pemberian ASI secara eksklusif sejak lahir sampai bayi berusia 6 bulan, memberikan makanan pendamping air susu ibu (MPASI) sejak bayi berusia 6 bulan sampai 24 bulan serta meneruskan pemberian ASI sampai anak berusia 24 bulan atau lebih.

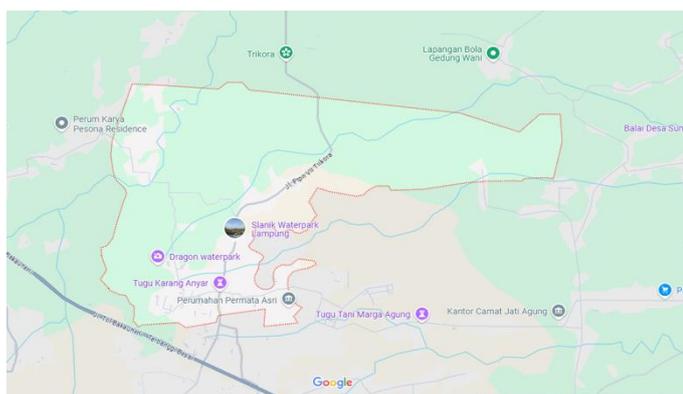
Keberhasilan menyusui membutuhkan pengetahuan dan persiapan sejak kehamilan, karena menyusui bukan hanya proses alami, tetapi juga keterampilan yang perlu dipelajari. Banyak ibu masih kurang memahami tata laksana menyusui yang benar, seperti pentingnya ASI, cara menyusui yang tepat, perlekatan yang baik, serta pemberian ASI saat terpisah dari bayi. Untuk mendukung keberhasilan menyusui, ibu perlu mempersiapkan diri secara fisik dengan mengonsumsi makanan bergizi, melakukan senam hamil, menjaga kesehatan, dan mencukupi istirahat. Selain itu, kesiapan mental juga penting, seperti meyakinkan diri bahwa menyusui adalah proses alami, meningkatkan pemahaman tentang ASI, serta melibatkan dukungan suami dan keluarga agar proses menyusui berjalan optimal.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk Edukasi Persiapan Menyusui dan Pemberian Makanan Tambahan pada Bayi dan Anak. Edukasi yang diberikan meliputi jenis makanan untuk bayi dan anak usia 6-24 bulan dan pentingnya ASI eksklusif, mitos seputar menyusui, serta manfaat ASI. Kegiatan ini dilaksanakan dengan harapan dapat memotivasi ibu hamil untuk lebih mempersiapkan diri dalam persiapan menyusui terutama pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan dan pemberian makan bayi anak (PMBA) 6-24 bulan.

MASALAH

Berdasarkan Data Puskesmas Karang Anyar Tahun 2021 Tingginya angka kehamilan dan angka menyusui di desa tersebut memerlukan upaya pengelolaan kesehatan yang baik agar derajat kesehatan ibu dan anak dapat tercapai dengan maksimal. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan edukasi menyusui sejak dini kepada ibu hamil. Kegiatan kelas ibu di desa Karang Anyar telah berjalan dengan baik. Namun, untuk edukasi pentingnya ASI eksklusif dan PMBA masih memerlukan dukungan dari tenaga kesehatan terkait, sehingga dapat lebih memotivasi para ibu dan memberikan penyegaran bagi petugas posyandu yang terlibat didalamnya.

Berikut merupakan peta lokasi desa Karang Anyar, Jati Agung, Lampung Selatan yang ditampilkan pada Gambar 2.1.



Gambar 2.1. Peta lokasi Desa Karang Anyar

METODE

Pelaksanaan kegiatan ini terdiri dari tahapan persiapan dan pelaksanaan. Tahap persiapan meliputi penyusunan materi edukasi, pengadaan perlengkapan, serta pengurusan administrasi kegiatan. Pada tahap pelaksanaan, edukasi diberikan kepada ibu menyusui dan ibu yang memiliki bayi atau balita mengenai pentingnya menyusui serta pemberian PMBA. Namun, Sebelum memberikan materi edukasi dilakukan pre-test terlebih dahulu. Kemudian apersepsi dan tanya jawab secara langsung tentang pengetahuan dan pengalaman ibu dalam menyusui dan PMBA. Kegiatan ini dilaksanakan di Posyandu Melati 2, Karang Anyar, Kecamatan Jati Agung, Kabupaten Lampung Selatan, pada 8 Mei 2024. Sasaran dalam kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini adalah ibu menyusui dan ibu yang memiliki bayi atau balita yang terdaftar di Posyandu Melati 2, Karang Anyar, Kecamatan Jati Agung, Kabupaten Lampung Selatan, dengan jumlah peserta sebanyak 30 orang. Edukasi dalam kegiatan ini menggunakan alat dan bahan berupa leaflet serta materi dalam bentuk cetak (print out) untuk mendukung penyampaian informasi kepada peserta.

HASIL

Sesuai dengan target capaian yang diharapkan, kegiatan pengabdian masyarakat ini telah terlaksana dengan baik hari Rabu tanggal 08 Mei 2024 di Posyandu Melati 2 Desa Karang Anyar Kecamatan Jati Agung. Jumlah peserta yang hadir sebanyak 30 orang yang terdiri dari ibu hamil dan ibu yang memiliki bayi dan balita, dengan tetap menerapkan protokol kesehatan. Kegiatan di mulai pukul 08.30 s.d selesai. Sebelum memberikan materi edukasi dilakukan *pre-test* pada ibu hamil dan ibu yang memiliki bayi dan balita. Kemudian apersepsi dan tanya jawab secara langsung tentang pengetahuan dan pengalaman ibu dalam menyusui dan PMBA. Kegiatan penyuluhan atau edukasi ditunjukkan seperti pada Gambar 4.1.

Nelly Indrasari¹, Amrina Octaviana², Roslina³, Yeyen Putriana⁴, Nurlela⁵, Marlina⁶



Gambar 4.1. Kegiatan penyuluhan atau edukasi

Jawaban peserta menunjukkan penyuluhan atau edukasi tentang pentingnya menyusui dan PMBA belum dilakukan secara intensif berdasarkan hasil tanya jawab diketahui sebagian ibu hamil dan memiliki bayi balita (50%) belum mengetahui pentingnya menyusui terutama tentang ASI Eksklusif dan kapan waktu yang tepat untuk Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada bayinya. Kegiatan selanjutnya yaitu pemaparan materi edukasi yang dilakukan dengan memberikan edukasi kepada ibu menyusui dan ibu yang memiliki bayi balita, tentang pentingnya menyusui dan PMBA. Peserta aktif mengikuti dan antusias hingga seluruh kegiatan berakhir. Adapun hasil yang dapat dievaluasi secara langsung adalah : Peningkatan pengetahuan bagi ibu menyusui dan ibu yang memiliki bayi balita tentang pentingnya menyusui dan PMBA sebesar 100%.

SIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan bagi ibu hamil dan ibu yang memiliki bayi dan balita tentang pentingnya menyusui dan PMBA. Terlihat dari hasil tanya jawab sebanyak 50% ibu belum mengetahui pentingnya menyusui terutama tentang ASI Eksklusif dan kapan waktu yang tepat untuk Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada bayinya. Namun, setelah pemberian edukasi pengetahuan peserta meningkat menjadi 100%. Peserta aktif mengikuti dan antusias hingga seluruh kegiatan berakhir. Diharapkan Kegiatan Pengabmas dapat dilaksanakan secara berkelanjutan dalam bentuk Pelatihan PMBA bagi Kader Posyandu di Desa Karang Anyar, sehingga mereka dapat mendampingi ibu menyusui dan ibu dengan bayi balita secara optimal. Dengan adanya pendampingan tersebut, keberhasilan menyusui ASI eksklusif selama 6 bulan, dilanjutkan dengan pemberian MP-ASI serta ASI hingga usia 2 tahun, dapat meningkat, yang pada akhirnya berkontribusi dalam menurunkan kejadian *stunting* di masyarakat.

Nelly Indrasari¹, Amrina Octaviana², Roslina³, Yeyen Putriana⁴,
Nurlela⁵, Marlina⁶

REFERENSI:

- Arfan, I., Hernawan, A. D., Asy-Syifa, S. N., & Rizky, A. (2023). Penyuluhan dan Pelatihan PMBA (Pemberian Makan Bayi dan Anak) Untuk Pencegahan *Stunting*. *To Maega: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(3), 470-477.
- Faridi, A., Furqan, M., Setyawan, A., & Barokah, F. I. (2020). Peran kader posyandu dalam melakukan pendampingan pemberian makan bayi dan anak usia 6-24 bulan. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 5(2), 172-178.
- Gambir, J., Jaladri, I., Sari, E. M., & Kurniasari, Y. (2021). A nutrition diary-book effectively increase knowledge and adherence of iron tablet consumption among adolescent female students. *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*, 8(2), 87-92.
- Gunawan, H., Fatimah, S., & Kartini, A. (2022). Hubungan Pengetahuan Dan Praktik Pemberian Makan Bayi Dan Anak (PMBA) Serta Penggunaan Garam Beryodium Dengan Kejadian *Stunting*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 10(3), 319-325.
- Kumala, D., & Sianipar, S. S. (2019). Pengaruh Pemberian Makanan Bayi Dan Anak (PMBA) Sesuai Tahapan Pada Balita Usia 0 – 24 Bulan Dalam Upaya Penurunan Resiko *Stunting* Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan Di Posyandu Wilayah Keja Puskesmas Kereng Bangkirai Kota Palangka Raya Kalimantan Tengah. *Dinamika Kesehatan: Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 10(2), 571-584.
- Putri, I., Zuleika, T., Murti, R. A. W., & Humayrah, W. (2022). Edukasi Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) Meningkatkan Pengetahuan Gizi Ibu Balita di Posyandu Anggrek, Bogor Selatan, Jawa Barat. *Darmabakti: Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 3(1), 48-55.
- Rahmawati, S. M., Madanijah, S., Anwar, F., & Kolopaking, R. (2019). Konseling oleh kader posyandu meningkatkan praktik ibu dalam pemberian makan bayi dan anak usia 6-24 bulan di Desa Pagelaran, Kecamatan Ciomas, Bogor, Indonesia. *Gizi Indonesia*, 42(1), 11-22.
- Sari, F., & Ernawati, E. (2018). Hubungan Sikap Ibu Tentang Pemberian Makanan Bayi Dan Anak (PMBA) Dengan Status Gizi Bayi Bawah Dua Tahun (Baduta). *Journal of Health (JoH)*, 5(2), 77-80.
- Widaryanti, R. (2019). *Pemberian Makan Bayi dan Anak*. Deepublish.
- Windayanti, H., Masrurroh, M., & Cahyaningrum, C. (2019). Pemberian Informasi Tentang Pemberian Makan Bayi dan Anak Usia 0 – 24 Bulan. *Indonesian Journal of Community Empowerment (IJCE)*, 1(2).