

<https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/JLPM/>

**PEMBERDAYAAN IBU BADUTA DALAM MEWUJUDKAN PERIODE EMAS
MELALUI PRAKTIK PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF DAN
MAKANAN PENDAMPING ASI**

Tri Anonim^{1)*}, Suryo Pratikwo²⁾, Sumarni³⁾, Erni Nuryanti⁴⁾, Maslahatul Inayah⁵⁾
^{1);2);3);4);5)} Poltekkes Kemenkes Semarang
*Korespondensi: trianaonim@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang : Usia dibawah 24 bulan sangat penting bagi bayi karena di masa inilah upaya menciptakan sumber daya manusia yang baik dan berkualitas. Masa itu merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan yang pesat sehingga kerap diistilahkan sebagai “Periode Emas” sekaligus “periode kritis”. Untuk mencapai tumbuh kembang optimal, Global Strategy for Infant and Young Child Fedding WHO/UNICEF merekomendasikan perlunya 4 hal penting yang harus dilakukan, antara lain: memberikan ASI kepada bayi segera dalam waktu 30 menit setelah bayi lahir, memberikan hanya ASI saja atau pemberian ASI eksklusif sejak lahir sampai bayi berusia 6 bulan, memberikan makanan pendamping ASI (MP ASI) sejak bayi berusia 6 bulan sampai 24 bulan, dan meneruskan pemberian ASI samp

Tujuan: Meningkatkan pengetahuan ibu Baduta dalam upaya perbaikan gizi anaknya melalui praktik pemberian ASI Eksklusif dan MPASI agar terwujud Periode Emas.

Metode: Penyuluhan kesehatan dan Praktik pemberian ASI eksklusif dan MPASI melalui ceramah, tanya jawab, demomnstrasi membuat MPASI usia 6-9 bulan, 9-12 bulan dan 12-24 bulan.ai anak berusia 24 bulan atau lebih.

Hasil Kegiatan: Hasil evaluasi nilai rata-rata pre test sebesar 76,6 (baik) menjadi 87,4 (sangat baik) pada nilai rata-rata post-test

Kesimpulan: Penyuluhan tentang Pemberian ASI Eksklusif dan MPASI dapat meningkatkan pengetahuan pada Ibu Baduta, nilai rata-rata pre tes dibanding pos tes terjadi peningkatan signifikan.

Kata Kunci : Baduta, ASI Eksklusif, MPASI

<https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/JLPM/>

EMPOWERMENT OF COLLEGE MOTHERS IN REALIZING THE GOLDEN PERIOD THROUGH EXCLUSIVE ASI FEEDING PRACTICES AND COMPLETE FOODS FOR BREAST MILK

Tri Anonim^{1)*}, Suryo Pratikwo²⁾, Sumarni³⁾, Erni Nuryanti⁴⁾, Maslahatul Inayah⁵⁾
^{1);2);3);4)} Poltekkes Kemenkes Semarang

*Corresponding: trianonim@gmail.com

Abstract

Background : Baduta is the term given to children aged under two years or around 0-23 months. This period is very important because this is the time when efforts are made to create good and quality human resources. This period was a period of rapid growth and development, so it is often referred to as the "Golden Period" as well as the "critical period". To achieve optimal growth and development, WHO/UNICEF's Global Strategy for Infant and Young Child Feeding recommends the need for 4 important things to be done, among others: giving breast milk to babies immediately within 30 minutes after the baby is born, giving only breast milk or exclusive breastfeeding from birth until the baby is 6 months old, providing complementary breast milk (MP ASI) from the time the baby is 6 months to 24 months old, and continuing breastfeeding until the child is 24 months old or more.

Objective : Increase the knowledge of Baduta mothers in efforts to improve their children's nutrition through the practice of providing exclusive breastfeeding and MPASI to realize the Golden Period.

Method : Health education and practice of giving exclusive breastfeeding and MPASI through lectures, questions and answers, demonstrations on making MPASI aged 6-9 months, 9-12 months and 12-24 months. Activity

Results: The results of the evaluation of the average pre-test score were 76.6 (good) to 87.4 (very good) on the average post-test score.

Conclusion : Counseling on Exclusive Breastfeeding and MPASI can increase the knowledge of Baduta Mothers, The average score of the pre-test compared to the post-test has increased significantly.

Keywords : *Baduta, Exclusive Breast Milk, MPASI*

Pendahuluan

Indonesia Masih menghadapi permasalahan gizi yang berdampak serius terhadap kualitas sumber daya manusia (SDM) . Salah satu masalah gizi yang menjadi perhatian utama saat ini adalah masih tingginya anak balita pendek /stunting. (Kementerian Desa, PDT dan transmigrasi, 2018)

Upaya penurunan stunting yang dilakukan terhadap 1000 Hari pertama Kehidupan (HPK) melalui intervensi gizi spesifik khususnya terhadap anak usia 0-23 bulan (Baduta) adalah pendampingan kepada semua ibu yang memiliki anak usia 0-6 bulan agar mampu memberikan ASI secara Eksklusif pada bayi sejak lahir sampai umur 6 bulan oleh petugas kesehatan dan kader, pembelajaran pola asuh dan pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) atau MP-ASI

Baduta adalah sebutan untuk anak Usia 0 – 24 bulan atau bawah dua tahun (baduta) merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, sehingga dikatakan 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 (Nutrisiani, 2012)

Hasil penelitian Ratih Sulistyarningsih (2012) didapatkan nilai p value sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti ada perbedaan status gizi balita setelah diberikan program MP-ASI lokal. Hal ini menunjukkan bahwa program MP-ASI lokal ini dapat membantu dalam peningkatan status gizi balita. Hasil penelitian ini mengidentifikasi perlunya keberlanjutan program MP-ASI dalam meningkatkan gizi masyarakat khususnya gizi pada Baduta.

Berdasar studi pendahuluan terhadap 5 Ibu Baduta di wilayah Kelurahan Bendan Kergon didapatkan informasi yang bervariasi kaitan memberikan MPASI lebih dini adalah ibu memiliki persepsi bahwa bayi mereka merasa lapar lebih awal, dan mereka ingin memberikan makan pada bayi mereka secepat mungkin sebelum usia 6 bulan untuk mengatasi rasa lapar tersebut. Ibu baduta yang lain menganggap bahwa ASI saja tidak cukup memenuhi kebutuhan nutrisi bayi mereka. Mereka menganggap memberikan makan pada bayi lebih dini dapat membantu bayi tumbuh lebih cepat atau lebih sehat. Beberapa ibu menghadapi tantangan dalam menyusui seperti produksi ASI yang kurang, kesulitan menyusui, atau masalah kesehatan tertentu. Hal ini membuat mereka merasa perlu memberikan makan pada bayi lebih dini untuk memastikan bayi mendapatkan nutrisi yang cukup

Metode Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat diselenggarakan pada tanggal 11 Agustus 2023. Lokasi kegiatan di wilayah kerja Puskesmas Bendan Kota Pekalongan tepatnya di halaman kantor Kelurahan Bendan Kergon, Kecamatan Pekalongan Barat, Kota Pekalongan dengan sasaran Ibu Baduta sebanyak 25 peserta

Metode Kegiatan yang digunakan berupa:

Penyuluhan keehatan melalui ceramah, tanya jawab, demonstrasi membuat MPASI oleh nara sumber yang selanjutnya didemosntrasikan ulang oleh seorang ibu Baduta yang maju didepan semua peserta lain.

Kegiatan Pengabmas ini ini dilakukan dengan melalui beberapa langkah

1. Tahap Persiapan meliputi : penjajagan lokasi, pengurusan surat ijin. koordinasi dengan Puskesmas dan kelurahan.
2. Tahap Penyuluhan : Diikuti oleh sebanyak 25 peserta ibu Baduta. Kegiatan meliputi: pre test, dilakukan

<https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/JLPM/>

sebelum penyampaian materi tentang pemberian ASI Eksklusif dan makanan pendamping ASI (MPASI), demonstrasi pembuatan MPASI untuk usia 6-9 bulan, 9-12 bulan dan 12-24 bulan, diakhiri dengan post test dilakukan setelah kegiatan demonstrasi pembuatan MPASI

3. Tahap Monitoring dan Evaluasi : Dilakukan 2 bulan setelah kegiatan pengabdian kepada masyarakat, berupa memonitor status gizi Baduta melalui penimbangan berat badan Baduta dan tinggi badan. .
4. Pembuatan Luaran Pengabmas berupa : Video, HKI dalam bentuk: Poster Cara Membuat MP ASI dari Bahan Mentah, dan Poster artikel pengabmas, serta dipublikasikan di jurnal JLPM
5. Penyusunan Laporan Akhir

Hasil dan Pembahasan

Hasil Pengetahuan Tentang Asi Eksklusif dan MPASI

Tabel 1 Kuesioner Pengetahuan Pre Tes Dan Post Test

Kategori	Pre Test		Post test	
	Jumlah	Prosentase	Jumlah	Prosentase
Sangat baik	1	4	18	72
Baik	4	16	4	16
Cukup	15	60	3	12
Kurang	8	32	0	0
Total	25	100	25	100

Hasil kuesioner pre test Ibu Baduta didapatkan nilai pengetahuan 'cukup' sebesar 15 (60%) dan nilai 'kurang' : 8 (32%), sedangkan hasil nilai post test didapatkan nilai pengetahuan 'sangat baik' 18 (72%) dan nilai 'baik' sebesar 4 (16%). Tujuan utama dari kegiatan penyuluhan yaitu mencapai perubahan perilaku. Diharapkan dapat meningkatkan

pemahaman masyarakat, membentuk sikap positif terhadap suatu topik. Sikap positif dapat mendorong masyarakat untuk melakukan perubahan perilaku yang lebih baik, serta meningkatkan keterampilan masyarakat dalam memberikan ASI eksklusif dan MPASI, memperkuat partisipasi masyarakat dalam berbagai program pembangunan. dapat membantu menurunkan angka kematian anak. (Notoatmodjo S. 2014)

Tabel 2 Perubahan Tingkat Pengetahuan Ibu Baduta Sebelum dan Sesudah Pemberian Penyuluhan

Pemberian Penyuluhan	Mean	Standar Deviasi
Sebelum	67,6	7,63
Sesudah	87,4	9,54

Penyuluhan yang diberikan kepada Ibu Baduta tentang pemberian ASI Eksklusif dan MPASI dalam rangka mewujudkan periode emas dapat meningkatkan pengetahuan Ibu Baduta. Bedasar nilai rata-rata pre tes dibanding post tes terjadi peningkatan signifikan. Meningkatnya pengetahuan sasaran dibuktikan dari nilai rata-rata pre-tes para peserta 67,6 (baik) menjadi 87,4 (sangat baik) pada nilai rata-rata post-test. Kegiatan penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang pemberian ASI eksklusif dan MPASI, memilih bahan berkualitas untuk pembuatan dan cara pembuatan MPASI yang dapat meningkatkan selera makan bayi dengan inovasi yang kreatif. Bagi ibu yang sedang menyusui juga akan memiliki daya tarik untuk membuat MPASI dengan cara dan panduan yang benar menurut usia anaknya, sehingga kegiatan ini dapat dijadikan edukasi. (Komang et al., 2020).

Kendala yang dihadapi

Hampir sebagian besar Ibu Baduta , sebagai ibu rumah tangga yang biasa dalam kesehari-annya bersama dengan anak, sehingga pada saat menghadiri kegiatan

<https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/JLPM/>

pengabmas, sebagian besar membawa anaknya.

Saat kegiatan berlangsung ada suara tangisan anak Baduta yang mengakibatkan beberapa Ibu Baduta harus beranjak menjauh dari area berlangsungnya kegiatan guna menenangkan anaknya sekaligus menjaga ketenangan suasana kegiatan yang sedang berlangsung, namun kondisi seperti itu berlangsung tidak lama hanya beberapa saat saja dan dialami oleh sebagian kecil peserta.

GB.1. Pembukaan Kegiatan Pengabmas



GB.2. Penyampaian Materi



GB.3. Demonstrasi Pembuatan MPASI usia 6-9 bulan, 9-12 bula , 12-24 bulan



GB. 4. Monev Status Gizi Baduta di rumah warga



Kesimpulan

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul : Pemberdayaan Ibu Baduta Dalam Mewujudkan Periode Emas Melalui Praktik Pemberian ASI Eksklusif Dan Makanan Pendamping ASI Di Kelurahan Bendan Kergon Kota Pekalongan diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Penyuluhan tentang Pemberian ASI Eksklusif dan MPASI dapat meningkatkan pengetahuan pada Ibu Baduta, ditunjukkan dengan nilai rata-rata pre tes dibanding pos tes terjadi peningkatan signifikan. Meningkatnya pengetahuan sasaran dibuktikan dari

<https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/JLPM/>

nilai rata-rata pre-tes para peserta 76,6 (baik) menjadi 87,4 (sangat baik) pada nilai rata-rata post-test,

2. Hasil evaluasi yang dilaksanakan 2 bulan setelah kegiatan pengabdian kepada masyarakat terhadap berat badan Baduta, hasil penimbangan berat badan pada grafik KMS tidak ada yang dibawah garis kuning.

Saran

Dari kesimpulan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat, maka dapat kami sampaikan beberapa saran sebagai berikut

1. Tenaga kesehatan yang melaksanakan pelayanan kesehatan terhadap Baduta diharapkan melakukan pemantauan rutin terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak selama periode emas. untuk mengidentifikasi masalah pertumbuhan atau perkembangan yang mungkin terjadi dan memberikan intervensi yang diperlukan
2. Tenaga kesehatan yang melaksanakan pelayanan kesehatan terhadap Baduta disarankan memberi informasi yang akurat dan terkini tentang pentingnya pemberian ASI Eksklusif dan MPASI yang tepat dan sesuai usia untuk mendukung terwujudnya periode emas
3. Ibu Baduta diharapkan mengikuti akun media social atau sumber informasi yang terpercaya yang dikelola oleh lembaga kesehatan terkemuka, organisasi ibu dan anak, atau pakar gizi.terkait Pemberian ASI dan MPASI pada masa periode emas. Pastikan sumber informasi tersebut didukung oleh penelitian ilmiah dan memiliki reputasi yang baik
4. Ibu Baduta diharapkan selain dapat menerapkan ilmu yang telah didapat oleh nara sumber, juga mempunyai inisiatif dan kreatif dalam membuat MPASI sehingga anak Baduta bisa mendapatkan nutrisi yng bervariasi dan lengkap

Ucapan Terimakasih

Pengabdi mengucapkan terimakasih kepada Politeknik Kesehatan Kemenkes Semarang yang telah mendukung kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam penyediaan dana dan fasilitas selama kegiatan. Ucapan terimakasih juga pengabdi sampaikan kepada Mitra dalam hal ini Puskesmas Bendan Kota Pekalongan yang sudah memfasilitasi sebagai nara sumber sehingga kegiatan ini berjalan lancar dan dapat meningkatkan pengetahuan kepada sasaran kegiatan ini, ucapan terimakasih pengabdi sampaikan kepada sasaran kegiatan yaitu ibu Baduta sebagai warga kelurahan Bendan Kergon Kota Pekalongan dan kepala kelurahan Bendan Kergon yang telah memberi izin kegiatan berlangsung diwilayahnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Desa. PDT. dan Transmigrasi. 2018. *Buku Saku Desa dalam Penanganan Stunting*.
- Ni Komang Ayu Swanitri Wangiyan, dkk, 2020, *Praktik Pemberian Mp-Asi Terhadap Risiko Stunting Pada Anak Usia 6-12 Bulan Di Lombok Tengah*, The Journal of Nutrition and Food Research, ISSN 02159717, e-ISSN 2338-8358, [3.+Ni+komang+43\(2\)-\(81-88\)-ok_dkn.pdf](#), diakses 15 november 2023
- Notoatmodjo S. 2014. Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nutrisiani, F. 2012. *Hubungan Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP ASI) pada anak usia 0-24 bulan dengan kejadian diare di Wilayah Kerja Puskesmas Purwodadi Kecamatan Purwodadi Kabupaten Grobogan.Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta. Karya Ilmiah*
- Ratih Sulistyaningsih. 2012. *Evaluasi Program Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (Mp-Asi) Lokal Terhadap Perbaikan Status Gizi*

<https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/JLPM/>

*Balita Di Kelurahan Saigon Dan Parit
Mayor Kecamatan Pontianak Timur.
Tahun 2012*

Waryana. 2016. Promosi Kesehatan,
Penyuluhan, Dan Pemberdayaan
Masyarakat. Yogyakarta : Nuha Medika