



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)

HANG TUAH PEKANBARU

Jl. Mustafa Sari No. 5 Tangkerang Selatan Pekanbaru, Telp. (0761) 33815 Fax. (0761) 863646
email : stikes.htp@gmail.com Izin Mendiknas : 226/D/O/2002 Website : www.htp.ac.id

SURAT TUGAS

Nomor : 0029.a/PS-S1 BID/STIKes-HTP/III/2021

Yang bertanda tangan di bawah ini Ketua Program Studi S1 Kebidanan STIKes Hang Tuah Pekanbaru, dengan ini menugaskan untuk melaksanakan Pengabdian Kepada Masyarakat, kepada:

1. Nama : Juli Selvi Yanti, SST, M.Kes
NIDN : 1006078001
Jabatan : Dosen Prodi S1 Kebidanan STIKes Hang Tuah Pekanbaru
2. Nama : Liva Maita, SST, M.Kes
NIDN : 0425058402
Jabatan : Dosen Prodi S1 Kebidanan STIKes Hang Tuah Pekanbaru
3. Nama : Ika Putri Damayanti, S.S.T, M.Kes
NIDN : 1012068101
Jabatan : Dosen Prodi S1 Kebidanan STIKes Hang Tuah Pekanbaru
4. Nama : Nelly Karlinah, SST, M.Keb
NIDN : 0120108702
Jabatan : Dosen Prodi S1 Kebidanan STIKes Hang Tuah Pekanbaru
5. Nama : Eka Maya Saputri, SST, M.Kes
NIDN : 1004098801
Jabatan : Dosen Prodi S1 Kebidanan STIKes Hang Tuah Pekanbaru
6. Nama : Rina Yulviana, SKM, M.Kes
NIDN : 1009058901
Jabatan : Dosen Prodi S1 Kebidanan STIKes Hang Tuah Pekanbaru
7. Nama : Octa Dwienda Ristica, SKM, M.Kes
NIDN : 1008108502
Jabatan : Dosen Prodi S1 Kebidanan STIKes Hang Tuah Pekanbaru
8. Nama : Rita Afni, SST, M.Kes
NIDN : 1014118701
Jabatan : Dosen Prodi S1 Kebidanan STIKes Hang Tuah Pekanbaru
9. Nama : Intan Widya Sari, S.ST, M.Keb
NIDN : 1001088506
Jabatan : Dosen Prodi S1 Kebidanan STIKes Hang Tuah Pekanbaru



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)

HANG TUAH PEKANBARU

Jl. Mustafa Sari No. 5 Tangkerang Selatan Pekanbaru, Telp. (0761) 33815 Fax. (0761) 863646
email : stikes.htp@gmail.com Izin Mendiknas : 226/D/O/2002 Website : www.htp.ac.id

10. Nama : Berliana Irianti, S.SiT, M. Keb
NIDN : 1009128261
Jabatan : Dosen Prodi S1 Kebidanan STIKes Hang Tuah Pekanbaru
11. Nama : Cecen Suci Hakameri, S.Tr.Keb, M.Keb
NIDN : 1016089303
Jabatan : Dosen Prodi S1 Kebidanan STIKes Hang Tuah Pekanbaru

Demikianlah surat tugas ini dibuat untuk dapat diketahui dan dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan di: PEKANBARU
Pada Tanggal : 12 Maret 2021
Ketua Program Studi S1 Kebidanan
STIKes Hang Tuah Pekanbaru

Juli Selvi Yanti, SST, M.Kes
NIDN. 1006078001

**LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
PROGRAM INSIDENTIL**



**SOSIALISASI PEMBERIAN MAKANAN PENDAMPING AIR SUSU IBU (MP-ASI) PADA
IBU YANG MEMILIKI BAYI DAN BALITA DI POSYANDU WIJAYA KUSUMA**

Oleh

Ketua : Cecen Suci Hakameri, S.Tr.Keb, M.Keb (1016089303)
Anggota : Juli Selvi Yanti, SST, M.kes (1006078001)
Reza Octaviani Chairunnisa (18041014)
Sisi Putri Ayuni (18041022)

Dibiayai Oleh:
DIPA-STIKES HANG TUAH PEKANBARU
08/STIKes-HTP/VI/2020/147.A

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM PROFESI
DAN PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI BIDAN PROGRAM PROFESI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
HANG TUAH PEKANBARU**

2021

HALAMAN PENGESAHAN

1. Judul : Sosialisasi Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) pada Ibu yang memiliki bayi dan balita di Posyandu Wijaya Kusuma
2. Bidang Keilmuan : Kebidanan
3. Ketua Tim Pengusul
 - a. Nama : Cecen Suci Hakameri, S.Tr.Keb,M.Keb
 - b. NIP/NIDN : 1016089303
 - c. Pangkat/ Golongan : -
 - d. Jabatan Fungsional / Struktural : -
 - e. Sedang melakukan pengabdian : Tidak
 - f. Program Studi : S1 Kebidanan
 - g. Bidang Keahlian :
 - h. Alamat Kantor : Jl. Mustafa Sari No. 05
 - i. Alamat rumah : Jl. Mustafa Sari, No 18 Tangkerang Selatan
4. Jumlah Anggota : 3 orang
 - a. Nama Anggota I : Juli Selvi Yanti,SST,M.Kes (1006078001)
 - b. Nama Anggota Mahasiswa 1 : Reza Octaviani Chairunnisa(18041014)
 - c. Nama Anggota Mahasiswa 2 : Sisi Putri Ayuni (18041022)
5. Jangka Waktu Kegiatan : 2 minggu
6. Bentuk Kegiatan : Sosialisasi Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI)
7. Lokasi Kegiatan : Posyandu Wijaya Kusuma
8. Biaya yang diperlukan
 - a. Sumber dari DIPA STIKes HTP : Rp. 4.000.000,00
 - b. Sumber lain (sebutkan.....) : Rp. -
 - c. Jumlah : Rp. -

Mengetahui
Ketua STIKes Hang Tuah Pekanbaru

Ketua Pelaksana



(H.Ahmad Hanafi, SKM, M.Kes)
NIP/NIK. 10306114265



(Cecen Suci Hakameri, S.Tr.Keb, M.Keb)
NIDN. 1016089303

Menyetujui:

Kepala Pusat Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat
STIKes Hang Tuah Pekanbaru



(Agus Alamsyah, SKM, M Kes)
NIP/NIK. 10306113204

RINGKASAN

Usia bayi dan balita merupakan usia pada 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 kebutuhannya, maka periode emas akan berubah menjadi periode kritis yang akan mengganggu tumbuh kembang bayi dan anak, baik pada saat ini maupun masa selanjutnya. (*Global Strategy for Infant and Young Child Feeding, WHO/UNICEF*).

Aktivitas bayi setelah usia 6 bulan semakin banyak sehingga makanan pendamping dari ASI diperlukan guna memenuhi kebutuhan gizi untuk perkembangan dan pertumbuhan bayi. Mulai usia 6 bulan, bayi mengalami pertumbuhan yang sangat pesat sehingga bayi memerlukan asupan yang lebih banyak. Aktivitas bayi semakin banyak seperti mengangkat dada, berguling, merangkak, belajar duduk dan belajar berjalan sehingga perlu energi lebih banyak yang didapat dari asupan makanannya.

Tujuan dari pemberian MPASI adalah sebagai pelengkap zat gizi pada ASI yang kurang dibandingkan dengan usia anak yang semakin bertambah. Dengan usia anak bertambah maka kebutuhan zat gizi anak pun bertambah, sehingga perlu adanya MPASI untuk melengkapi. MPASI juga mengembangkan kemampuan anak untuk menerima berbagai variasi makanan dengan bermacam-macam rasa dan bentuk sehingga dapat meningkatkan kemampuan bayi untuk mengunyah, menelan, dan beradaptasi terhadap makanan baru.

Kata Kunci: Makanan Pendamping ASI, ibu yang memiliki bayi dan balita

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kepada kehadiran ALLAH SWT, karena atas karunia-Nya berupa iman, ilmu, kesehatan dan optimisme sehingga akhirnya penulis dapat menyusun dan menyelesaikan Proposal Pengabdian Masyarakat ini sebagai salah satu Tri Darma Perguruan Tinggi dosen demi meningkatkan mutu dan kualitas tenaga pendidik di lingkungan (STIKes) Hang Tuah Pekanbaru, dengan judul ” **Sosialisasi Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) pada Ibu yang Memiliki Bayi dan Balita di Posyandu Wijaya Kusuma.** Dalam penyusunan Proposal ini, penulis banyak menghadapi kesulitan tetapi berkat bantuan dari berbagai pihak maka proposal Pengabdian ini dapat diselesaikan. Sehubungan dengan itu penulis mengucapkan terima kasih banyak kepada pihak yang telah membantu:

1. H. Ahmad Hanafi, SKM, M.Kes sebagai Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Hang Tuah Pekanbaru
2. Agus Alamsyah, SKM, M.Kes sebagai Ketua LPPM STIKes Hang Tuah Pekanbaru
3. Seluruh Staf LPPM yang telah membantu dalam pengurusan administrasi proposal pengabdian ini.

Penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun.

Pekanbaru, 20 Januari 2021

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
RINGKASAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	v
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Pengabdian.....	3
D. Manfaat Pengabdian.....	4
BAB II SOLUSI PERMASALAHAN.....	5
A. Kerangka Pemecahan Masalah.....	5
B. Solusi Masalah.....	6
BAB III METODE PELAKSANAAN.....	7
A. Tahap pelaksanaan.....	7
B. Tahap evaluasi.....	8
BAB IV LUARAN DAN TARGET CAPAIAN.....	9
A. Hasil.....	9
B. Luaran Yang Dicapai.....	9
BAB V RENCANA DAN TAHAP BERIKUTNYA.....	11
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	12
B. Saran	12
BAB VI RENCANA BIAYA DAN JADWAL KEGIATAN.....	10
A. Anggaran Biaya.....	11
B. Jadwal Kegiatan.....	11
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Riwayat hidup ketua dan anggota peneliti.....	12
Lampiran 2 Susunan organisasi tim PkM dan pembagian tugas.....	22
Lampiran 3 Kuesioner pre test dan post test	27
Lampiran 4 Gambaran/peta lokasi pengabdian.....	28
Lampiran 5 Surat Pernyataan ketua pengusul.....	29
Lampiran 6 Materi Pengabdian kepada Masyarakat	30
Lampiran 7 Dokumentasi	38
Lampiran 7 Leaflet	42

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Usia bayi dan balita merupakan usia pada 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, ada empat hal penting yang harus dilakukan yaitu memberikan air susu ibu kepada bayi segera dalam waktu 30 menit setelah bayi lahir, memberikan hanya air susu ibu (ASI) saja atau pemberian ASI secara eksklusif sejak lahir sampai bayi berusia 6 bulan, memberikan makanan pendamping air susu ibu (MP-ASI) sejak bayi berusia 6 bulan sampai 24 bulan, dan meneruskan pemberian ASI sampai anak berusia 24 bulan atau lebih (*Global Strategy for Infant and Young Child Feeding, WHO/UNICEF*).

Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) adalah makanan atau minuman yang mengandung zat gizi yang diberikan kepada bayi/anak untuk memenuhi kebutuhan gizi. MP-ASI merupakan makanan transisi dari yang berbentuk cair menjadi makanan semi padat. MP-ASI merupakan peralihan asupan yang semata berbasis susu menuju ke makanan yang semi padat. Untuk proses ini juga dibutuhkan ketrampilan motorik oral. Keterampilan motorik oral berkembang dari refleks menghisap menjadi menelan makanan yang berbentuk bukan cairan dengan memindahkan makanan dari lidah bagian depan ke lidah bagian belakang (Depkes, 2009).

Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) adalah makanan atau minuman yang mengandung zat gizi yang diberikan pada bayi atau anak usia 6-24 bulan guna memenuhi kebutuhan gizi selain ASI. MP-ASI merupakan makanan peralihan dari ASI ke makanan keluarga. Pengenalan dan pemberian MP-ASI harus dilakukan secara bertahap baik bentuk maupun jumlahnya, sesuai dengan kemampuan bayi. Pemberian MP-ASI yang cukup kualitas dan kuantitasnya penting untuk pertumbuhan fisik dan perkembangan kecerdasan anak yang sangat pesat pada periode ini, tetapi sangat diperlukan higienitas dalam pemberian MP-ASI tersebut.

MPASI merupakan makanan dan minuman yang diberikan kepada anak usia 6–24 bulan untuk pemenuhan kebutuhan gizinya. WHO bersama dengan Kementerian Kesehatan dan Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) telah menegaskan bahwa usia hingga 6 bulan hanya diberikan ASI eksklusif saja. Oleh karena itu, MPASI baru bisa diperkenalkan kepada bayi ketika bayi berusia 6 bulan keatas (Riksani, 2012). MPASI disebut sebagai makanan pergantian dari ASI ke makanan keluarga yang dilakukan secara bertahap baik dari jenis, frekuensi pemberian, jumlah porsi dan bentuk makanan yang disesuaikan dengan umur dan kemampuan bayi untuk mencerna makanan.

Aktivitas bayi setelah usia 6 bulan semakin banyak sehingga makanan pendamping dari ASI diperlukan guna memenuhi kebutuhan gizi untuk perkembangan dan pertumbuhan bayi. Mulai usia 6 bulan, bayi mengalami pertumbuhan yang sangat pesat sehingga bayi memerlukan asupan yang lebih banyak. Aktivitas bayi semakin banyak seperti mengangkat dada, berguling, merangkak, belajar duduk dan belajar berjalan sehingga perlu energi lebih banyak yang didapat dari asupan makanannya.

Ibu sebaiknya memahami bahwa pola pemenuhan makanan secara seimbang pada usia dini akan berpengaruh terhadap selera makan anak selanjutnya, sehingga pengenalan kepada makanan yang beranekaragam pada periode ini menjadi sangat penting. Secara bertahap, variasi makanan untuk

bayi usia 6-24 bulan semakin ditingkatkan (Pedoman Gizi Seimbang, Kemenkes RI 2017).

Tujuan dari pemberian MPASI adalah sebagai pelengkap zat gizi pada ASI yang kurang dibandingkan dengan usia anak yang semakin bertambah. Dengan usia anak bertambah maka kebutuhan zat gizi anak pun bertambah, sehingga perlu adanya MPASI untuk melengkapi. MPASI juga mengembangkan kemampuan anak untuk menerima berbagai variasi makanan dengan bermacam-macam rasa dan bentuk sehingga dapat meningkatkan kemampuan bayi untuk mengunyah, menelan, dan beradaptasi terhadap makanan baru. Agar mencapai gizi seimbang maka perlu ditambah dengan Makanan Pendamping ASI atau MP-ASI, yang akan memenuhi 30-40% kebutuhan makanan bayi. ASI masih tetap diberikan hingga bayi berusia 2 tahun (Mangkat, et al., 2016).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian situasi diatas ditemukan bahwa masih banyak ibu yang memiliki bayi dan balita di Posyandu Wijaya Kusuma yang belum mengenal tentang MP-ASI. Dan masih khawatir memberikan bahan makanan yang bervariasi meskipun kandungan gizinya sangat dibutuhkan.

C. Tujuan Pengabdian

1. Umum

Meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat terutama ibu yang memiliki bayi dan balita dalam pemberian makanan pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) untuk mencukupi status gizi anak.

2. Khusus

- a) Meningkatkan pengetahuan ibu menyusui tentang pemberian makanan pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI)
- b) Meningkatkan kualitas pemberian makanan pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) dengan pemahaman yang baik mengenai variasi makanan

yang dapat digunakan untuk MPASI yang memiliki gizi yang dibutuhkan.

D. Manfaat Pengabdian

1. Bagi ibu yang memiliki bayi dan balita

Dari hasil sosialisasi berupa penyuluhan dapat digunakan sebagai peningkatan pengetahuan para ibu serta informasi yang bisa diterapkan langsung dalam memberikan MP-ASI yang tepat sehingga dapat mencukupi kebutuhan gizi dari bayi dan balita.

2. Bagi Mahasiswi

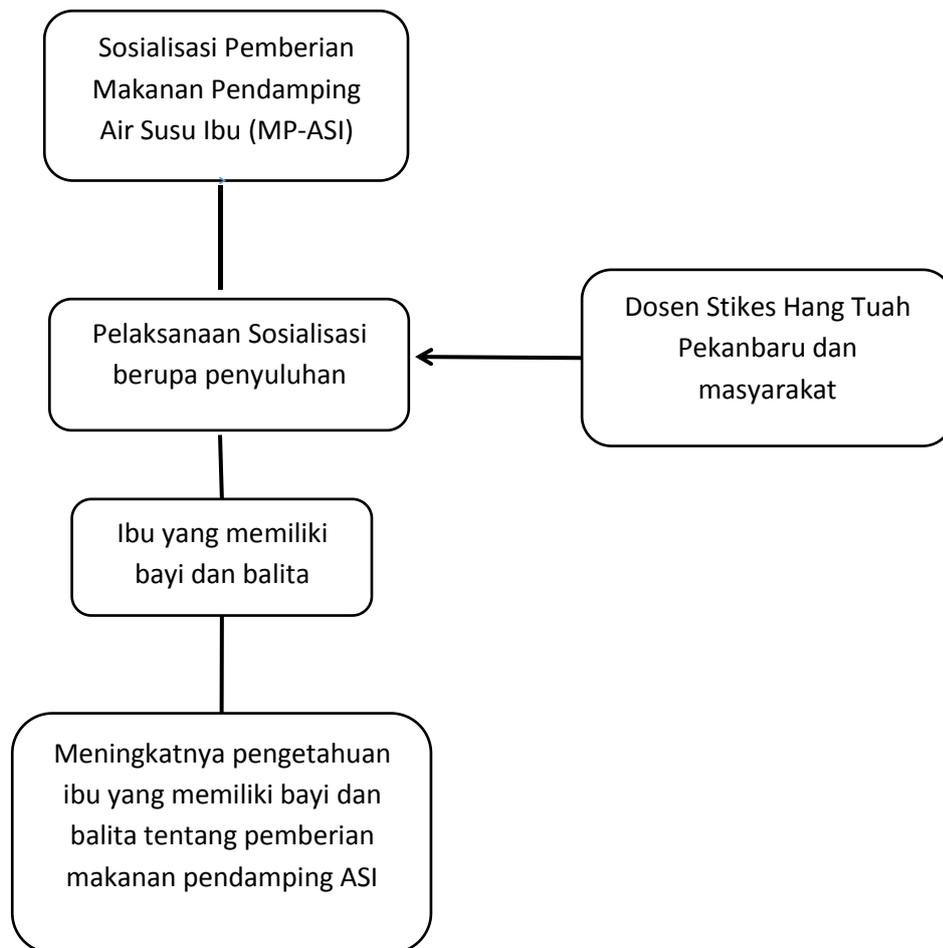
Sebagai pengalaman langsung dalam melaksanakan penyuluhan dan sebagai sumber memberikan pengetahuan bagi ibu yang menyusui.

3. Bagi Posyandu Wijaya Kusuma

Diharapkan sosialisasi ini sebagai masukan sekaligus data dan informasi yang dimiliki oleh penulis dari hasil pengumpulan dan pengolahan data dan dapat dimanfaatkan oleh Posyandu Wijaya Kusuma dalam mengembangkan pengetahuan ibu agar bisa memberikan MPASI yang tepat demi mencukupi kebutuhan gizi bayi dan balita.

BAB II
PERMASALAHAN DAN SOLUSI

A. Kerangka Pemecahan Masalah



Gambar. 1
Kerangka Pemecahan Masalah

B. Solusi Permasalahan

Berdasarkan uraian permasalahan yang ditemukan, maka solusi yang dapat ditawarkan untuk menyelesaikan permasalahan tersebut adalah dengan melakukan kegiatan sosialisasi atau penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI). Agar kebutuhan gizi bayi dan balita tercukupi dengan memakan makanan yang beragam dan memiliki nilai gizi yang tinggi. Penyuluhan merupakan salah satu cara penyampaian informasi secara efektif untuk meningkatkan pengetahuan sekelompok orang, melalui penyuluhan diharapkan peserta penyuluhan dapat menggunakan informasi yang diperoleh dalam kehidupan sehari – hari, sehingga tujuan penyuluhan tercapai.

BAB III

METODE PELAKSANAAN

A. Tahap Pelaksanaan

Melakukan kegiatan penyuluhan dengan mengangkat tema “Sosialisasi Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) pada Ibu yang Memiliki Bayi dan Balita ". metode yang dilakukan dengan memberikan ceramah langsung dan leaflet berisi materi dan gambar yang menarik serta Tanya jawab seputar pemberian MP-ASI pada bayi dan balita.

Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini adalah fokus pada peserta penyuluhan yaitu ibu-ibu menyusui yang memiliki bayi dan balita. Penyuluhan MPASI pada ibu menyusui dilakukan metode pemaparan materi meliputi:

- 1) Pengertian MPASI
- 2) Tujuan tentang pemberian MPASI
- 3) Waktu mulai pemberian MPASI
- 4) Resiko pemberian MPASI sebelum usia 6 bulan
- 5) Jenis MPASI, Kriteria MPASI
- 6) Anjuran MPASI
- 7) Faktor yang mempengaruhi pemberian MPASI
- 8) Masalah masalah dalam pemberian MPASI

Sebelum memulai melakukan penyuluhan peserta diwajibkan mengisi format kuesioner Pre Test, dengan tujuan untuk mengukur sejauh mana tingkat pengetahuan ibu mengenai pemberian makanan pendamping ASI. Setelah dilakukan Pre Test maka akan dilanjutkan dengan melakukan sosialisasi berupa penyuluhan dengan media leaflet dan infokus, serta memaparkan materi mengenai pemberian makanan pendamping ASI. Kemudian di akhir penyuluhan, diadakan diskusi berupa tanya jawab antara pemberi materi dengan peserta. Di

akhir diskusi akan dilakukan Post Test untuk mengevaluasi tingkat pengetahuan dan pemahaman ibu mengenai pemberian makanan pendamping ASI.

Untuk mengukur tingkat pengetahuan ibu dilakukan penilaian dengan membandingkan nilai pre test dan pos test menggunakan kuesioner yang berisi materi penyuluhan. Kuesioner terdiri dari 10 pertanyaan. Jawaban yang benar akan diberi skor 1 dan jawaban salah akan diberi skor 0 sehingga akan didapatkan nilai total 0 s/d 10. Nilai post test akan dibandingkan dengan nilai pre test. Kegiatan dikatakan berhasil jika nilai post test lebih besar dibandingkan dengan nilai pre test.

Tabel 1. Penilaian pre dan post test:

Pre Tes	Post Tes
Rata-rata = 6.87	Rata-rata = 9.62
Tertinggi = 9	Tertinggi = 10
Terendah = 5	Terendah = 8

Dari tabel diatas, dapat dilihat rata-rata sebelum dilakukan penyuluhan 6.87 dan setelah dilakukan penyuluhan 9.62 dari rentang nilai 0-10 atau meningkat sebesar 2.75 point. Selama melakukan sosialisasi, masyarakat terlihat sangat antusias dalam menerima penyuluhan yang diberikan, terbukti dengan banyaknya pertanyaan yang mereka ajukan ketika dibuka sesi diskusi. Selain itu masyarakat juga mengatakan sangat senang sekali dengan adanya penyuluhan mengenai pemberian MPASI, karna kebanyakan dari mereka masih memberikan MPASI sebelum usia bayi 6 bulan dengan pemikiran kalau bayinya masih lapar dan tidak kenyang kalau hanya diberikan ASI saja.

Pengetahuan MP-ASI yang baik akan mempengaruhi atau mengubah praktek pemberian MP-ASI yang baik pula, begitu sebaliknya apabila pengetahuan yang kurang akan mempengaruhi praktek pemberian MPASI yang kurang juga (Yulianti J, 2010). Disimpulkan bahwa pengetahuan MP-ASI sangat mempengaruhi praktek pemberian MP-ASI, Dan pemilihan makanan ini dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan ibu. Ketidaktahuan dapat menyebabkan kesalahan pemilihan dan pengolahan makanan, meskipun bahan makanan tersedia (Suharjo, 2009).

B. Tahap Evaluasi

Pada tahap ini akan dilaksanakan evaluasi terhadap pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Evaluasi adalah penilaian terhadap pemahaman materi yang disampaikan kepada ibu yang memiliki bayi dan balita. Evaluasi dilaksanakan dalam bentuk mengulas kembali materi melalui post test dan tanya jawab

Adapun indikator pencapaian dari hasil evaluasi yaitu :

1. Peserta penyuluhan mengerti dengan materi pemberian makanan pendamping ASI (MPASI). Dapat dilihat dari hasil penilaian pre test dan post test
2. Peserta penyuluhan aktif dalam kegiatan tanya jawab mengenai materi pemberian MPASI
3. Melakukan observasi di Posyandu Wijaya Kusuma untuk memantau ibu-ibu menyusui yang memiliki bayi >6 bulan dalam memberikan MPASI melalui ibu-ibu kader serta bidan desa. Serta adanya pelatihan atau sosialisasi pembuatan MPASI pada kader-kader agar nantinya kader dapat melakukan pendampingan secara rutin pada ibu-ibu yang akan memberikan MPASI pada bayinya.
4. Pembuatan laporan sebagai bukti pelaksanaan pengabdian masyarakat

BAB IV

LUARAN DAN TARGET CAPAIAN

A. Luaran Program

1. Luaran Wajib
Publikasi Ilmiah di Jurnal Pengabdian Masyarakat
2. Luaran Tambahan
Publikasi di media massa

B. Target Capaian

Para ibu yang memiliki bayi dan balita mampu memahami dan mengerti tentang tujuan pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) sehingga dapat mengaplikasikan langsung pada bayi dan balita.

BAB V

RENCANA TAHAPAN BERIKUTNYA

Setelah dilaksanakannya kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang Sosialisasi Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) pada Ibu yang Memiliki Bayi dan Balita di Posyandu Wijaya Kusuma, diharapkan untuk selanjutnya kegiatan ini bisa menjadi agenda rutin bulanan pada saat kegiatan posyandu dimana banyak ibu-ibu menyusui yang datang melakukan kegiatan imunisasi untuk bayi dan balitanya. Untuk itu, diharapkan adanya koordinasi dari Puskesmas setempat untuk melakukan sosialisasi dan demonstrasi yang merupakan salah satu terapi komplementer yang dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan terlatih.

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat disimpulkan bahwa ibu hamil mengerti dengan penyuluhan yang diberikan ditandai dengan tingginya nilai post test daripada pre test yang dilakukan ketika penyuluhan.

B. Saran

Mengingat besarnya manfaat kegiatan pengabdian pada masyarakat ini, maka selanjutnya perlu :

1. Mengadakan kegiatan serupa pada tempat yang berbeda.
2. Kepada pihak layanan kesehatan agar mensosialisasikan kegiatan ini secara rutin setiap bulan.
3. Adanya koordinasi dari Puskesmas setempat untuk melakukan sosialisasi pemberian makanan pendamping ASI dengan tenaga profesional seperti ahli gizi.

BAB VIII
BIAYA DAN JADWAL KEGIATAN

A. Biaya

No	Jenis Pengeluaran	Biaya	
1	Honorarium (25%)	Rp.	750.000,00
2	Bahan dan Peralatan (50%)	Rp.	2.250.000,00
3	Perjalanan dan Lain-lain (20%)	Rp.	1.000.000,00
	Total	Rp.	4.000.000,00

B. Jadwal Kegiatan

No	Jenis Kegiatan	Bulan			
		12	1	2	3
1	Survei Pendahuluan				
2	Pengusulan Proposal				
3	Pelaksanaan Kegiatan				
4	Penyusunan Kesimpulan dan Saran				
5	Laporan Akhir				
6	Selesai				

DAFTAR PUSTAKA

- Boedihardjo, SD 1994. *Pemberian Makanan Untuk Bayi*. Perinansia, Jakarta
- Depkes RI, 2006, *Pemahaman Pertumbuhan Balita*, Departemen Kesehatan RI, Jakarta
- Depkes RI. (2009). *Profil Kesehatan Indonesia 2008*. Jakarta: Depkes RI.
- Gibney, M.J., Margetts, B.M., Kearney, J.M. & Arab, L. (2009). *Gizi Kesehatan Masyarakat*. Widyastuti, P. & Hardiyanti, E.A. eds. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Indriyawati, I 2010. *Faktor-Faktor Ibu yang Berhubungan dengan Pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) Dini pada Bayi Usia <6 bulan*. Artikel Penelitian. Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. Semarang
- Kemenkes RI (2017). *Pedoman Pelaksanaan Status Gizi tahun 2017*. Diakses pada tanggal 15 Januari 2021 dari website www.depkes.go.id.
- Kemenkes, RI 2015. *Profil Kesehatan Indonesi 2014*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementrian Kesehatan RI. Jakarta
- Mangkat O., Mayulu N. (2016). *Gambaran pemberian makanan pendamping ASI anak usia 6-24 bulan di Desa Mopusi Kecamatan Lolayan Kabupaten Bolaang Mongondow Induk*. Jurnal e-Biomedik (eBm), Volume 4, No 2.
- Muhtadi, D 2005, *Gizi Untuk Bayi: ASI, susu formula, dan makanan tambahan*. Penebar Swadaya, Jakarta
- Padang, A 2008. *Analisis Faktor yang Mempengaruhi Ibu dalam Pemberian MPASI dini di Kecamatan Pandan Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2007*. Tesis, Sekolah Pasca Sarjana Universitas Sumatera Utara, Medan
- Suhardjo, 1992. *Perencanaan Pengembangan Gizi*. Bumi Aksara, Jakarta
- Suhardjo, 2009. *Pemberian Makanan Pada Bayi dan Anak*. Kanisius. Yogyakarta.

Yulianti J, 2010. *Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Ibu Dan Praktek Pemberian Makanan Pendamping ASI Dengan Status Gizi Bayi Usia 6 Sampai 12 Bulan*

Lampiran 1

Riwayat Hidup Ketua dan Anggota Peneliti (yang sudah ditanda tangani)

A. Identitas Ketua

1	Nama Lengkap (dengan gelar)	Cecen Suci Hakameri, S.Tr.Keb, M.Keb
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	-
4	NIP/NIK/Identitas lainnya	10306120k302
5	NIDN	1016089303
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Bangkinang, 16 Agustus 1993
7	E-mail	Cecen.sh@gmail.com
8	Nomor Telepon/Hp	085364389323
9	Alamat Kantor	Jl. Mustafa Sari No.05, Pekanbaru
10	Nomor Telepon/Faks	info.stikes@hangtuhpekanbaru.ac.id
11	Lulusan yang Telah Dihasilkan	S-1= orang; S-2=...orang; S3=...orang
12	Mata Kuliah yang di Ampu	1. Kewirausahaan dalam praktik kebidanan 2. Psikologi dalam praktik kebidanan 3. HIV AIDS 4. Kebidanan Komunitas

A. Riwayat Pendidikan

	S1	S2
Nama Perguruan Tinggi		
Bidang Ilmu	Kebidanan	Kebidanan
Tahun Masuk-Lulus	2015-2016	2017-2020
Judul Skripsi/tesis/Disertasi	Analisis pemenuhan kebutuhan gender dalam gerakan sayang ibu (GSI) di wilayah kerja Puskesmas Tanjung Pati Kabupaten Lima Puluh Kota	Pengaruh pemberian ekstrak buah pepaya muda (<i>Carica papaya L.</i>) terhadap gambaran histologi endometrium tikus betina (<i>Rattus norvegicus</i>)
Nama Pembimbing/Promotor	1. Dr. Evi Hasnita, S.Pd, Ns, M.Kes 2. Febriniwati Rifdi, S.SiT, M.Biomed	1. dr. Tofrizal, M.Biomed, S.PA, PhD 2. Dr. Elly Usman, M.Si, Apt

B. Pengalaman Penelitian Dalam 5 Tahun Terakhir

(Bukan Skripsi, Tesis, maupun Disertasi)

	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber*	Jml (Juta Rp)
1	-			
2				
3				
Dst.				

* Tuliskan sumber pendanaan baik dari skema penelitian DIKT/maupun dari sumber

lainnya.

C. Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat dalam 5 Tahun Terakhir

No.	Tahun	Judul Pengabdian Kepada Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber*	Jml(JutaRp)
1	2019	Penyuluhan rokok dan narkoba di SMP N 4 Siak Hulu	DIPA STIKes HTP	Rp. 1.500.000
2	2020	Sosialisasi dan pelatihan imunisasi	DIPA STIKes HTP	Rp. 4.000.000
3	2020	Sosialisasi jenis kontrasepsi KB terhadap PUS non akseptor KB	DIPA STIKes HTP	Rp. 4.000.000

*Tuliskan sumber pendanaan baik dari skema pengabdian kepada masyarakat DIKTI maupun dari sumber lainnya.

E. Publikasi Artikel Ilmiah Dalam Jurnal dalam 5 Tahun Terakhir

No.	Judul Artikel Ilmiah	Nama Jurnal	Volume/ Nomor/Tahun
1	Effect of Giving Young Papaya (<i>Carica Papaya L.</i>) Fruit Extract on Endometrial Histology of Female Rats (<i>Rattus Norvegicus</i>)	Science Midwifery	<u>Vol. 9 No. 1, Oktober (2020)</u>
2			
3			
Dst.			

F. Pemakalah Seminar ilmiah (*Oral Presentation*) dalam 5 Tahun Terakhir

No.	Nama Pertemuan Ilmiah/Seminar	Judul Artikel Ilmiah	Waktu dan Tempat
1	AI Insyirah International Scientific Conference on Health (AISCH) 2021	Effect of Young Papaya (<i>Carica papaya L.</i>) Fruit Extract on Infiltration of Endometrial Inflammatory Cells of Female Rats (<i>Rattus norvegicus</i>)	Pekanbaru, 27 Februari 2021. Via Zoom
2			
3			
Dst.			

G. Karya Buku dalam 5 Tahun Terakhir

No.	Judul Buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit
1				
2				
3				
Dst.				

H. Perolehan HKI dalam 5-10 Tahun Terakhir

No.	Judul/Tema HKI	Tahun	Jenis	Nomor P/ID
1	-	-	-	-
2	-	-	-	-
3	-	-	-	-
Dst.				

I. Penghargaan dalam 10 tahun terakhir (dari pemerintah, asosiasi atau institusi lainnya)

No.	Judul/Tema/Jenis Rekayasa Sosial Lainnya yang Telah Diterapkan	Tahun	Tempat Penerapan	Respon Masyarakat
1				
2				
3				
Dst.				

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila dikemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi. Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan Hibah penelitian dosen

Pekanbaru, 20 Januari 2020

Pengusul

Cecen Suci Hakameri, S.Tr.Keb, M.Keb

A. Identitas Diri Anggota I

1	Nama Lengkap (dengan gelar)	Juli Selvi Yanti, SST, M.Kes
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	Lektor
4	NIP/NIK/Identitas lainnya	-
5	NIDN	1006078001
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Dumai, 06 Juli 1980
7	E-mail	juliselviyanti.jsy@htp.ac.id
8	Nomor Telepon/Hp	082174622127
9	Alamat Kantor	Jl. Mustafa Sari No. 05, Pekanbaru
10	Nomor Telepon/Faks	inf.stikes@hangtuhpekanbaru.ac.id
11	Lulusan yang Telah Dihasilkan	S-1 = ... orang; S-2 =... orang; S3 =... orang
13	Mata Kuliah yang Diampu	5. Fisiologi kehamilan,persalinan Nifas dan BBL 6. Asuhan Neonatus 7. Konsep Kebidanan

B. Riwayat Pendidikan

	S1	S2
Nama Perguruan Tinggi	Poltekes Kemenkes Riau	STIKes Hang Tuah
Bidang Ilmu	Kebidanan	Kesehatan Masyarakat
Tahun Masuk-Lulus	2011-2012	2012-2014
Judul Skripsi/tesis/Disertasi	Hubungan Hubungan Motivasi dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Di Kebidanan STIKes Hang Tuah Pekanbaru	Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu Yang Melaksanakan IMD Di RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau Tahun 2013
Nama Pembimbing/Promotor	1. DR. Nuvit Junus, MPD 2. Yan Sartika, M.Keb	1. Dr. Ir. Heryudarini Harahap, M.Kes 2. DR, Mitra, SKM, MKM

C. Pengalaman Penelitian Dalam 5 Tahun Terakhir

(Bukan Skripsi, Tesis, maupun Disertasi)

No.	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber*	Jml (Juta Rp)
1	2017	Faktor-faktor yang berhubungan dengan Kehadiran Obesitas Pada Anak Di SDN 176 Kota Pekanbaru	DIKTI	Rp. 20.000.000
2	2017	Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Rumbai Pesisir	DIKTI	Rp. 20.000.000
3	2018	Faktor Faktor yang Berhubungan dengan Penggunaan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang di Puskesmas Langsung	STIKES	RP.2.436.000
4	2019	Hubungan Anemia dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Kebidanan Tingkat II dan III Di Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru	DIKTI	Rp. 13.000.000
Dst.				

* Tuliskan sumber pendanaan baik dari skema penelitian DIKTI maupun dari sumber lainnya.

D. Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat dalam 5 Tahun Terakhir

No.	Tahun	Judul Pengabdian Kepada	Pendanaan	
			Sumber*	Jml (Juta Rp)
1	2015	Pelatihan cuci tangan pakai sabun di TK Ceriwis kelurahan simpang baru	STIKes Hang Tuah	Rp.5.000.000
2	2018	Pelatihan Pelaksanaan SADARI	STIKes Hang Tuah	Rp.2.106.000
3	2019	Sosialisasi dan Pelaksanaan Pijat Bavi	STIKes Hang Tuah	Rp.1.500.000
4	2019	Pijat Batuk Pilek	STIKes Hang Tuah	Rp. 1.500.000

* Tuliskan sumber pendanaan baik dari skema pengabdian kepada masyarakat DIKTI maupun dari sumber lainnya.

E. Publikasi Artikel Ilmiah Dalam Jurnal dalam 5 Tahun Terakhir

No.	Judul Artikel Ilmiah	Nama Jurnal	Volume/ Nomor/Tahun
1	Hubungan Berat Badan Lahir (BBLR) Dengan Asfiksia Neonatorum Di RSUD ARIFIN ACHMAD	Kesehatan Komunitas	Nomor 5 Volume 3 2017
2	Hubungan Perdarahan Antepartum Dengan Asfiksia Neonatorum Di RSUD ARIFIN ACHMAD PROVINSI RIAU	Maternity and Neonatal	Nomor 4 Volume 2 2017
3	Hubungan Hipertensi Kehamilan Dengan Asfiksia Neonatorum Di RSUD ARIFIN ACHMAD	Menara Ilmu	Nomor 76 Volume 11 2017
4	Faktor-faktor yang berhubungan dengan Kehadiran Obesitas Pada Anak Di SDN 176 Kota Pekanbaru	Jurnal Penelitian Kesehatan “ Suara Forikes”	Vol.9 .40-44 2017
5	Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Rumbai	Jurnal Penelitian Kesehatan “ Suara Forikes”	Vol.9 .40-44 2017
6	Hubungan Anemia dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Kebidanan Tingkat II dan III Di Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru	Jurnal ilmu Kebidanan Al-Insyirah	Vol 8/6-9/2019
7	Asuhan Kebidanan Pada lansia Ny.A dengan Hipertensi di wilayah Kerja Puskesmas Sidomulyo	Jurnal Komunikasi Kesehatan, Purworejo	Edisi 19, Vol 10/29-35/ 2019
8	Pelatihan SADARI di SMA Muhammadiyah I Pekanbaru	Pengabdian Masyarakat Multi Disiplin	Nomor 3 Volume 3 2019
9	Care Neonatal Normal Primary Clinic Arrabih In Pekanbaru 2018	Journal Of Nursing And Midwifery	Nomor 1 Volume 2 Desember
10	Factors Related to the Use of the Long Term Contraception Method In Community Health Center of Langsung Pekanbaru	Proceeding UMRi Chelscitec 2019	Volume 4 September 2019

F. Pemakalah Seminar ilmiah (*Oral Presentation*) dalam 5 Tahun Terakhir

No.	Nama Pertemuan Ilmiah/Seminar	Judul Artikel Ilmiah	Waktu dan Tempat
1	Seminar Hasil Penelitian	Hubungan Anemia dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Kebidanan Tingkat II dan III Di Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru	STMIK AMIK Riau
2	Intrnational Confrence UMRI	Factors Related to the Use of the Long Term Contraception Method In Community Health Center of Langsat Pekanbaru	Pekanbaru
3			
Dst.			

G. Karya Buku dalam 5 Tahun Terakhir

No.	Judul Buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit
1	Buku Ajar Kegawatdaruratan Maternal dan Neonatal	2015	246	Deepublish
2	Rujukan Lengkap Konsep Kebidanan	2015	190	Deepublish
3	Dokumentasi Kebidanan	2016		Deepublish
Dst.				

H. Perolehan HKI dalam 5-10 Tahun Terakhir

No.	Judul/Tema HKI	Tahun	Jenis	Nomor P/ID
1	Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu Yang Melaksanakan IMD Di RSUD Arifin Achmad -	2019	HAKI	-
2	-	-	-	-
3	-	-	-	-
Dst.				

I. Penghargaan dalam 10 tahun terakhir (dari pemerintah, asosiasi atau institusi lainnya)

No.	Judul/Tema/Jenis Rekayasa Sosial Lainnya yang Telah Diterapkan	Tahun	Tempat Penerapan	Respon Masyarakat
1				
2				
3				
Dst.				

Semua data yang saya isikan dan tercantu dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hokum. Apabila dikemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi.

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan Hibah penelitian dosen payung.

Pekanbaru, 20 Januari 2020

Juli Selvi Yanti, SST, M.Kes

Identitas Anggota II

1	Nama Lengkap	Sisi Putri Ayuni
2	Status	Mahasiswa Program Studi DIII Kebidanan STIKes Hang Tuah Pekanbaru
3	NIM	18041022
4	Tempat/Tanggal Lahir	Telayap, 28 Oktober 2000
5	Alamat Rumah	
6	No HP	0831-67490146
7	Alamat email	
8	Keterlibatan dalam Organisasi	HIMA DIII Kebidanan

Pekanbaru, 20 Januari 2020

Sisi Putri Ayuni

A. Identitas Anggota III

1	Nama Lengkap	Reza Octaviani Chairunnisa
2	Status	Mahasiswa Program Studi DIII Kebidanan STIKes Hang Tuah Pekanbaru
3	NIM	18041014
4	Tempat/Tanggal Lahir	Buatan II, 22 Oktober 1999
5	Alamat Rumah	
6	No HP	0831-67490146
7	Alamat email	
8	Keterlibatan dalam Organisasi	HIMA DIII Kebidanan

Pekanbaru, 20 Januari 2020

Reza Octaviani Chairunnisa



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)
HANG TUAH PEKANBARU

Jl. Mustafa Sari No. 5 Tangkerang Selatan Pekanbaru, Telp. (0761) 33815 Fax. (0761) 863646
email : Info.stikes@hangtuhapekanbaru.ac.id IZIN Mendiknas : 226/D/O/2002 Website : www.hangtuhapekanbaru.ac.id

No : 12/STIKes-HTP/III/2021/0065 Pekanbaru, 24 Maret 2021
Lamp. : -
Perihal : **Permohonan Rekomendasi Izin
Pengabdian Dosen**

Kepada Yth.
Kepala Posyandu Wijaya Kusuma

di-
Pekanbaru

Dengan hormat

Bersama ini kami sampaikan kepada Bapak/Ibu, bahwa dosen STIKes Hang Tuah Pekanbaru bermaksud akan melakukan pengabdian dalam rangka memenuhi kewajiban/tugas-tugas dalam melakukan tridharma perguruan tinggi sebagai berikut:

Nama : Cecen Suci Hakamer, S.Tr.Keb,M.Keb NIDN : 1016089303
Juli Selvi Yanti, SST,M.Kes NIDN : 1006078001
Tempat Pengabdian : Posyandu Wijaya Kusuma Pekanbaru
Judul Pengabdian : Sosialisasi Pemberian Makanan Pendamping ASI Pada Ibu Yang Memiliki Bayi dan Balita di Posyandu Wijaya Kusuma

Sehubungan dengan ini kami sangat mengharapkan kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan rekomendasi izin pengabdian sehingga pengabdian yang dimaksud dapat berjalan sebagaimana mestinya dan selesai tepat pada waktunya.

Demikianlah dapat kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

STIKes Hang Tuah Pekanbaru
Ketua,

H. Ahmad Hanafi, SKM., M. Kes
No Reg : 10306114265

SURAT KETERANGAN

Ketua RT 01, RW 02, Tangkerang Tengah, Pekanbaru. Dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Cecen Suci Hakameri, S.Tr.Keb, M.Keb (NIDN. 1016089303)
Juli Selvi Yanti, SST, M.Kes (NIDN. 1006078001)
Reza Octaviani Chairunnisa (18041014)
Sisi Putri Ayuni (18041022)
Jabatan : Dosen STIKes Hang Tuah Pekanbaru
Unit Kerja : Program Studi S1 Kebidanan Dosen STIKes Hang Tuah Pekanbaru

Benar yang bersangkutan telah melaksanakan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat di RT 01, RW 02, Tangkerang Tengah, Pekanbaru yang dilaksanakan pada tanggal 06 Februari 2021 dengan judul kegiatan "Sosialisasi Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) pada ibu yang memiliki bayi dan balita" di RT 01, RW 02, Tangkerang Tengah, Pekanbaru.

Demikianlah surat dan keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 06 Ferbruari 2021

Ketua RT 01, RW 02



(Indra Ilham)



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)
HANG TUAH PEKANBARU

Jl. Mustafe Sari No. 5 Tangkerang Selatan Pekanbaru, Telp. (0761) 33815 Fax. (0761) 863646
email : info.stikes@hangtuahpekanbaru.ac.id Izin Mendiknas : 226/D/O/2002 Website : www.hangtuahpekanbaru.ac.id

DAFTAR HADIR PESERTA PENGABDIAN MASYARAKAT

No	Nama	Pekerjaan	Tanda Tangan	No. HP
1	Nur Aisyah an. Ara (15 bulan)	IRT		
2	(3th & bln) AIRCY MATERA (5th)	IRT 02		085272762972.
3	MELISA an. DZAKI (9 bulan)	IRT		083184062231
4	PAIZAN D (3th) NELDAWATI	IRT		082390507419
5	(Fairus alFatih 1.5) ARI Rahmadani	IRT		085265516040
6	Alma (7 bln) Lis nayati	IRT		
7	Nurul an. Abizar (4 bln)	IRT		082383009232
8	Eka Putri An. Azzam (2,3th)	IRT		081364671596
9	RICA An. Fahih (1,9th)	IRT		
10	MIRA An. Adzkya (5)	IRT		085364160694.
11	XOSSY. an. Ratika (2Th)	Suasta.		081371555033
12	NEKA Fitriana Aisila (3 thn)	Ibu rumah tangga.		085761376353
13	Fitria Edward Kaila (3,5 bulan)	Ibu Rumah tangga		085278040032

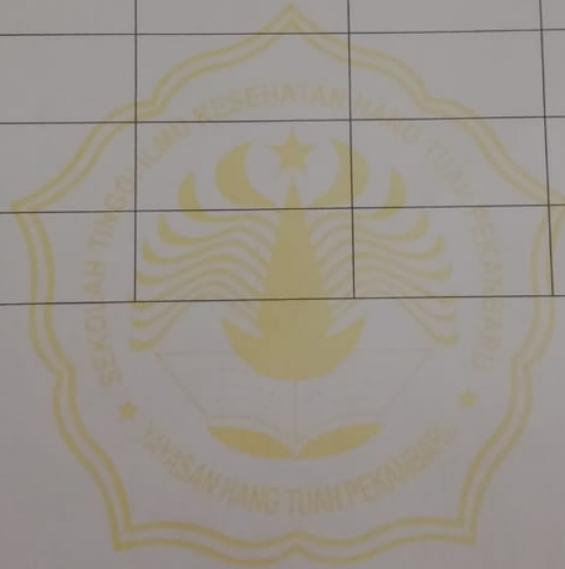


SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)

HANG TUAH PEKANBARU

Jl. Mustafa Sari No. 5 Tangkerang Selatan Pekanbaru, Telp. (0761) 33815 Fax. (0761) 863646
email : info.stikes@hangtuahpekanbaru.ac.id Izin Mendiknas : 226/D/O/2002 Website : www.hangtuahpekanbaru.ac.id

14	LIVA HAYATI M. HAMIF (3,1,2 bulan)	IRT.		081378644997
15	MISTA GIBRAN (3,37 bln)	IRT		085274781540
16	PIRA (2,4 bulan)	IRT		
17				
18				
19				
20				



Lampiran. 2

Susunan Organisasi Tim Pengabdian Masyarakat dan Pembagian Tugas

No	Nama	Jabatan	Pekerjaan	Pembagian Tugas
1	Cecen Suci Hakameri, S.Tr.Keb, M.Keb	Ketua	Dosen	<ol style="list-style-type: none">1. Melakukan pengumpulan data pengabdian2. Melakukan koordinasi dengan lahan untuk pengurusan izin pengabdian dan pengambilan data pengabdian3. Melakukan penyuluhan kepada ibu yang memiliki bayi dan balita <ol style="list-style-type: none">1. Membuat laporan dan proposal pengabdian
2	Juli Selvi Yanti, SST, M. Kes	Anggota	Dosen	<ol style="list-style-type: none">1. Membantu ketua peneliti dalam pengumpulan data pengabdian2. Membantu ketua peneliti dalam pengurusan terkait pengabdian yang dilakukan <ol style="list-style-type: none">2. Membantu segala hal yang berkaitan dengan pengabdian

Lampiran. 3 Kuesioner Pre Test dan Post Test

PRE TEST/POST TEST

Nama Ibu :

Umur :

Pendidikan :

Pekerjaan :

Nama anak :

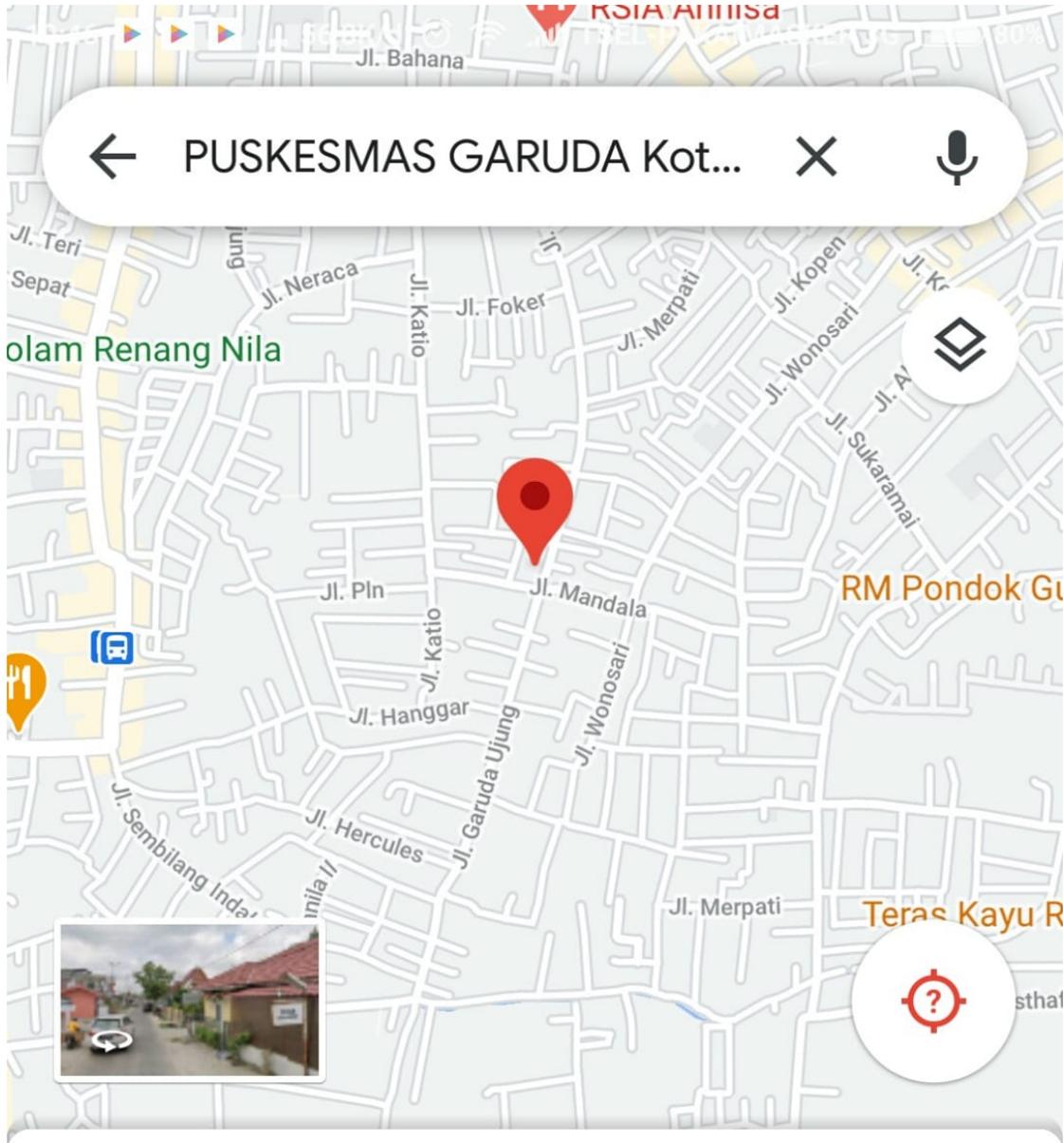
Usia Anak :

Pengetahuan ibu tentang pemberian makanan pendamping ASI pada bayi usia 6-12 bulan

Petunjuk : beri tanda *centang* (✓) pada jawaban yang dipilih!

No	Pernyataan	Benar	Salah
1	Makanan Pendamping ASI merupakan makanan tambahan yang diberikan kepada bayi setelah bayi berusia 6 bulan sampai bayi berusia 24 bulan		
2	Tujuan dari pemberian makanan pendamping ASI untuk melengkapi zat gizi yang sudah berkurang.		
3	Makanan pendamping ASI bertujuan menggantikan ASI		
4	Gangguan dari pemberian makanan pendamping ASI terlalu dini bayi salah satu diantaranya adalah diare.		
5	Pemberian makanan terlalu dini membuat tumbuh kembang bayi makin pesat		
6	Menu makanan pendamping ASI untuk bayi usia 6-7 bulan yaitu ASI, bubur lunak, bubur tepung beras merah		
7	Bayi setelah 6 bulan cukup diberikan makanan pendamping ASI tanpa wajib diberikan ASI		
8	Yang harus diperhatikan dalam menentukan makanan pendamping ASI adalah usia bayi		
9	Makanan pendamping ASI diberikan setelah usia 6 bulan		
10	Resiko jangka pendek dalam pemberian makanan pendamping ASI yaitu bayi akan minum ASI sedikit		

Lampiran 4. Gambaran/peta lokasi pengabdian



PUSKESMAS GARUDA Kota Pekanbaru

Lampiran 5.

SURAT PERNYATAAN KETUA PENGUSUL

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Cecen Suci Hakameri, S.Tr.Keb, M.Keb

NIDN : 1016089303

Pangkat/Golongan : -

Jabatan fungsional : Tenaga Pengajar

Dengan ini menyatakan proposal saya dengan judul:

“Sosialisasi Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) pada Ibu yang Memiliki Bayi dan Balita di Posyandu Wijaya Kusuma Tahun 2021”, yang diusulkan dalam skema Pengabdian Kepada Masyarakat untuk anggaran 2021 bersifat original dan tidak plagiat.

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan ini maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan dengan sebenar-benarnya.

Mengetahui
Ketua Prodi S1 Kebidanan
STIKes Hang Tuah Pekanbaru

Pekanbaru, 20 Januari 2021
Ketua Pelaksana

(Juli Selvi Yanti, SST, M.Kes)
NIP/NIK. 10306112189

(Cecen Suci Hakameri, S.Tr.Keb, M.Keb)
NIP/NIK. 10306120K302

Lampiran 6. Materi Pengabdian Kepada Masyarakat

1. Definisi Makanan Pendamping ASI (MP-ASI)

Makanan pendamping ASI (MP-ASI) adalah makanan pendamping air susu ibu sejak bayi berusia 6 bulan sampai 24 bulan seperti yang disebutkan Depkes RI (2006). Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) adalah makanan dan minuman yang mengandung zat gizi, diberikan kepada bayi atau anak usia 6-24 bulan guna memenuhi kebutuhan gizi selain dari ASI. MP-ASI merupakan makanan padat atau cair yang diberikan secara bertahap sesuai dengan usia dan kemampuan pencernaan bayi/anak (Kemenkes RI, 2015). Makanan pelengkap tidak menggantikan ASI, tetapi memberikan nutrient tambahan. ASI harus menjadi makanan pertama yang diberikan kepada bayi dan makanan padat baru diberikan setelah selesai memberikan ASI sebelum makanan lain. Menurut Kemenkes RI (2009) agar pertumbuhan bayi sesuai dengan umur. WHO/UNICEF merekomendasikan empat hal yang penting yang harus dilakukan yaitu pertama memberikan air susu ibu kepada bayi segera setelah lahir, kedua memberikan ASI saja (ASI Eksklusif) sejak lahir bayi sampai 6 bulan, ketiga memberikan makanan pendamping ASI (MP-ASI) sejak usia 6 bulan sampai 12 bulan, keempat meneruskan memberikan ASI sampai usia 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 (indigenous food).

2. Faktor yang mempengaruhi pemberian MP-ASI

Alasan umum mengapa banyak ibu yang memberikan MP-ASI secara dini meliputi rasa takut bahwa ASI yang mereka hasilkan tidak cukup lama dan kualitasnya buruk. Banyak kerpercayaan dan sikap yang tidak mendasar terhadap makna pemberian ASI yang membuat para ibu tidak melakukan pemberian ASI secara eksklusif kepada bayi mereka dalam periode 6 bulan pertama. Hal tersebut terkait dengan pemberian ASI pertama (*kolostrum*) yang terlihat encer dan menyerupai air selain itu keterlambatan memulai pemberian ASI dan praktek membuang kolostrum juga mempengaruhi alasan pemberian MP-ASI dini karena banyak masyarakat di negara berkembang percaya kolostrum yang berwarna kekuningan merupakan zat beracun yang

harus dibuang. Teknik pemberian ASI yang salah menyebabkan ibu mengalami nyeri lecet pada puting susu, pembengkakan payudara dan masitis dapat menyebabkan ibu menghentikan pemberian ASI. Serta kebiasaan yang keliru bahwa bayi memerlukan cairan tambahan selain itu dukungan yang kurang dari pelayanan kesehatan seperti tidak adanya fasilitas rumah sakit dan rawat gabung dan disediakannya dapur susu formula akan meningkatkan praktek pemberian MPASI predominan kepada bayi yang baru lahir dirumah sakit. Serta pemasaran susu formula pengganti ASI yang menimbulkan anggapan bahwa formula PASI lebih unggul daripada ASI sehingga ibu akan lebih tertarik pada iklan PASI dan memberikan MPASI secara dini. (Gibney, 2009). Padang (2008) menyebutkan bahwa terdapat 3 faktor yang mempengaruhi ibu dalam pemberian MPASI, antara lain :

1) Faktor predisposisi terhadap pemberian MPASI

Sikap berpengaruh secara signifikan terhadap pemberian MPASI. Untuk meningkatkan perilaku positif dari ibu dalam pemberian MPASI, maka perlu dimodifikasi sikapnya melalui berbagai kegiatan yang potensial di masyarakat setempat. Menurut para pakar pendidikan, sebagai perilaku tertutup mengubah sikap jauh lebih sulit daripada mengubah pengetahuan dan ketrampilan.

2) Faktor pendukung terhadap pemberian ASI

Media memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pemberian makanan pada bayi, untuk meningkatkan perilaku pemberian MPASI >6bulan, maka frekuensi keterpaparan ibu terhadap media perlu ditingkatkan. Dalam hal ini, intasi pelayanan kesehatan perlu lebih meningkatkan promosi kesehatan terkait frekuensi dan kualitas programnya, diantaranya membuat leaflet yang memuat informasi tentang pentingnya ASI eksklusif. Tingkat keseringan menapat informasi akan meningkatkan pengetahuan masyarakat, untuk itu diharapkan agar media memberi informasi yang baik, positif, dan dapat memberikan motivasi pada ibu dalam pemberian ASI eksklusif.

3) Faktor pendorong terhadap pemberian MPASI.

Dukungan keluarga dan kebiasaan memberi makan bayi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pemberian makanan pada bayi. Peran keluarga dalam pemberian MPASI >6bulan sangat dibutuhkan, terlebih kultur masyarakat Indonesia yang masih bersifat kolektif, yaitu keluarga berperan dalam pola pengurusan anak khususnya dalam pengurusan bayi. Dalam keluarga yang bersifat paternalistik, keluarga yang bertanggung jawab dalam pengurusan bayi adalah para perempuan dari anggota keluarga yang memiliki bayi.

3. Masalah-Masalah dalam Pemberian MP-ASI

Masalah dalam pemberian MP-ASI pada bayi adalah meliputi pemberian makanan prelaktal (makanan sebelum ASI keluar). Hal ini sangat berbahaya bagi kesehatan bayi dan mengganggu keberhasilan menyusui serta kebiasaan membuang kolostrum padahal kolostrum mengandung zat-zat kekebalan yang dapat melindungi bayi dari penyakit dan mengandung zat gizi yang tinggi. Oleh karena itu kolostrum jangan dibuang. Selain itu pemberian MP-ASI yang terlalu dini (sebelum bayi berumur 6 bulan) dapat menurunkan konsumsi ASI dan meningkatkan terjadinya gangguan pencernaan/diare, dengan memberikan MP-ASI terlebih dahulu berarti kemampuan bayi untuk mengkonsumsi ASI berkurang yang berakibat menurunnya produksi ASI. Hal ini dapat mengakibatkan anak menderita kurang gizi, seharusnya ASI diberikan dahulu baru MP-ASI .

Pemberian ASI terhenti karena ibu kembali bekerja di daerah kota dan semi perkotaan, ada kecenderungan rendahnya frekuensi menyusui dan ASI dihentikan terlalu dini pada ibu-ibu yang bekerja karena kurangnya pemahaman tentang manajemen laktasi pada ibu bekerja. Ibu kurang menjaga kebersihan terutama pada saat menyediakan dan memberikan makanan pada anak. Masih banyak ibu yang menyuapi anak dengan tangan, menyimpan makanan matang tanpa tutup makanan/ tudung saji dan kurang mengamati perilaku kebersihan dari pengasuh anaknya. Hal ini memungkinkan timbulnya penyakit infeksi seperti diare (mencret).

4. Resiko pemberian MPASI dini

Terdapat kerugian atau dampak pemberian makanan pendamping ASI, dibedakan menjadi 2 antara lain:

1. Resiko jangka pendek

Resiko jangka pendeknya adalah dapat mengurangi keinginan bayi untuk menyusu sehingga frekuensi kekuatan dan frekuensi bayi untuk menyusu semakin berkurang akibat produksi ASI juga berkurang (Muhtadi, 2005). Pemberian makanan lain merugikan bayi karena pasti nilai gizinya lebih rendah daripada ASI. Di samping itu, pemberian sereal dan sayur-sayuran akan menghambat penyerapan zat besi dalam ASI, dan juga dapat menyebabkan diare jika kurang penyediaan maupun pemberiannya.

2. Resiko jangka panjang

Menurut Boedihardjo (1994) pemberian makanan tambahan terlalu dini dapat menyebabkan kebiasaan makan kurang baik dan menimbulkan gangguan pada kesehatan, seperti hipertensi, obesitas, alergi makanan dan arterosklerosis. Pemberian MPASI yang terlalu cepat/dini pada bayi dapat menyebabkan gangguan pada proses menyusi, lalu dapat menurunkan produksi ASI, dapat menimbulkan gangguan sistem pencernaan bayi, alergi pada bayi dan meningkatnya gizi buruk sebagai pemicu kematian pada bayi (Indriyawati, 2010).

Terdapat beberapa akibat yang kurang baik dalam pengenalan makanan pendamping terlalu dini (Suhardjo, 1992), antara lain adalah sebagai berikut ini:

1. Gangguan penyusuan.

Suatu hubungan sebab akibat antara pengenalan/pemberian makanan tambahan yang dini dan penghentian penyusuan, belum dibuktikan. Pada umumnya bayi-bayi yang menyusui mendapatkan makanan tambahan pada umur yang lebih kemudian, dan dalam

jumlah yang lebih kecil daripada bayi-bayi yang mendapat susu formula.

2. Beban ginjal yang berlebihan dan hyperosmolitas

Makanan padat, baik yang dibuat sendiri atau pun dibuat pabrik, cenderung mengandung kadar natrium klorida (NaCl) tinggi yang akan menambah beban ginjal. Beban tersebut masih ditambah oleh makanan tambahan yang mengandung daging. Bayi-bayi yang mendapatkan makanan padat pada umur dini, mempunyai osmolalitas plasma yang tinggi daripada bayi-bayi yang 100% mendapat air susu ibu dan karena itu mudah mendapat hyperosmolalitas dehidrasi. Hyperosmolalitas penyebab haus yang berlebihan. Meskipun hubungan antara penggunaan natrium klorida (NaCl) dan tingkat tekanan darah belum dibuktikan pada masa bayi, tetapi pengamatan epidemiologis dan data eksperimen pada tikus menyatakan bahwa penggunaan garam pada umur dini dapat dihubungkan dengan perkembangan tekanan darah tinggi yang timbul.

3. Alergi terhadap makanan

Belum matangnya sistem kekebalan dan susu lain selain ASI pada umur yang dini, dapat menyebabkan banyak terjadinya alergi terhadap makanan pada asa kanak-kanak. Alergi susu sapi dapat terjadi sebanyak 7,5% dan telah diingatkan, bahwa alergi terhadap makanan lainnya seperti jeruk, tomat, ikan, dan telur, bahkan mungkin lebih sering terjadi. ASI (air susu ibu) kadang-kadang dapat menularkan penyeba-penyebab alergi dalam jumlah yang cukup banyak untuk menyebabkan gejala-gejala klinis, tetapi pemberian susu sapi atau makanan tambahan yang terlalu dini menambah terjadinya alergi terhadap makanan.

5. Waktu mulai pemberian MPASI

Usia pemberian makanan pada bayi dibedakan menjadi beberapa kelompok, yaitu :

1. Usia 0 sampai dengan 6 bulan

Selama ibu hamil bayi banyak menerima makanan dari ibu melalui plasenta. Setelah bayi lahir, makanan hanya didapat dari ibu yaitu Air Susu Ibu (ASI). Pemberian ASI harus dilakukan segera setelah bayi lahir dalam waktu satu jam pertama. Sampai usia 6 bulan, bayi cukup mendapat asupan makanan dari ASI tanpa ditambah makanan atau minuman lain karena ASI mengandung semua zat gizi dan cairan yang dibutuhkan untuk memenuhi seluruh kebutuhan zat gizi bayi pada 6 bulan pertama kehidupannya. Hal ini dikenal dengan istilah ASI eksklusif. ASI pertama yang diberikan pada bayi disebut kolostrum. Kolostrum ini sedikit lebih kental dan berwarna kekuningan.

Kolostrum mengandung lemak, protein, dan sistem kekebalan. Sistem kekebalan pada bayi diperoleh dari ibunya dan tetap ada sampai beberapa bulan setelah lahir. Beberapa hari setelah persalinan, komposisi ASI kolostrum ini berubah menjadi komposisi normal ASI yang disebut mature milk. Pemberian ASI dilakukan sesering mungkin tanpa batas waktu. Biasanya dalam sehari diberikan antara 5 sampai dengan 7 kali dengan total jumlah ASI perhari 720 sampai dengan 960 ml, sedangkan jumlah ASI yang diberikan untuk setiap kali bayi disusui berjumlah 100 sampai dengan 200 ml. Kurang berhasilnya proses menyusui sangat jarang dikarenakan gangguan hormonal, namun seringkali dikarenakan teknik menyusui yang tidak tepat, perlekatan yang tidak benar, durasi waktu yang tidak cukup, atau karena kondisi psikologis ibu, serta dukungan keluarga dan tenaga kesehatan yang tidak atau kurang mendukung.

2. Usia 6 sampai dengan 7 bulan

Pemberian ASI diteruskan dan MPASI diberikan dalam bentuk lumat halus karena bayi sudah bisa mengunyah. Pada usia ini, bayi baru pertama kalinya dikenalkan dengan makanan. Makanan yang bisa diberikan pada bayi antara lain, bubur susu yang cair terbuat dari bahan tepung beras putih, tepung

beras merah, kacang hijau, dan tepung jagung (*maizena*) sebagai sumber karbohidrat. Labu kuning yang direbus sampai matang juga boleh diberikan dalam bentuk pure.

Contoh MPASI berbentuk halus seperti bubur susu, biskuit yang ditambah air atau susu, pisang dan pepaya yang dilumatkan. Berikan untuk pertama kali salah satu jenis MPASI, misalnya pisang lumat. Berikan sedikit demi sedikit mulai dengan jumlah 1-2 sendok makan, 1 kali sehari. Berikan untuk beberapa hari secara tetap kemudian baru dapat diberikan jenis MPASI yang lainnya. Berikan ASI dulu kemudian MPASI berbentuk cairan berikan dengan sendok dan tidak menggunakan botol dan dot. Pilihlah buah-buahan yang tidak mengandung gas, asam, dan tidak beraroma kuat, buah yang manis lebih disarankan seperti pepaya, pisang, jeruk manis, pir, avokad, dan melon. Sayuran yang boleh diberikan adalah sayuran lembut seperti wortel, brokoli, bayam, labu siam, dan tomat.

3. Usia 7 sampai dengan 9 bulan

Pada usia ini, bayi sudah boleh diberikan makanan berprotein seperti tempe. Makanan berprotein hewani seperti daging giling dan telur, sebaiknya diberikan pada saat usia bayi di atas 8 bulan. Begitu juga dengan gandum dan produk olahan dapat diperkenalkan kepada bayi saat dia berusia 8 bulan ke atas, dikarenakan jenis makanan tersebut mengandung gluten yang sulit dicerna oleh bayi. Karbohidrat sebagai sumber tenaga bisa diperoleh dari beras putih, beras merah, kentang, singkong, talas, ubi, tepung hunkwe, dan jagung. Kacang-kacangan juga sudah boleh diberikan pada bayi, seperti kacang merah, kacang polong, dan kacang hijau. Selain itu, bayi juga sudah boleh diberikan produk olahan dari gandum, seperti oatmeal, dan makanan berprotein hewani, seperti daging ayam, daging sapi (tanpa lemak), kuning telur, dan hati ayam.

Waktu pemberian MPASI pada masa ini adalah umur 7 bulan dapat diberikan bubur susu 1 kali, sari buah 2 kali. Umur 8 bulan dapat diberikan bubur susu 1 kali, sari buah 1 kali dan nasi tim saring 1 kali dan umur 9 bulan dapat diberikan bubur susu 1 kali, sari buah 1 kali, nasi tim saring 1 kali dan ditambah telur 1 kali.

4. Usia 9 sampai dengan 12 bulan

Pemberian MPASI pada bayi umur 10 bulan adalah dapat diperkenalkan dengan makanan keluarga secara bertahap. Bentuk dan kepadatan nasi tim bayi harus diatur secara berangsur-angsur, kemudian lambat laun mendekati bentuk dan kepadatan makanan keluarga. Di usia ini biasanya gigi bayi sudah mulai tumbuh dan untuk semakin merangsang pertumbuhan giginya, bayi bisa mulai diberi makanan semi padat, seperti nasi tim. Makanannya juga sudah boleh dibubuhi sedikit garam. Namun, sebaiknya jangan dulu untuk gula. Biarkan bayi mencicipi rasa manis alami dari buah yang mengandung gula sederhana. Pemberian gula pasir pada bayi bisa menyebabkan kegemukan dan bisa merusak email gigi yang baru tumbuh.

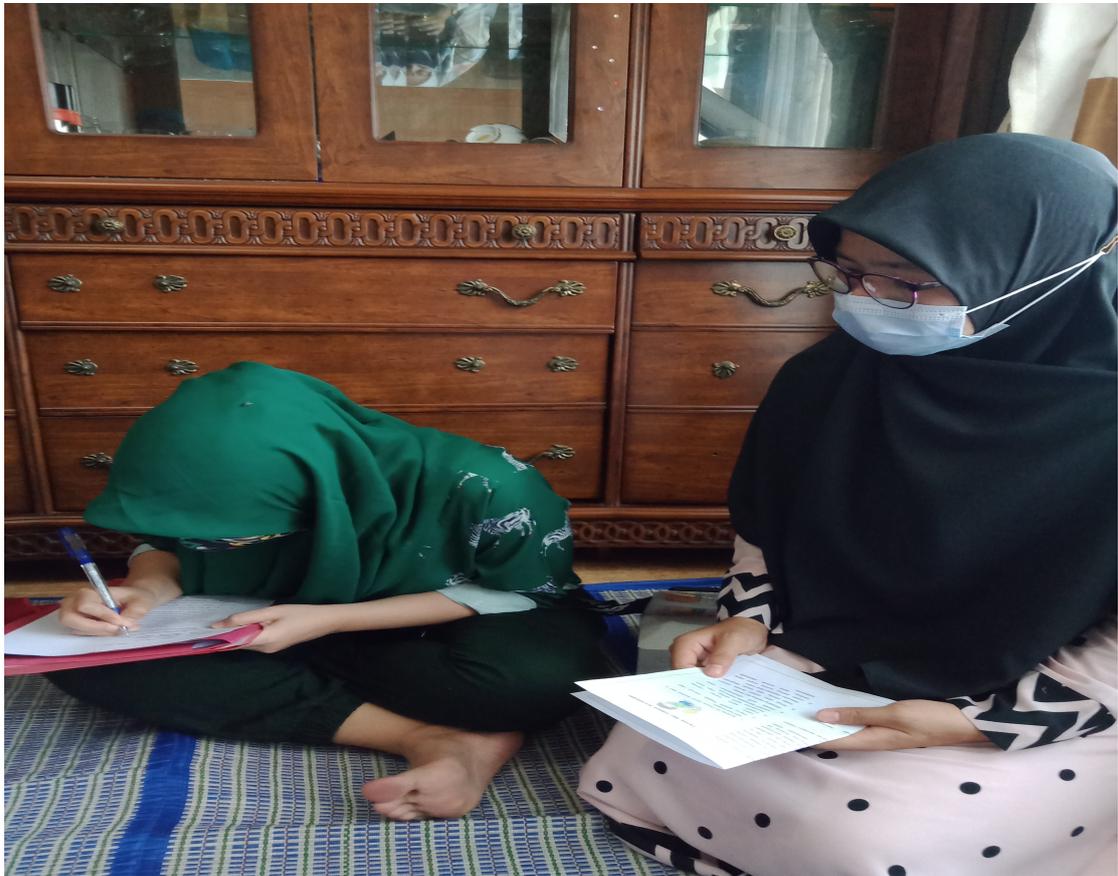
Bentuk dan kepadatan nasi tim bayi harus diatur secara berangsur-angsur, kemudian lambat laun mendekati bentuk dan kepadatan makanan keluarga. Berikan makanan selingan 1 kali sehari dengan memilih makanan yang bernilai gizi tinggi seperti bubur kacang hijau, buah dan lain-lain. Waktu pemberian MPASI pada umur 10-11 bulan adalah bubur susu 2 kali sehari, sari buah 1 kali dan nasi tim saring 1 kali dan berikan telur 1 kali dan umur 12 bulan adalah bubur susu 1 kali, sari buah 1 kali dan nasi tim saring 2 kali dan ditambah telur 1 kali.

5. Usia 12 sampai dengan 24 bulan

Pada usia ini, bayi sudah bisa menyantap nasi lunak dengan lauk yang mirip seperti makanan untuk balita. Sayuran dan buah-buahan yang boleh disantap menjadi lebih variatif. Telur sudah boleh diberikan, kecuali bila dimasak setengah matang, karena telur yang direbus setengah matang akan mudah tercemar bakteri *salmonella*. Sebaiknya mungkin, bayi jangan diberikan makanan dari daging olahan, seperti bakso, sosis, dan nugget, kecuali bila dibuat sendiri. Makanan olahan tersebut banyak menggunakan sodium sebagai pengawet dan MSG sebagai penguat rasa yang memberikan efek kurang baik untuk pertumbuhan anak.

Lampiran 7. Dokumentasi









Sosialisasi Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) Pada bayi dan balita



Cecen Suci Hakameri, S.Tr.Keb, M.Keb
Prodi S1 Kebidanan STIKes Hang Tuah Pekanbaru

Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) adalah makanan atau minuman yang mengandung zat gizi, diberikan kepada bayi atau anak usia 6-24 bulan guna memenuhi kebutuhan gizi selain dari ASI



- 1) Memenuhi kebutuhan gizi bayi.
- 2) Mengembangkan kemampuan bayi untuk menerima berbagai macam makanan dengan berbagai rasa dan tekstur akhirnya mampu menerima makanan keluarga.
- 3) Mengembangkan kemampuan bayi untuk mengunyah dan menelan.
- 4) Menanggulangi dan mencegah terjadinya gizi buruk dan gizi kurang sekaligus mempertahankan status gizi baik pada bayi dan anak

Tujuan MP-ASI



STRATEGI PEMBERIAN MPASI

Berikan MPASI ketika ASI saja tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi (usia bayi sekitar 6 bulan)

MPASI yang diberikan memenuhi kebutuhan energi, protein, dan mikronutrien anak

TEPAT WAKTU

ADEKUAT

AMAN DAN HIGIENIS

DIBERIKAN SECARA RESPONSIF

Proses persiapan dan pembuatan MPASI menggunakan cara, bahan, dan alat yang aman serta higienis

MPASI diberikan secara konsisten sesuai dengan sinyal lapar atau kenyang dari anak

Dampak Pemberian MP-ASI pada Bayi Usia Kurang dari 6 Bulan

Diare

Obesitas

Alergi

Kram Usus



Panduan Cara Penyajian, Tekstur dan Frekuensi makan untuk bayi dan anak di situasi normal & bencana.

0-6 bulan	6-9 bulan	9-12 bulan	>12 bulan
ASI Eksklusif Ibu dimotivasi untuk dapat terus menyusui. Anak usia 0-6 bulan hanya mengonsumsi ASI saja.	Lanjutkan Menyusui 2-3 sdm bertahap hingga 125ml 2-3x makan 1-2x selingan	Lanjutkan Menyusui 125ml bertahap hingga 250ml 3-4x makan 1-2x selingan	Lanjutkan Menyusui hingga 2 tahun atau lebih 200ml hingga 250ml++ 3-4x makan 1-2x selingan
CUKUP ASI SAJA	 DI-SARING	 DI-CINCANG	 MASAK BIASA

Bahan makanan untuk dewasa dapat juga digunakan untuk membuat makanan bayi dan anak. Pada usia ini, menu untuk anak-anak dapat disamakan dengan dewasa, namun rasa disesuaikan.

Tabel Pemberian MP-ASI

Usia	Rekomendasi			
	Frekuensi (per hari)	Berapa banyak setiap kali makan	Tekstur (kekentalan/konsistensi)	Variasi
Mulai berikan MP-ASI ketika anak berusia 6 bulan	2-3 kali makan	Mulai dengan 2-3 sendok makan dan secara perlahan tingkatan jumlahnya	Bubur kental 	ASI sesering mungkin
6-9 bulan	2-3 kali makan ditambah 1-2 kali makanan selingan	2-3 sendok makan penuh setiap kali makan dan tingkatkan secara perlahan sampai setengah mangkuk ukuran 250 ml (125 ml)	Bubur kental/makanan lumat 	+ ASI Makanan pokok +
9-12 bulan	3-4 kali makan ditambah 1-2 kali makanan selingan	Setengah mangkuk ukuran 250 ml (125 ml)	Makanan yang dicincang atau diiris atau makanan dengan potongan kecil yang dapat dipegang 	+ Sayuran dan buah + Kacang-kacangan
12-24 bulan	3-4 kali makan ditambah 1-2 kali makanan selingan	Tiga perempat mangkuk ukuran 250 ml (190 ml)	Makanan keluarga 	+ Makanan hewani

Gambar: UNICEF



STRATEGI MAKAN YANG SEHAT UNTUK BAYI DAN BALITA

JANGAN MENYERAH UNTUK MEMPERKENALKAN JENIS MAKANAN BARU

Ibu bisa jadi harus menawarkan 10 hingga 15 kali jenis makanan baru sebelum anak mau memakannya. Berikan contoh untuk memakan jenis makanan baru terlebih dahulu. Anak belajar dengan memperhatikan dan mencontoh ibunya.

MATIKAN TV, KOMPUTER, DAN GAWAI SAAT JAM MAKAN BERLANGSUNG

BATASI PEMBERIAN JUS BUAH

Jus mengandung gula dalam jumlah cukup banyak. Dan konsumsi jus membuat anak kenyang sehingga tidak berselera saat jam makan tiba. Berikan buah potong sebagai pengganti jus.

TAWARKAN SELINGAN SEHAT DIANTARA WAKTU MAKAN JIKA ANAK TERLIHAT LAPAR

BERIKAN BERBAGAI VARIASI PILIHAN RASA DAN JENIS MAKANAN SEHAT UNTUK ANAK

WAKTU MAKAN BUKANLAH HANYA TENTANG MAKANAN

Waktu makan adalah waktu untuk berkomunikasi dan mendukung perkembangan anak. Berinteraksilah karena hal ini dapat membangun hubungan keluarga yang kuat

JANGAN PAKSA ANAK UNTUK MAKAN

Hal ini sering mengakibatkan anak menolak untuk makan, dan susah menghabiskan makanan

15 Pemberian Makanan Pendamping ASI

MPASI HIGIENIS UNTUK BAYI YANG SEHAT

- Pastikan kebersihan tangan dan peralatan makan yang digunakan untuk menyiapkan serta menyajikan Makanan Pendamping Air Susu Ibu
- Cuci tangan ibu dan bayi sebelum makan. Selalu cuci tangan ibu dengan sabun setelah ke toilet dan membersihkan kotoran bayi
- Simpan makanan yang akan diberikan kepada bayi di tempat yang bersih dan aman
- Pisahkan talenan yang digunakan untuk memotong bahan makanan mentah dan bahan makanan matang