

EDUKASI PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN PEMAHAMAN IBU TENTANG PEMBERIAN MP-ASI BERBASIS BAHAN PANGAN LOKAL DI DESA DEUNONG KABUPATEN ACEH BESAR

Education To Improve Mothers' Knowledge And Understanding Of Providing Complete Food Based On Local Food Ingredients In Deunong Village, Aceh Besar Regency

Rasima^{1*}, Andriani Ms², Nora Usrina³

¹Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Aceh

²Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Aceh

³Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Aceh

*Correspondence: andriani.gz@poltekkesaceh.ac.id

Received: 14/09/2025

Accepted: 14/09/2025

Published online: 15/03/2026

ABSTRAK

Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) merupakan makanan atau minuman yang diberikan kepada bayi usia 6–24 bulan untuk melengkapi kebutuhan gizi yang tidak dapat dipenuhi hanya dari ASI. Pemanfaatan bahan pangan lokal dalam penyusunan MP-ASI menjadi strategi penting karena mudah diperoleh, lebih terjangkau, serta sesuai dengan kebiasaan makan masyarakat. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu balita mengenai pengolahan MP-ASI berbasis pangan lokal di Desa Deunong, Kabupaten Aceh Besar. Metode yang digunakan meliputi edukasi, demonstrasi pembuatan MP-ASI, serta pre-test dan post-test untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan signifikan pengetahuan ibu terkait pengolahan MP-ASI, dengan nilai rata-rata meningkat sebesar 0,4 (p -value < 0,05). Selain itu, keterampilan ibu dalam mengolah MP-ASI memiliki kategori sangat baik dan baik. Dengan demikian, edukasi dan pemanfaatan pangan lokal terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan serta keterampilan masyarakat, sekaligus mendukung upaya perbaikan status gizi balita usia 6–23 bulan.

Kata kunci: Edukasi, Gizi Balita, MP-ASI, Pangan Lokal

ABSTRACT

Complementary feeding is food or drink given to infants aged 6–24 months to fulfill nutritional needs that cannot be met solely by breast milk. The utilization of local food in preparing MP-ASI is an important strategy since it is more accessible, affordable, and in line with community eating habits. This community service program aimed to

improve mothers' knowledge and skills in processing MP-ASI based on local food in Deunong Village, Aceh Besar District. The methods included education sessions, cooking demonstrations, and pre-test and post-test assessments to evaluate participants' knowledge. The results showed a significant increase in mothers' knowledge regarding MP-ASI processing, with an average improvement of 0.4 points (p -value < 0.05). In addition, mothers' practical skills in preparing MP-ASI were categorized as good to excellent. These findings indicate that education and the use of local food are effective in enhancing community knowledge and skills, while also supporting efforts to improve the nutritional status of children aged 6–23 months.

Keywords: education, child nutrition, complementary feeding, local food

PENDAHULUAN

Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) merupakan makanan atau minuman yang diberikan kepada bayi usia 6–24 bulan untuk melengkapi kebutuhan zat gizi yang tidak lagi dapat dipenuhi hanya dari Air Susu Ibu (ASI). Pemberian MP-ASI merupakan tahapan krusial dalam periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yang berperan penting dalam menentukan kualitas pertumbuhan dan perkembangan anak di masa mendatang.¹ MP-ASI yang tepat dan adekuat sangat diperlukan untuk mendukung pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, serta sistem imun anak.²



Menurut rekomendasi World Health Organization (WHO), pemberian MP-ASI harus dimulai pada usia 6 bulan dengan tetap melanjutkan pemberian ASI hingga usia 2 tahun atau lebih.³ MP-ASI diberikan secara bertahap sesuai usia dan kemampuan oromotor anak, dimulai dari tekstur lumut (*puree*), makanan lembek (*mashed*), hingga makanan keluarga. Selain itu, MP-ASI harus memenuhi prinsip gizi seimbang yang mencakup kecukupan energi, protein, lemak, serta mikronutrien penting seperti zat besi, seng, vitamin A, dan asam folat.⁴ Ketidaktepatan dalam pemberian MP-ASI, baik dari segi waktu, frekuensi, tekstur, maupun kualitas gizi, dapat meningkatkan risiko terjadinya masalah gizi pada anak, seperti stunting, *wasting*, gizi kurang, serta anemia defisiensi besi.⁵

Permasalahan gizi pada balita masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat di Indonesia. Berdasarkan data nasional, prevalensi stunting pada anak balita masih berada pada angka yang memerlukan perhatian serius, yang sebagian besar dipengaruhi oleh praktik pemberian makan yang tidak adekuat, termasuk MP-ASI yang tidak memenuhi standar gizi.⁶ Praktik pemberian MP-ASI yang tidak tepat, seperti pemberian makanan dengan kepadatan energi rendah, kurangnya variasi pangan, serta rendahnya kandungan protein hewani, berkontribusi terhadap terjadinya kekurangan zat gizi kronis pada anak.⁷

Di Indonesia, MP-ASI secara umum terbagi menjadi dua jenis, yaitu MP-ASI pabrikan dan MP-ASI berbasis pangan lokal. MP-ASI pabrikan umumnya telah difortifikasi dan memiliki kandungan gizi yang terstandar, namun tidak selalu terjangkau bagi seluruh lapisan masyarakat. Sebaliknya, MP-ASI berbasis pangan lokal lebih banyak digunakan karena mudah diperoleh, ekonomis, serta sesuai dengan kebiasaan dan budaya makan keluarga.⁸ Namun demikian, berbagai studi menunjukkan bahwa MP-ASI lokal yang diberikan sering kali belum memenuhi kebutuhan energi dan mikronutrien anak, terutama zat besi dan protein hewani.⁹

Padahal, pangan lokal memiliki potensi yang sangat besar untuk dikembangkan sebagai MP-ASI bergizi tinggi. Bahan pangan seperti

ikan, telur, daging, kacang-kacangan, sayuran, dan buah-buahan merupakan sumber protein, vitamin, dan mineral yang penting bagi pertumbuhan anak.¹⁰ Pemanfaatan pangan lokal tidak hanya mendukung pemenuhan kebutuhan gizi anak, tetapi juga memperkuat ketahanan pangan keluarga serta mempertahankan nilai sosial-budaya dalam pola konsumsi masyarakat.¹¹ Namun, rendahnya pengetahuan dan keterampilan ibu dalam mengolah MP-ASI berbasis pangan lokal, termasuk dalam hal pemilihan bahan, teknik pengolahan, serta variasi menu, menjadi salah satu kendala dalam optimalisasi pemanfaatan pangan lokal tersebut.¹²

Selain itu, praktik pemberian MP-ASI juga dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti tingkat pendidikan ibu, akses terhadap informasi gizi, kebiasaan keluarga, serta persepsi terhadap makanan anak.¹³ Kurangnya edukasi yang tepat dapat menyebabkan pemberian MP-ASI yang monoton, tidak higienis, atau tidak sesuai dengan kebutuhan gizi anak. Oleh karena itu, intervensi berbasis edukasi dan pelatihan kepada ibu balita menjadi strategi yang efektif untuk meningkatkan kualitas pemberian MP-ASI.¹⁴

Berdasarkan permasalahan tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu balita dalam mengolah MP-ASI berbasis pangan lokal yang bergizi, aman, dan sesuai dengan kebutuhan anak. Melalui pendekatan edukatif dan praktis, diharapkan ibu mampu menerapkan prinsip gizi seimbang dalam penyusunan menu MP-ASI, sehingga dapat mendukung tumbuh kembang optimal anak serta berkontribusi dalam pencegahan masalah gizi di tingkat rumah tangga.¹⁵

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan oleh dosen Poltekkes Kemenkes Aceh dilaksanakan dalam bentuk pemberdayaan bidang gizi melalui edukasi peningkatan status gizi balita usia 6-23 bulan dengan pemberian MP-ASI berbasis bahan pangan lokal di Desa Deunong, Kecamatan Darul Imarah, Kabupaten Aceh Besar yang

bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat tentang Peningkatan Status Gizi Balita usia 6-23 bulan dengan pemberian MP-ASI berbasis bahan pangan lokal.

Kelompok sasaran dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah masyarakat desa yang terdiri dari ibu balita sebanyak 30 orang. Kegiatan pelatihan dilaksanakan selama 1 (satu) hari yaitu pada Tanggal 13 September 2025 yang bertempat di Meunasah Desa Deunong Kecamatan Darul imarah Kabupaten Aceh Besar.

Tahapan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan sebagai berikut: ahap persiapan kegiatan berupa pengurusan izin, permintaan narasumber dan lain-lain, Tahap Penyusunan modul dan booklet edukasi MP-ASI berbasis pangan lokal, Tahap uji coba resep yaitu melakukan uji coba resep yang akan didemonstrasikan kepada ibu-ibu untuk dilakukan Tahap pelaksanaan pengabdian.

Kegiatan edukasi dilakukan pada tanggal 13 September 2025 dilaksanakan pembukaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat oleh dosen Poltekkes Kemenkes Aceh dan dilanjutkan dengan penyampain materi edukasi dan video tentang pembuatan MP-ASI berbasis bahan pangan lokal. Tahap evaluasi pengabdian masyarakat dilaksanakan dengan membagikan angket pre test pada saat peserta baru hadir yaitu sebelum kegiatan edukasi dimulai dan post test untuk melihat peningkatan pengetahuan dan keterampilan setelah diberikan edukasi. Tahap penyusunan laporan kegiatan dilakukan penyusunan laporan kegiatan dan pengusulan HAKI untuk buku yang telah dihasilkan yaitu buku gizi seimbang pada MP-ASI balita menggunakan bahan pangan lokal.

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini didukung oleh tersedianya beberapa bahan dan alat seperti dibawah ini, yaitu : Kuesioner pre test dan post test yang digunakan untuk mengetahui pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan, Buku Gizi Seimbang Pada MP-ASI Balita Menggunakan Bahan Pangan Lokal, Bahan-bahan yang dibutuhkan untuk membuat MP-ASI berbasis pangan lokal, Alat Tulis Kantor (ATK),

Kamera dan video sebagai alat dokumentasi kegiatan, dan Spanduk kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini melibatkan 30 ibu yang memiliki balita usia 6–23 bulan. Berdasarkan karakteristik responden, sebagian besar ibu memiliki latar belakang pendidikan tingkat menengah (SMA) dan sebagian lainnya berpendidikan tinggi (sarjana). Dari segi pekerjaan, mayoritas responden merupakan ibu rumah tangga, sementara sebagian lainnya bekerja di luar rumah sebagai pegawai atau karyawan. Rentang usia ibu berada pada 20–35 tahun, yang termasuk dalam kelompok usia produktif dan memiliki peran penting dalam pengasuhan serta pemenuhan gizi anak.¹⁶

Sebelum kegiatan edukasi dimulai, peserta diberikan pre-test untuk mengukur tingkat pengetahuan awal terkait pemberian MP-ASI. Selain itu, keterampilan ibu dalam memilih bahan dan jenis makanan dinilai melalui observasi setelah intervensi edukasi dilakukan. Metode edukasi yang digunakan meliputi ceramah, diskusi, serta tanya jawab mengenai pemanfaatan bahan pangan lokal dalam penyusunan MP-ASI bagi balita usia 6–23 bulan. Pendekatan edukatif yang interaktif terbukti lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman dan perubahan perilaku dibandingkan metode satu arah.¹⁴



Gambar 1. Penyampaian materi tentang peningkatan status gizi balita usia 6–23 bulan melalui MP-ASI berbasis pangan lokal



Gambar 2. Pemaparan video pengolahan MP-ASI berbasis pangan lokal



Gambar 3. Contoh menu MP-ASI sesuai usia balita

Setelah pelaksanaan edukasi, diperoleh hasil evaluasi pengetahuan yang menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada peserta. Berdasarkan Tabel 1, sebelum edukasi sebanyak 20 orang (66,7%) memiliki tingkat pengetahuan kurang, dan hanya 10 orang (33,3%) yang memiliki pengetahuan baik. Setelah intervensi edukasi, jumlah peserta dengan pengetahuan baik meningkat menjadi 27 orang (90%), sedangkan yang masih memiliki pengetahuan kurang menurun menjadi 3 orang (10%).

Tabel 1. Hasil Evaluasi Kegiatan Penyuluhan Pre-test dan Post-test

Kategori	Pretest		Post test	
	n	%	n	%
Kurang	20	66,7	3	10
Baik	10	33,3	27	90
Total	30	100	30	100

Hasil tersebut menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan efektif dalam meningkatkan

pengetahuan ibu terkait pemberian MP-ASI berbasis pangan lokal. Peningkatan pengetahuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa intervensi edukasi gizi secara signifikan dapat meningkatkan pemahaman ibu dalam pemilihan dan pengolahan makanan anak.¹⁷

Selain peningkatan pengetahuan, hasil observasi juga menunjukkan adanya peningkatan keterampilan ibu dalam menyiapkan MP-ASI. Berdasarkan Tabel 2, sebagian besar peserta memiliki keterampilan dalam kategori baik (60%) dan sangat baik (40%), tanpa adanya peserta yang berada dalam kategori kurang baik. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan tidak hanya meningkatkan aspek kognitif, tetapi juga keterampilan praktis dalam pengolahan MP-ASI.

Tabel 2. Distribusi Keterampilan Peserta Setelah Edukasi

Keterampilan	Frekuensi	%
Sangat Baik	12	40
Baik	18	60
Kurang Baik	0	0
Total	30	100

Hasil ini menunjukkan bahwa setelah edukasi pemanfaatan bahan pangan lokal untuk MP-ASI usia 6–23 bulan, seluruh ibu mengalami peningkatan keterampilan dalam kategori baik dan sangat baik. Hal ini sejalan dengan penelitian Fitriyaningsih et al. (2023) yang menyatakan bahwa pemberian edukasi kepada ibu balita berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan dalam memanfaatkan pangan lokal sehingga makanan yang diberikan menjadi lebih bervariasi dan bergizi.¹⁸

Peningkatan pengetahuan dan keterampilan ini juga menunjukkan adanya perubahan perilaku yang positif pada ibu balita. Edukasi yang diberikan mampu meningkatkan kesadaran ibu terhadap pentingnya variasi menu, pemilihan bahan pangan lokal yang bergizi, serta cara pengolahan yang tepat untuk mempertahankan nilai gizi makanan. Hal ini sejalan dengan teori perilaku kesehatan yang menyatakan bahwa peningkatan pengetahuan

merupakan faktor utama dalam mendorong perubahan perilaku kesehatan.¹³

Secara keseluruhan, hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa intervensi edukasi berbasis pemanfaatan pangan lokal efektif dalam meningkatkan kapasitas ibu dalam pemberian MP-ASI yang sesuai dengan prinsip gizi seimbang. Peningkatan ini diharapkan dapat berkontribusi dalam perbaikan status gizi balita serta pencegahan masalah gizi seperti stunting dan anemia di tingkat rumah tangga.¹⁵

KESIMPULAN

Edukasi dan demonstrasi pengolahan MP-ASI berbasis pangan lokal yang dilaksanakan di Desa Deunong, Kabupaten Aceh Besar terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu balita. Hal ini terlihat dari adanya peningkatan signifikan pengetahuan dan pemahaman ibu mengenai pemanfaatan bahan pangan lokal dalam pengolahan MP-ASI, dari kenaikan rata-rata skor pre-test dan post-test ($p < 0,05$). Selain itu, keterampilan peserta dalam mengolah bahan pangan lokal juga tergolong baik hingga sangat baik.

REKOMENDASI

Berdasarkan hasil kegiatan, disarankan agar para ibu balita dapat terus memanfaatkan bahan pangan lokal dalam penyusunan MP-ASI sehari-hari dengan memperhatikan variasi menu, tekstur sesuai usia, serta kecukupan gizi seimbang. Tenaga kesehatan dan kader posyandu diharapkan melakukan pendampingan berkelanjutan melalui penyuluhan, demonstrasi, dan monitoring rutin sehingga peningkatan pengetahuan dan keterampilan yang telah diperoleh masyarakat dapat dipertahankan. Pemerintah daerah juga diharapkan memberikan dukungan berupa program pemberdayaan masyarakat berbasis pangan lokal serta penyediaan pedoman praktis mengenai pengolahan MP-ASI yang sehat dan bergizi. Selain itu, penelitian lebih lanjut perlu dilakukan untuk menilai efektivitas edukasi pangan lokal terhadap status gizi balita secara

langsung melalui indikator pertumbuhan, sehingga hasil pengabdian masyarakat ini dapat diperkuat dengan data objektif dan berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada aparat Desa Deunong, kader posyandu, serta seluruh ibu balita yang berpartisipasi aktif dalam setiap rangkaian kegiatan. Tanpa dukungan dan kerja sama dari berbagai pihak, kegiatan edukasi dan demonstrasi pengolahan MP-ASI berbasis pangan lokal ini tidak akan terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

1. Black RE, Victora CG, Walker SP, et al. Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *Lancet*. 2016;387(10017):427-451. doi:10.1016/S0140-6736(15)60937-X
2. Dewey KG. Reducing stunting by improving maternal, infant and young child nutrition in regions such as South Asia: evidence, challenges and opportunities. *Matern Child Nutr*. 2016;12(S1):27-38. doi:10.1111/mcn.12282
3. World Health Organization. *Guideline on Infant and Young Child Feeding*. Geneva: WHO; 2021.
4. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Pedoman Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA)*. Jakarta: Kemenkes RI; 2020.
5. United Nations Children's Fund (UNICEF). *Programming Guide: Infant and Young Child Feeding*. New York: UNICEF; 2020.
6. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Hasil Studi Status Gizi*

- Indonesia (SSGI). Jakarta: Kemenkes RI; 2022.
7. Headey D, Hirvonen K, Hoddinott J. Animal sourced foods and child stunting. *Matern Child Nutr.* 2018;14(3):e12611. doi:10.1111/mcn.12611
 8. Food and Agriculture Organization. *Improving Complementary Feeding Using Local Foods.* Rome: FAO; 2019.
 9. Gibson RS, Bailey KB, Gibbs M, Ferguson EL. A review of micronutrient adequacy in complementary foods. *Nutrients.* 2020;12(5):1476. doi:10.3390/nu12051476
 10. World Health Organization. *WHO Guideline for Complementary Feeding of Infants and Young Children 6–23 Months.* Geneva: WHO; 2023.
 11. High Level Panel of Experts. *Food Security and Nutrition: Building a Global Narrative.* Rome: HLPE; 2020.
 12. Ruel MT, Alderman H; Maternal and Child Nutrition Study Group. Nutrition-sensitive interventions and programmes. *Lancet.* 2017;382(9891):536-551. doi:10.1016/S0140-6736(13)60843-0
 13. Glanz K, Rimer BK, Viswanath K. *Health Behavior: Theory, Research, and Practice.* 5th ed. San Francisco: Jossey-Bass; 2016.
 14. Bhutta ZA, Das JK, Rizvi A, et al. Evidence-based interventions for improvement of maternal and child nutrition. *Lancet.* 2020;395(10224):452-477. doi:10.1016/S0140-6736(19)32996-5
 15. Alive & Thrive. *Complementary Feeding Interventions and Programs: Evidence and Lessons Learned.* Washington DC: Alive & Thrive; 2018.
 16. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022.* Jakarta: Kemenkes RI; 2023.
 17. Dewey KG, Adu-Afarwuah S. Systematic review of the efficacy and effectiveness of complementary feeding interventions. *Matern Child Nutr.* 2018;14(S4):e12601. doi:10.1111/mcn.12601
 18. Fitriyaningsih E, Sari M, Lestari D. Pengaruh edukasi pemanfaatan pangan lokal terhadap pengetahuan ibu balita. *Jurnal Gizi Indonesia.* 2023;11(2):85-92.