

## Edukasi Pemberian MP-Asi Sehat Pada Bayi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kolo

### *Education on Healthy MP-Asi Feeding for Infants in the Kolo Health Center Working Area*

Eka Puzi Lestari<sup>\*1</sup>, Alkhair<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Program Studi Gizi, Universitas Muhammadiyah Bima, Kota Bima, 84113, Indonesia

\*Koresponding Author: [ekapuzilestari@gmail.com](mailto:ekapuzilestari@gmail.com)

---

#### INFO ARTIKEL

##### Riwayat artikel:

Diterima : 20 Mei 2025

Direvisi : 08 Juni 2025

Disetujui : 12 Juni 2025

Tersedia secara online: 30 Juli 2025

E-ISSN: 3090-0964 (Online)

---

#### ABSTRAK

Dua tahun pertama kehidupan merupakan masa krusial bagi tumbuh kembang anak, di mana asupan gizi optimal sangat dibutuhkan untuk mendukung pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif. Setelah usia enam bulan, ASI saja tidak mencukupi kebutuhan nutrisi bayi, sehingga diperlukan pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) yang sehat dan sesuai standar. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman ibu mengenai pentingnya pemberian MP-ASI yang tepat guna mencegah masalah gizi pada anak. Metode kegiatan bersifat partisipatif dan edukatif, dilaksanakan pada 9 April 2025 di Kelurahan Kolo, Kecamatan Asakota, Kota Bima, melalui penyuluhan langsung kepada ibu-ibu dengan anak usia 6–24 bulan, disertai media buku panduan dan sesi tanya jawab. Hasil kegiatan menunjukkan antusiasme peserta yang tinggi, ditunjukkan dengan partisipasi aktif dan tanggapan positif terhadap materi yang disampaikan. Meskipun tidak dilakukan evaluasi tertulis atau tindak lanjut, kegiatan ini memberikan pengetahuan dasar tentang prinsip pemberian MP-ASI yang sehat, seperti waktu, tekstur, variasi, dan kebersihan makanan. Kesimpulannya, edukasi ini berpotensi menjadi langkah awal dalam meningkatkan kesadaran gizi masyarakat dan mendukung upaya pencegahan stunting di wilayah tersebut.

**Kata kunci:** MP-ASI, Edukasi Gizi, Stunting, Bayi 6–24 Bulan, Pengabdian Masyarakat

---

#### ABSTRACT

*The first two years of life are crucial for a child's growth and development, where optimal nutrition is needed to support physical growth and cognitive development. After six months of age, breast milk alone does not meet the nutritional needs of infants, so it is necessary to provide healthy and standardized complementary foods (MP-ASI). This community service activity (PKM) aims to increase mothers' understanding of the importance of proper complementary feeding to prevent nutritional problems in children. The activity method is participatory and educative, carried out on April 9, 2025 in Kolo Village, Asakota District, Bima City, through direct counseling to mothers with children aged 6-24 months, accompanied by guidebook media and question and answer sessions. The results of the activity showed high participant enthusiasm, indicated by active participation and positive responses to the material presented. Although no written evaluation or follow-up was conducted, this activity provided basic knowledge on the principles of healthy complementary feeding, such as timing, texture, variety, and food hygiene. In conclusion, this education has the potential to be the first step in increasing*



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International.

DOI.....

## 1. Pendahuluan

Masa awal kehidupan merupakan periode yang sangat krusial bagi tumbuh kembang anak, khususnya dalam dua tahun pertama kehidupan yang dikenal dengan istilah "golden period". Pada masa ini, asupan nutrisi yang optimal menjadi kunci utama dalam mendukung pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, serta daya tahan tubuh anak. (Sumarmi, Erida, and Titi 2025) Salah satu aspek penting dalam pemenuhan kebutuhan gizi anak setelah usia 6 bulan adalah melalui pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) yang sehat dan sesuai standar. MP-ASI dapat diberikan kepada bayi yang telah berusia lebih dari enam bulan. Tujuan utamanya adalah untuk mencukupi kebutuhan nutrisi bayi, baik zat gizi makro maupun mikro, serta untuk membantu mengembangkan kemampuan motorik bayi dalam mengunyah dan menelan. Selain itu, pemberian MP-ASI juga bertujuan untuk melatih bayi mengenal berbagai rasa dan tekstur makanan. (Dita et al. 2024)

Penelitian yang dilakukan oleh (Efi and Suesti 2024) mengatakan bahwa pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) merupakan bagian dari pola pengasuhan orang tua dalam memenuhi kebutuhan nutrisi tambahan bagi bayi berusia 6 hingga 24 bulan. Seiring pertambahan usia, kebutuhan gizi bayi semakin meningkat, sehingga ASI saja tidak lagi mencukupi untuk memenuhi kebutuhan nutrisi pada rentang usia tersebut. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Nurul Mutia 2024) juga menjelaskan bahwa Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) merupakan makanan atau minuman yang mengandung zat gizi dan diberikan kepada bayi atau anak berusia 6 hingga 24 bulan untuk melengkapi kebutuhan nutrisi yang tidak lagi sepenuhnya dipenuhi oleh ASI. MP-ASI dapat berupa makanan padat maupun cair, dan pemberiannya disesuaikan secara bertahap berdasarkan usia serta kemampuan sistem pencernaan bayi. Pada usia 6 hingga 24 bulan, ASI hanya mencukupi sekitar setengah dari kebutuhan gizi bayi, dan pada usia 12 hingga 24 bulan, kontribusinya menurun menjadi sepertiga. Oleh karena itu, MP-ASI perlu mulai diberikan sejak bayi berusia 6 bulan. (Nurul Mutia 2024)

MP-ASI berperan sebagai makanan tambahan untuk membantu mencukupi kebutuhan gizi bayi, sebagai langkah transisi dari ASI menuju makanan keluarga. Pemberian MP-ASI sebaiknya dilakukan secara bertahap, disesuaikan dengan kemampuan bayi dalam mencerna makanan, baik dari segi ukuran bahan makanan maupun jumlah yang diberikan. (Efi and Suesti 2024) Namun, masih banyak ibu atau pengasuh anak yang belum memiliki pengetahuan memadai mengenai cara pemberian MP-ASI yang benar, baik dari segi waktu pemberian, tekstur, variasi makanan, hingga kandungan gizi. (Corry, Era, and Lina 2025) Faktor utama yang menyebabkan kekurangan gizi dan gangguan pertumbuhan pada anak usia 3 hingga 15 bulan berkaitan dengan rendahnya asupan ASI serta kurang tepatnya praktik pemberian makanan pendamping ASI. (Iis et al. 2021) Hal ini berdampak pada tingginya angka kasus stunting, kurang gizi, maupun gangguan kesehatan lainnya pada anak usia dini. Di Kelurahan Kolo, Kecamatan Asakota, Kota Bima, fenomena ini juga menjadi perhatian, mengingat wilayah ini memiliki tantangan tersendiri dalam aspek edukasi kesehatan, khususnya yang berkaitan dengan pola makan bayi dan balita

Menurut penelitian (Aryana Ketut Gede I, Kadek Surya Jayanti, I Putu Suartawan 2022) masalah utama yang dihadapi oleh Mitra adalah minimnya pemahaman ibu terkait pemberian MP-ASI yang tepat. Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan tersebut adalah melalui pendidikan kesehatan atau penyuluhan, yang bertujuan mendorong perubahan perilaku ke arah yang lebih positif dalam hal pola makan dan gizi. Kesalahan dalam pemberian MP-ASI dapat berdampak buruk terhadap perkembangan fisik dan mental bayi, yang pada akhirnya dapat mengganggu kemampuan belajarnya. Dampak lainnya termasuk menurunnya sistem kekebalan tubuh, yang berujung pada hilangnya masa hidup sehat pada balita. Dalam kasus yang lebih serius, kesalahan tersebut dapat menyebabkan kecacatan, peningkatan angka kesakitan, serta mempercepat risiko kematian. (Imania and Yulia 2025)

Oleh karena itu, diperlukan adanya kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang bertujuan untuk memberikan edukasi dan pendampingan kepada masyarakat, khususnya para ibu yang memiliki bayi usia 6–24 bulan, mengenai pentingnya pemberian MP-ASI sehat. Melalui Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini, diharapkan dapat meningkatkan pemahaman serta keterampilan ibu dalam menyiapkan MP-ASI yang bergizi, aman, dan sesuai kebutuhan anak, sehingga mampu mendukung upaya penurunan angka stunting serta peningkatan kualitas kesehatan anak di wilayah tersebut. (Lestari and Syamsussabri 2025)

## 2. Metode

Kegiatan edukasi pemberian MP-ASI sehat pada bayi dilaksanakan pada tanggal 9 April 2025 di Kelurahan Kolo, Kecamatan Asakota, Kota Bima. Metode pelaksanaan kegiatan ini dilakukan secara partisipatif dan edukatif, dengan melibatkan langsung masyarakat sasaran, khususnya para ibu yang memiliki bayi usia 6–24 bulan. Adapun tahapan pelaksanaan kegiatan sebagai berikut:

### 1. Tahap Persiapan

Melakukan koordinasi dengan pihak Puskesmas Kolo untuk memperoleh izin dan menyampaikan maksud melakukan edukasi bersamaan dengan kegiatan Posyandu. Berkoordinasi dengan kader Posyandu dan tokoh masyarakat setempat untuk menginformasikan kepada warga mengenai pelaksanaan kegiatan edukasi. Kemudian persiapan media edukasi berupa buku panduan edukasi MP-ASI sehat sebagai media utama, yang berisi informasi lengkap tentang prinsip pemberian MP-ASI.

### 2. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan di lokasi Posyandu dengan sasaran para ibu yang hadir bersama bayi dan balitanya. Mahasiswa memberikan penyuluhan secara langsung mengenai pentingnya pemberian MP-ASI yang sehat, waktu pemberian yang tepat, jenis dan tekstur makanan sesuai usia, serta aspek kebersihan dan keamanan makanan. Materi disampaikan secara lisan dan sederhana agar mudah dipahami oleh peserta, serta dilakukan sesi tanya jawab singkat untuk memberi ruang diskusi bagi ibu-ibu yang memiliki pertanyaan seputar MP-ASI.

### 3. Penutup

Kegiatan ditutup tanpa adanya pendataan atau evaluasi tertulis. Tidak terdapat tindak lanjut resmi pasca kegiatan, namun diharapkan informasi yang disampaikan dapat diterapkan secara langsung oleh para peserta dalam kehidupan sehari-hari.

## 3. Hasil Dan Pembahasan

Kegiatan edukasi mengenai pemberian MP-ASI sehat dilaksanakan pada tanggal 9 April 2025 di Kelurahan Kolo, Kecamatan Asakota, Kota Bima, yang bertepatan dengan kegiatan Posyandu rutin yang diselenggarakan oleh Puskesmas Kolo. Kegiatan ini berjalan dengan lancar dan mendapat sambutan positif dari masyarakat, khususnya para ibu yang hadir bersama bayi dan balitanya.

Peserta yang mengikuti kegiatan ini sebagian besar merupakan ibu rumah tangga dengan anak usia 6–24 bulan. Selama pelaksanaan, tim PKM memberikan penyuluhan secara langsung mengenai prinsip dasar pemberian MP-ASI yang sehat, termasuk:

- a. Waktu yang tepat memulai MP-ASI, yaitu saat bayi berusia 6 bulan.
- b. Tekstur dan konsistensi makanan yang harus disesuaikan dengan usia dan kemampuan bayi.
- c. Pentingnya variasi makanan dan pemenuhan gizi seimbang.
- d. Kebersihan dalam pengolahan dan penyajian MP-ASI.

Materi disampaikan secara lisan dan sederhana, dilengkapi dengan media berupa buku panduan edukasi yang berisi informasi tentang jenis makanan, contoh menu MP-ASI, serta tips praktis yang dapat diterapkan oleh ibu di rumah. Penyampaian dilakukan secara interaktif dan disertai sesi tanya jawab singkat, di mana peserta aktif menyampaikan pertanyaan dan pengalaman pribadi terkait pemberian makanan kepada bayi mereka.

Meskipun kegiatan ini tidak dilengkapi dengan kuesioner atau evaluasi tertulis, antusiasme peserta menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan mudah diterima dan dipahami. Hal ini ditunjukkan melalui partisipasi aktif selama penyuluhan berlangsung serta respon positif terhadap materi yang disampaikan.

Namun, karena tidak adanya tindak lanjut atau monitoring pasca kegiatan, maka tingkat penerapan informasi yang diperoleh oleh peserta dalam kehidupan sehari-hari tidak dapat dipastikan secara konkret.

Meskipun demikian, kegiatan ini diharapkan dapat menjadi langkah awal dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya pemberian MP-ASI sehat dan sebagai dukungan terhadap upaya pencegahan stunting di wilayah Kelurahan Kolo.



Gambar 1. Proses Edukasi



Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan

Pada gambar 1 dan 2, terlihat mahasiswa Prodi Gizi Universitas Muhammadiyah Bima yang sedang melakukan edukasi kepada ibu-ibu di Kelurahan Kolo, Kecamatan Asakota, Kota Bima, menggunakan alat peraga berupa buku panduan mengenai Makanan Pendamping ASI (MP-ASI). Penggunaan buku panduan ini bertujuan untuk mempermudah pemahaman masyarakat mengenai prinsip pemberian MP-ASI yang sehat dan sesuai standar. Metode edukasi yang digunakan bersifat partisipatif dan edukatif, di mana ibu-ibu diajak untuk aktif berinteraksi, berdiskusi, dan bertanya jawab mengenai topik yang disampaikan. Hal ini tidak hanya meningkatkan pemahaman mereka, tetapi juga membangun kesadaran akan pentingnya pemberian MP-ASI yang tepat guna mencegah masalah gizi pada anak. Hasil kegiatan menunjukkan antusiasme peserta yang tinggi, ditunjukkan dengan partisipasi aktif dan tanggapan positif terhadap materi yang disampaikan. Meskipun tidak dilakukan evaluasi tertulis atau tindak lanjut, kegiatan ini memberikan pengetahuan dasar tentang prinsip pemberian MP-ASI yang sehat, seperti waktu, tekstur, variasi, dan kebersihan makanan.

#### 4. Kesimpulan

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) yang dilaksanakan pada 9 April 2025 di Kelurahan Kolo, Kecamatan Asakota, Kota Bima, berhasil meningkatkan pemahaman ibu-ibu mengenai pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) yang sehat dan sesuai standar. Melalui metode edukasi partisipatif dan penggunaan alat peraga berupa buku panduan, materi disampaikan secara sederhana dan interaktif, memungkinkan ibu-ibu untuk berinteraksi langsung, berdiskusi, dan bertanya jawab mengenai topik yang disampaikan. Hasil kegiatan menunjukkan antusiasme peserta yang tinggi, ditunjukkan dengan partisipasi aktif dan tanggapan positif terhadap materi yang disampaikan. Meskipun tidak dilakukan evaluasi tertulis atau tindak lanjut, kegiatan ini memberikan pengetahuan dasar tentang prinsip pemberian MP-ASI yang sehat, seperti waktu, tekstur, variasi, dan kebersihan makanan. Respons positif dari peserta menunjukkan bahwa kegiatan ini memberikan manfaat dan dapat menjadi langkah awal dalam meningkatkan kesadaran gizi demi mencegah stunting dan masalah gizi lainnya yang mungkin bisa terjadi di wilayah tersebut.

#### 5. Ucapan Terimakasih

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Puskesmas Kolo, kader Posyandu, dan masyarakat Kelurahan Kolo atas dukungan dan partisipasinya dalam pelaksanaan kegiatan edukasi ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada dosen pembimbing serta semua pihak yang telah membantu, memberikan arahan, dan mendukung kelancaran kegiatan serta penyusunan laporan ini. Semoga kegiatan ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat dan menjadi langkah kecil dalam upaya meningkatkan kesehatan anak sejak dini.

## Referensi

- Aryana Ketut Gede I, Kadek Surya Jayanti, I Putu Suartawan, Baiq Diana Meilinda. 2022. "EDUKASI PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU MENGENAI MPASI DI RSUD BANGLI."
- Corry, Manurung Adelina Nova, Nisa Zana Era, and Rizki Lina. 2025. "Pendidikan Kesehatan Tentang Pola Pemberian MP-ASI Pada Ibu Yang Memiliki Bayi Di Wilayah Puskesmas Padang Bulan Kota Medan Health Education About the Pattern of Giving MP-ASI to Mothers Who Have Babies in the Padang Bulan Health Center Area , Medan City." 2(2): 32–35.
- Dita, Wahyuningsih Tri, Khayati Noor Fitriana, Rusminingsing Esri, and Devi Permatasari. 2024. "Pemberian MP-ASI Pada Balita Usia 25-60 Bulan : Studi Deskriptif Di Wilayah Pedesaan Kabupaten Klaten Dita." 5: 98–105.
- Efi, Hayati Nur, and Suesti. 2024. "GAMBARAN PRAKTIK PEMBERIAN MAKANAN PENDAMPING ASI ( MP-ASI )." 9(1): 23–39.
- Iis, Fatimawati, Arini Diyah, Hastuti Puji, and Ernawati Dwi. 2021. "Edukasi Kesehatan Untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu Tentang Pemberian MP ASI Pada Bayi Dan Balita Di Kelurahan Sukolilo Surabaya." : 565–74.
- Imania, Azizah Faradila, and Rusady Paramita Yulia. 2025. "MAKANAN PENDAMPING AIR SUSU IBU (MPASI) SEBAGAI UPAYA TAHAN TUBUH BALITA DIDUSUN BARAT DESA NYALABU DAYA." 9: 56–59.
- Lestari, Dwi, and Muhammad Syamsussabri. 2025. "Edukasi Makanan Pendamping ASI ( MP-ASI ) Dan Gizi Seimbang Bersumber Bahan Pangan Lokal Untuk Mencegah Stunting Dalam Mencapai Generasi Emas." 2(1): 19–23.
- Nurul Mutia, Wa Ode. 2024. "Edukasi Pemberian MPASI Dini Sebagai Faktor Resiko Kejadian Stunting." *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara* 5(2): 2293–98.
- Sumarmi, Fadila Erida, and Suyanti Sri Titi. 2025. "Pemberdayaan Kader Kesehatan Melalui Penyuluhan Kesehatan Tentang Golden Age Period For Golden Generation Di Wilayah Puskesmas Talun Kabupaten Cirebon Empowering Health Cadres Through Health Education About the Golden Age Period For Golden Generation in T." 2.