

"MAMAH CERDAS GIZI" UPAYA MENINGKATKAN PENGETAHUAN GIZI IBU BADUTA

Diandarmayanti¹, Esse Puji Pawenrusi¹, Renaldi M¹

¹Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar

*Alamat Koresponden: diandarmayanti37@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Kurangnya pemahaman ibu balita tentang cara penyajian tekstur dan frekuensi MP-ASI masih menjadi tantangan yang berdampak pada risiko kekurangan gizi, terhambatnya pertumbuhan, serta pola makan yang tidak sesuai dengan kebutuhan anak usia 6–24 bulan

Tujuan: Kegiatan “MAMAH CERDAS GIZI” bertujuan untuk meningkatkan pemahaman ibu balita dalam penyajian MP-ASI yang tepat

Metode: Metode: Program ini dilaksanakan melalui penyuluhan dengan pendekatan ceramah interaktif, dilengkapi dengan pre-test dan post-test kepada 12 ibu balita untuk mengukur perubahan pemahaman

Hasil: Sebelum penyuluhan, 75% ibu berada dalam kategori pemahaman rendah dan hanya 25% yang berada dalam kategori cukup. Setelah intervensi, proporsi pemahaman yang cukup meningkat menjadi 83%, sementara yang dalam kategori rendah berkurang menjadi 17%. Rata-rata skor pemahaman naik dari 64,3 pada pre-test menjadi 74,2 pada post-test, menunjukkan peningkatan sebesar 15,4%.

Kesimpulan: Penyuluhan “MAMAH CERDAS GIZI” terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu balita mengenai penyajian tekstur dan frekuensi MP-ASI, sehingga program ini direkomendasikan sebagai langkah promotif untuk mendukung pemenuhan gizi pada anak di bawah dua tahun.

Kata kunci: Pemahaman Ibu, MP-ASI, Gizi Balita, Penyuluhan

PENDAHULUAN

Di seluruh dunia, diperkirakan ada 149,2 juta anak berusia di bawah lima tahun yang akan mengalami stunting pada tahun 2020. Selain itu, terdapat 38,9 juta anak yang mengalami kelebihan berat badan, yang menyumbang 5,7% dari total populasi, dan 45,4 juta anak yang menderita kekurangan berat badan, yang mewakili 6,7% dari total populasi. Persentase anak yang mengalami stunting, anak kurus, anak yang kelebihan berat badan sebanyak 48%, dan anak yang kekurangan gizi sebesar 27% merupakan angka tertinggi yang tercatat di Asia dan Afrika (UNICEF, WHO, World Group, 2021). Secara spesifik, 53% anak-anak yang mengalami stunting, 41% anak-anak kurus, dan 48% anak-anak yang kelebihan berat badan tinggal di kawasan ini (Juli, Putri, Endrinald, & Oktova, 2024).

WHO (2020) melaporkan bahwa di seluruh dunia, hanya 44% bayi yang mendapatkan ASI eksklusif antara tahun 2015 dan 2020. ASI eksklusif seharusnya diberikan oleh ibu sejak bayi lahir hingga dia berusia 6 bulan. Ketika bayi mencapai usia sekitar 6 bulan, kebutuhan akan energi dan nutrisi mulai lebih tinggi dari yang dapat disediakan oleh ASI, sehingga makanan pendamping, atau MP-ASI, diperlukan. MP-ASI adalah makanan tambahan yang diberikan kepada bayi setelah usia 6

bulan. Pada saat tersebut, bayi juga telah siap secara fisik untuk mengonsumsi makanan lainnya. Proses ini dikenal sebagai pemberian MP-ASI. Jika MP-ASI tidak diberikan pada saat bayi berusia 6 bulan atau jika cara pemberiannya salah, pertumbuhan bayi dapat terhambat (Raden dkk., 2021) (Rizkiriani, Dianah, & Kartinawati, 2023).

Data yang tersedia menunjukkan bahwa banyak wanita yang menjadi ibu di Indonesia, khususnya di wilayah dengan tingkat malnutrisi yang tinggi, belum memiliki pemahaman yang cukup tentang bagaimana cara memberikan makanan pendamping ASI (MPASI) yang benar. Berdasarkan hasil Riskesdas 2018, tingkat malnutrisi pada anak balita di Indonesia mencapai angka 17,7%, dan situasi ini semakin parah karena adanya kesalahan dalam pemberian MPASI, seperti pemberian yang terlalu cepat atau lambat, serta jenis makanan yang tidak memenuhi standar gizi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Hal ini menunjukkan pentingnya adanya langkah-langkah intervensi yang tepat untuk meningkatkan pemahaman para ibu dalam memberikan MPASI yang benar (Karlina, Sumarni, & Yakob, 2025). Hal ini menunjukkan pentingnya adanya langkah-langkah intervensi yang tepat untuk meningkatkan pemahaman para ibu dalam memberikan MPASI yang benar. Masa ini ditandai dengan pertumbuhan yang cepat sehingga diperlukan pemenuhan gizi yang cukup (Kabaran, 2018).

Salah satu upaya untuk pemenuhan energi dan zat gizi pada 1000 HPK adalah pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) (Afriyani et al., 2016). MPASI diberikan saat bayi memasuki usia 6 bulan (Baye & Faber 2015) (Rizkiriani et al., 2023). Makanan peralihan dari ASI ke makanan tambahan disebut MPASI dan diberikan kepada bayi atau anak yang berusia antara enam dan dua puluh empat bulan (Alvisi et al., 2015). Makanan peralihan dari ASI ke makanan tambahan disebut MPASI dan diberikan kepada bayi atau anak yang berusia antara enam dan dua puluh empat bulan (Alvisi et al., 2015). Bentuk dan jumlah MP ASI secara bertahap diidentifikasi. Makanan tambahan ASI (MPASI) harus berisi karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral. ASI memasok 40% dari kebutuhan energi, dan MPASI sebaiknya memiliki kontribusi karbohidrat sebesar 68%, protein sebesar 12%, dan lemak sebesar 15%. Dalam kondisi saat ini, jumlah makanan yang dikonsumsi paling sering adalah nasi (25,9%), buah (17,2%), telur (15,5%), ikan (13,8%), sayur (10,3%), dan tempe (8,6%) (Rizkiriani et al., 2023).

Gangguan pertumbuhan pada bayi bisa muncul jika makanan pendamping ASI tidak mulai diberikan atau diperkenalkan sekitar usia 6 bulan, diberikan dengan cara yang salah, serta jika kualitas dan/atau jumlah makanan yang diberikan tidak mencukupi. Kebersihan dalam praktik pemberian makan juga dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya infeksi dan diare pada anak, yang bila digabungkan dengan pola makan yang buruk, dapat berakibat pada kegagalan pertumbuhan. Salah satu tantangan kesehatan yang dihadapi Indonesia adalah cakupan pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif yang belum optimal. United Nations Children's Fund (UNICEF) dan World Health Organization (WHO) merekomendasikan upaya untuk mengurangi angka penyakit dan kematian pada anak melalui pemberian ASI, yang sebaiknya dilakukan paling tidak selama 6 bulan. ASI bisa

diberikan kepada anak hingga usia 2 tahun dan dapat disertai dengan pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) setelah anak mencapai usia 6 bulan (World Health Organization, 2009).

Hasil penelitian awal menunjukkan bahwa masih terdapat banyak kesalahan dalam pemahaman mengenai waktu pemberian makanan pendamping ASI (MPASI). Delapan ibu melaporkan bahwa anak-anak mereka mungkin masih merasa lapar dan menangis meskipun telah diberikan ASI, sehingga mereka memberikan MPASI meskipun usia anak-anak tersebut di bawah 6 bulan. Masalah lain yang juga muncul adalah terkait dengan kualitas MPASI, di mana delapan ibu menyatakan bahwa setiap pagi mereka memberikan bubur instan, seperti SUN, sebagai MPASI bagi bayi mereka (Setyowati, Rahayu, Agustina, & Sigit, 2021). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia mendorong pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan. Makanan padat dan semi padat dapat diberikan kepada bayi setelah berusia 6 bulan sebagai tambahan selain ASI (Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, 2014) (Lestiarini & Sulistyorini, 2020). MP-ASI. Tingkat pemahaman ibu tentang gizi memiliki peranan krusial dalam memperbaiki status gizi keluarga, khususnya bagi anak-anak mereka (Kusumasari, 2012).

Menurut Edwards et al. (2013), banyak keluarga yang tidak paham tentang kapan sebaiknya memberikan MP-ASI kepada bayi, jenis makanan yang tepat, serta komposisi dan tekstur makanan tersebut, khususnya pada ibu-ibu muda yang sering kali memberikan makanan terlalu cepat. Situasi ini terjadi akibat minimnya informasi yang tersedia. Upaya untuk meningkatkan kesehatan dan gizi anak melalui peningkatan pengetahuan serta sikap masyarakat dalam memberikan MP-ASI merupakan bagian penting dari usaha memperbaiki gizi secara komprehensif. Peningkatan pemahaman dan perilaku ini bisa dilakukan melalui berbagai program penyuluhan.

METODE

Pada pelaksanaan program ini, satu dari tujuh mahasiswa KKN berperan sebagai pembicara dan berkolaborasi dengan puskesmas, perangkat desa, serta kader posyandu yang ada di Kelurahan Manorang Salo. Target keseluruhan pada kegiatan edukasi ini adalah ibu Baduta di Kelurahan Manorang Salo yang berjumlah 12 orang. Kegiatan penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah di mana narasumber menyampaikan materi mengenai penyajian tekstur dan frekuensi MP-ASI untuk bayi secara interaktif, sehingga peserta dapat lebih mudah memahami informasi yang disampaikan. Berikut adalah langkah-langkah dalam pelaksanaan sosialisasi:

1. Tahap Persiapan

Persiapan untuk sosialisasi dimulai dengan menghubungi pihak desa yang menjadi target untuk meminta izin pelaksanaan kegiatan. Setelah itu, dilakukan identifikasi masalah kesehatan ditempat sasaran, berkoordinasi dengan pihak desa mengenai waktu dan lokasi kegiatan, melakukan pencatatan peserta, serta menyiapkan kuesioner untuk pre-test dan post-test serta perlengkapan dan materi yang dibutuhkan dalam sosialisasi. Setelah izin didapatkan, langkah

berikutnya adalah mengirimkan undangan sosialisasi kepada peserta dengan bantuan dari kader Posyandu.

2. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 08 November 2025 di Posyandu Kelurahan Manorang Salo, dimulai pukul 10.00 hingga selesai. Peserta yang hadir dalam kegiatan ini harus mengisi daftar kehadiran yang telah disediakan. Acara ini terbagi menjadi beberapa sesi. Sesi pertama mencakup pembukaan serta sambutan dari pihak puskesmas dan kelompok KKN. Sesi kedua meliputi pre-test yang dilakukan dengan kuesioner kepada setiap peserta. Setelah sesi pre-test, proses dokumentasi.

Berdasarkan data dari kuesioner yang diisi oleh 12 responden (ibu yang memiliki balita), ditemukan bahwa saat pre-test, terdapat 3 orang (25%) yang memiliki pengetahuan di kategori cukup, sementara 9 orang (75%) berada dalam kategori kurang. Setelah pemberian penyuluhan, hasil post-test mengindikasikan peningkatan, di mana 10 orang (83%) kini memiliki pengetahuan yang cukup dan hanya 2 orang (17%) yang masih dalam kategori kurang. Dari temuan tersebut, dapat dihitung bahwa rata-rata skor pengetahuan ibu balita meningkat dari 64,3 pada pre-test menjadi 74,2 pada post-test, dengan kenaikan sebesar 9,9 poin (15,4%). Ini menunjukkan bahwa ada peningkatan pemahaman yang signifikan setelah penyuluhan dilakukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Pengetahuan Ibu Baduta Tentang Penyajian MP-ASI Di Kelurahan Manorang Salo Kecamatan Mariorwa Kabupaten Soppeng

Jenis MP-ASI yang diberikan	n	%
Dibuat sendiri	5	42
Instan/ dibeli	7	58
Total	12	100

Sumber: Data Primer 2025

Tabel ini menyoroti 12 ibu yang memiliki bayi dengan menunjukkan jenis MP-ASI yang mereka berikan. Sebagian besar ibu memilih MP-ASI yang siap pakai atau dibeli (58%) ketimbang yang dibuat sendiri (42%), yang mungkin menunjukkan adanya kendala waktu, pengetahuan, atau ketersediaan bahan di lingkungan pedesaan. Jenis MP-ASI yang disuplai: 5 ibu (42%) menyiapkan MP-ASI secara mandiri, sedangkan 7 ibu (58%) menggunakan yang instan atau dibeli. Total: 12 ibu (100%).

Tabel 2. Distribusi Pengetahuan Ibu Baduta Tentang Penyajian MP-ASI Di Kelurahan Manorang Salo Kecamatan Mariorwa Kabupaten Soppeng

Tingkat pengetahuan	Pre test		Post test	
	n	%	n	%
Cukup	3	25	10	83
Kurang	9	75	2	17
Total	12	100	12	100

Sumber: Data Primer 2025

Tabel ini memperlihatkan perbandingan tingkat pemahaman 12 ibu baduta sebelum dan setelah dilakukan intervensi (yang bisa berupa pendidikan atau pelatihan). Terjadi peningkatan signifikan dari tes awal ke tes akhir, di mana proporsi pengetahuan "cukup" melonjak dari 25% menjadi 83%, sedangkan yang "kurang" menurun dari 75% menjadi 17%. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi tersebut efektif dalam meningkatkan pengetahuan mengenai penyajian MP-ASI. Pre-Test: 3 ibu (25%) memiliki pengetahuan yang cukup, sementara 9 ibu (75%) berada pada tingkat kurang. Post-Test: 10 ibu (83%) memiliki pengetahuan yang cukup, dan 2 ibu (17%) berada pada tingkat kurang. Total: 12 ibu mengikuti kedua tes (100%).



Gambar 1. Pre Test Sebelum Penyuluhan



Gambar 2. Penyuluhan Menggunakan Poster



Gambar 3. Post-Test Setelah Penyuluhan

Makanan Pendamping ASI adalah jenis makanan yang perlahan-lahan diberikan kepada bayi untuk memenuhi kebutuhan gizi mereka menjelang usia 3 bulan dan setelah proses penyapihan sebelum memberikan makanan untuk anak. Pengenalan makanan tambahan atau pendamping ASI dilakukan secara bertahap. Pengaturan makanan untuk bayi mencakup penggunaan ASI yang benar dan sesuai, serta pemberian makanan pendamping ASI yang dilakukan pada waktu yang tepat dan dengan kualitas yang baik (Maryanti, 2009) (Trisanti, 2020). Tujuan dari penyediaan MPASI adalah untuk menambah nutrisi yang mungkin kurang dalam ASI seiring bertambahnya usia anak. Seiring bertambahnya umur anak, kebutuhan gizinya juga meningkat, oleh karena itu MPASI diperlukan sebagai pelengkap (Kolin & Astuti, 2023).

Pemberian MP-ASI pada bayi di bawah usia enam bulan dapat menyebabkan diare karena sistem pencernaan bayi yang masih belum matang. Memberikan MP-ASI terlalu awal dapat mengurangi asupan ASI dan menyebabkan masalah pencernaan. Selain itu, hal ini juga dapat mengakibatkan bayi mengalami kekurangan gizi (Febri, 2009) (Trisanti, 2020). Dalam fase pemberian MP-ASI, bayi sepenuhnya bergantung pada perawatan serta makanan yang diberikan oleh ibunya. Oleh karena itu, pengetahuan ibu menjadi sangat penting, karena pemahaman yang baik tentang gizi akan membuat seseorang dapat merancang menu yang sesuai untuk dikonsumsi oleh bayinya. Dukungan dari keluarga memengaruhi sikap ibu dalam memberikan MPASI kepada bayinya (Septiani, n.d.). Hasil penelitian awal yang dilakukan pada bulan November 2022 melalui wawancara dan kuesioner. Dari sepuluh ibu yang memiliki bayi berusia 6-12 bulan, tiga di antaranya melaporkan bahwa bayi mereka kurang nafsu makan disebabkan oleh kurangnya variasi dalam makanan pendamping ASI. Melihat data dan kejadian tersebut, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Pemahaman Ibu tentang Pemberian Makanan Pendamping ASI (Kentang) dan Pengaruhnya Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Usia 6-12 Bulan di Puskesmas Tanjung Agung (Septiani, n.d.).

Hasil penelitian awal yang dilakukan pada bulan November 2022 melalui wawancara dan kuesioner. Dari sepuluh ibu yang memiliki bayi berusia 6-12 bulan, tiga di antaranya melaporkan bahwa bayi mereka kurang nafsu makan disebabkan oleh kurangnya variasi dalam makanan pendamping ASI. Melihat data dan kejadian tersebut, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Pemahaman Ibu tentang Pemberian Makanan Pendamping ASI (Kentang) dan Pengaruhnya Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Usia 6-12 Bulan di Puskesmas Tanjung Agung (Fitrianingsih, Winahyu, Wibisana, & Ahmad, 2022).

Pada usia BADUTA, gizi yang baik sangat krusial untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Ketika kebutuhan gizi pada usia tersebut tidak tercukupi dengan baik, anak berisiko menghadapi masalah kekurangan gizi, menurunnya kecerdasan otak, serta terhambatnya proses pertumbuhan dan perkembangan. Apabila ibu memiliki pengetahuan yang baik mengenai nutrisi anak BADUTA, maka anak tersebut akan bisa mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang maksimal (Fitrianingsih et al., 2022). Sesuai dengan pengumuman WHO, jenis tekstur makanan pendamping ASI yang disajikan

perlu disesuaikan dengan usia anak dan diperkenalkan secara bertahap untuk mendukung pertumbuhan anak yang maksimal. Tekstur yang tidak sesuai dapat memengaruhi kemampuan anak dalam mengunyah makanan, yang berimplikasi pada energi yang dihasilkan oleh anak. Tidak terdapat keterkaitan antara kesesuaian tekstur makanan pendamping ASI dengan kecukupan protein yang terkait dengan sumber protein dalam lauk pauk yang dimakan oleh anak (Kardiyanti, Suyatno, & Kartasurya, 2021). Hal ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Hapsari pada tahun 2010, yang menunjukkan bahwa pendidikan berpengaruh pada pengetahuan. Semakin tinggi jenjang pendidikan yang ditempuh, semakin baik pula pemahaman mengenai MP ASI. Di samping itu, cara berpikir ibu yang memiliki pendidikan tinggi juga berbeda dan lebih menerima hal-hal baru yang bersifat positif. Dengan demikian, mereka dapat dengan cepat dan lebih baik mengadopsi pengetahuan baru (Andrian, Huzaimah, Satriyawati, & Lusi, 2021). Hal ini sejalan dengan penelitian yang berpengaruh terhadap pengetahuan. Semakin tinggi tingkat pendidikan, semakin baik pemahaman tentang MP-ASI (2010). Di samping itu, pola pikir ibu yang memiliki pendidikan yang lebih tinggi juga cenderung berbeda dan lebih menerima perubahan yang konstruktif. Dengan demikian, mereka dapat mengadaptasi pengetahuan baru dengan lebih mudah (Oktarina, Tahun, Oktarina, Dewi, & Oktarina, 2023).

Pengetahuan dapat dipengaruhi oleh faktor umur, lingkungan, pengalaman, pendidikan, informasi atau media masa, sosial budaya dan ekonomi, integritas sebelum orang mengadopsi perilaku baru, di dalam diri orang tersebut terjadi proses yang berurutan yaitu kesadaran, merasa tertarik, mencoba, adopsi (Notoatmodjo, 2010) (Sari, Nurti, Priyanti, Susilawati, & Herniawati, 2021). Pengetahuan yang kurang mengenai pemberian MPASI bisa disebabkan oleh informasi yang tidak memadai, sehingga banyak ibu yang memberikan MPASI yang tidak tepat pada waktunya. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Eko Heryanto (2017), yang mengindikasikan adanya keterkaitan antara pemberian MPASI lebih awal dengan tingkat pengetahuan. Kurangnya pemahaman ibu tentang keuntungan ASI eksklusif sering kali terkait dengan pemberian MPASI yang prematur, karena banyak ibu meyakini bahwa ASI saja tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan gizi bayi (Apriliani, Djauhariah Arifuddin, Nurmadilla, Ananda, & Bima, 2023). Menurut studi yang dilakukan oleh Wangiyana dan rekan-rekannya pada tahun 2020, ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara seberapa sering MP-ASI diberikan dan risiko stunting pada anak balita berusia 6-23 bulan. Pada usia ini, anak-anak sangat rentan mengalami gangguan pertumbuhan, jika frekuensi pemberian MP-ASI kurang, maka kebutuhan nutrisi mereka tidak akan tercukupi, yang dapat berakibat pada meningkatnya risiko infeksi dan pertumbuhan yang tidak maksimal pada balita (Sunarto, Nur Aini, & Fitriyanti, 2024).

Salah satu elemen kunci dalam pemberian makanan pendamping ASI adalah pemahaman ibu, karena dengan pengetahuan yang baik, ibu dapat mengetahui saat yang tepat untuk memberikan makanan kepada bayi. Ibu yang tidak memiliki informasi tentang dampak pemberian makanan pendamping ASI yang terlalu awal dan metode pemberian yang tidak benar, baik secara langsung maupun tidak, dapat menjadi penyebab terjadinya masalah gizi kurang pada anak-anak yang berusia

di bawah 2 tahun (Dewanti, 2009)(2023, 2021). Studi yang dilaksanakan oleh Saidin S dan Muherdiyantiningsih (2016) menerangkan bahwa kualitas dan jumlah MPASI yang diberikan kepada bayi memiliki peranan yang signifikan dalam memenuhi kebutuhan gizi anak yang terus bertambah dan sangat memengaruhi kesehatan serta gizi. Selain itu, diketahui bahwa MPASI yang dikonsumsi namun tidak mencukupi kebutuhan gizi dapat berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan anak (Aryani D, Arie K, & Betty Y S, 2021).

KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan “MAMAH CERDAS GIZI” terbukti berhasil meningkatkan pemahaman ibu yang memiliki balita mengenai cara menyajikan tekstur dan frekuensi MP-ASI. Hal ini terlihat dari peningkatan proporsi pengetahuan kategori cukup dari 25% pada pre-test menjadi 83% pada post-test, sedangkan kategori kurang menurun dari 75% menjadi 17%. Peningkatan pemahaman sebesar 15,4% menunjukkan bahwa metode ceramah interaktif yang didukung media edukasi berupa poster serta evaluasi pre-test dan post-test efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta. Kegiatan ini memberikan kontribusi positif terhadap upaya promosi kesehatan dalam mendukung pemenuhan gizi optimal bagi anak usia 6–24 bulan di Kelurahan Manorang Salo, khususnya dalam mencegah masalah gizi seperti stunting, wasting, dan pertumbuhan yang tidak optimal. Untuk keberlanjutan kegiatan, diperlukan penyuluhan secara berkala agar pengetahuan dan keterampilan ibu tetap terjaga serta dapat diterapkan dalam pemberian MP-ASI sehari-hari. Penyuluhan selanjutnya juga disarankan dilengkapi dengan praktik langsung pembuatan MP-ASI sehingga ibu dapat memahami secara lebih konkret tekstur, ukuran porsi, jenis bahan, dan frekuensi pemberian MP-ASI sesuai usia anak. Selain itu, perlu ditingkatkan kerja sama dengan kader posyandu dan puskesmas agar edukasi dapat menjangkau lebih banyak ibu atau pengasuh balita. Ibu juga dianjurkan untuk mengurangi penggunaan MP-ASI siap saji dan lebih mengutamakan MP-ASI buatan sendiri yang bergizi, beragam, aman, dan sesuai dengan kebutuhan serta tahap perkembangan anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada staf Puskesmas Ibu Ros yang telah mendampingi kami selama penyuluhan, terima kasih kepada ibu yang memiliki balita bersedia mengikuti kegiatan program kami di posyandu, serta terima kasih kepada tim kelompok kami yang sudah ingin bekerja sama dalam kegiatan ini sehingga berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

Andrian, M. W., Huzaimah, N., Satriyawati, A. C., & Lusi, P. (2021). Pemberian Makanan Pendamping Asi Secara Dini: Hubungan Pengetahuan Dan Perilaku Ibu. *Jurnal Keperawatan*, 10(2), 28–37. <https://doi.org/10.47560/kep.v10i2.291>

- Apriliani, A. P., Djauhariah Arifuddin, K., Nurmadilla, N., Ananda, F., & Bima, I. H. (2023). FAKUMI MEDICAL JOURNAL Analisis Karakteristik dan Pola Pemberian Mpasi Anak Usia 6-24 Bulan di Puskesmas Sorowako. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 3(7), 461–470. Retrieved from <https://fmj.fk.umi.ac.id/index.php/fmj>
- Aryani D, Arie K, & Betty Y S. (2021). Pemberian Makanan Pendamping ASI dan Keberagaman Konsumsi Sumber Vitamin A dan Zat Besi Usia 6-23 bulan di Provinsi Bengkulu (Analisis Data SDKI 2017). *Journal of Nutrition College*, 10(3), 164–167.
- Fitrianingsih, D., Winahyu, K. M., Wibisana, E., & Ahmad, S. N. A. (2022). Editorial Team Jurnal JKFT. *Jkft*, 7(2), 108–112.
- Juli, D., Putri, I., Endrinald, E., & Oktova, R. (2024). Hubungan Pengetahuan Orangtua Tentang Pemberian MPASI Dan Status Ekonomi Dengan Status Gizi Baduta Usia 6-24Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Anak Air Kota Padang. *Indonesia Jurnal Kebidanan*, 8(1), 9–15. Retrieved from <https://doi.org/10.26751/ijb.v8i1>
- Kardyanti, N., Suyatno, S., & Kartasurya, M. I. (2021). Hubungan Pemberian Asi Dan Mpasi Dengan Tingkat Kecukupan Gizi Baduta Pada Keluarga Nelayan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 9(5), 621–626. <https://doi.org/10.14710/jkm.v9i5.30619>
- Karlina, N., Sumarni, & Yakob, A. (2025). Pengaruh Edukasi Berbasis Leaflet Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Pembuatan Makanan Pendamping Air Susu Ibu di Puskesmas Antang Perumnas Tahun 2024. *Inhealth : Indonesian Health Journal*, 4(2), 171–179. <https://doi.org/10.56314/inhealth.v4i2.345>
- Kolin, M. O. T. L. T., & Astuti, A. W. (2023). Edukasi tentang makanan pendamping asi (mpasi) menggunakan leaflet meningkatkan pengetahuan ibu dalam pemberian MPASI pada bayi usia 6-12 bulan di Magelang. *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia*, 7(2), 102–107. <https://doi.org/10.32536/jrki.v7i2.267>
- Lestiarini, S., & Sulistyorini, Y. (2020). Perilaku Ibu pada Pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) di Kelurahan Pegirian. *Jurnal PROMKES*, 8(1), 1. <https://doi.org/10.20473/jpk.v8.i1.2020.1-11>
- Oktarina, R., Tahun, P., Oktarina, R., Dewi, A. K., & Oktarina, R. (2023). 166-Article Text-682-1-10-20231006, 12(2), 56–64.
- Rizkiriani, A., Dianah, R., & Kartinawati, A. (2023). Pelatihan Pembuatan MPASI dengan Memanfaatkan Aplikasi Baby Meal Planner pada Kader Posyandu di Babakan, Bogor Tengah Training on Making Complementary Foods by Utilizing the Baby Meal Planner Application for Posyandu Cadres in Babakan, Central Bogor. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 9(1), 112–118.
- Sari, L. A., Nurti, T., Priyanti, N., Susilawati, E., & Herniawati. (2021). Pemberian MP-ASI Pada Bayi 0-6 Bulan dan Faktor- Faktor Yang Berhubungan Complementary Feeding or Infants Aged 0-6 Months and The Related Factors. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 7(2), 176–181.

- Septiani, E. (n.d.). Pengetahuan Ibu Tentang Pemberian Makanan Pendamping Asi (Kentang) Dengan Kenaikan Berat Badan Bayi 6 – 12 BULAN Eichi Septiani, 13(September 2024), 93–97.
- Setyowati, S., Rahayu, Agustina, B., & Sigit, P. (2021). Jurnal Peduli Masyarakat. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JPKM) - Aphelion, 3(September), 207–212. Retrieved from <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM>
- Sunarto, S., Nur Aini, F. S., & Fitriyanti, A. R. (2024). Pola Pemberian Mp-Asi, Pengetahuan Gizi Ibu Dan Tingkat Ekonomi Keluarga Dengan Kejadian Stunting Baduta Usia 6-24 Bulan. Link, 20(1), 26–32. <https://doi.org/10.31983/link.v20i1.10663>
- Trisanti, I. (2020). Pengetahuan ibu dengan pemberian mpasi. Jurnal Pengetahuan Ibu Tentang Mpasi, 9(1), 66–74. Retrieved from https://bit.ly/Jurnal_sikesmuhkudus