

Edukasi Makanan Pendamping ASI (MPASI) di Desa Bangun Rejo Kabupaten Deli Serdang Provinsi Sumatera Utara Tahun 2025

Ika Damayanti Sipayung^{1*}, Rasmi Manullang², Putri Maymanah³, Nova Christina⁴, Lasria Yolivia Aruan⁵, Yasrida Nadeak⁶

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan, Indonesia^{1,2,3,4,5,6}

*Email Korespodensi: ikadamayanti951@gmail.com

INFO ARTIKEL

Histori Artikel:

Diterima 15-07-2025

Disetujui 09-08-2025

Diterbitkan 12-08-2025

Kata kunci:

Edukasi MP-ASI;
Makanan Pendamping ASI;
Pencegahan Stunting

ABSTRAK

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu hamil, ibu menyusui, serta masyarakat Desa Bangun Rejo mengenai pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) yang tepat sebagai upaya pencegahan stunting. Latar belakang kegiatan ini adalah masih tingginya angka stunting di Sumatera Utara dan kurangnya pemahaman masyarakat terkait gizi seimbang, tahapan pemberian MP-ASI, dan perilaku hidup bersih. Metode yang digunakan adalah ceramah interaktif, diskusi, dan pembagian media edukasi berupa booklet dan brosur. Materi meliputi pengertian stunting, faktor risiko, dampak jangka panjang, prinsip pemberian MP-ASI sesuai usia anak, serta praktik pembuatan menu MP-ASI bergizi dan aman. Kegiatan dilaksanakan pada 12 Januari 2025 dengan melibatkan 20 ibu hamil dan menyusui serta 10 balita. Hasil menunjukkan antusiasme tinggi dari peserta dan peningkatan pemahaman terkait pentingnya pemberian MP-ASI yang tepat waktu, bergizi seimbang, dan higienis. Media edukasi yang digunakan membantu memperkuat informasi yang disampaikan, sehingga diharapkan mendorong perubahan perilaku positif dalam pengasuhan anak.

Bagaimana Cara Sitasi Artikel ini:

Ika Damayanti Sipayung, Rasmi Manullang, Putri Maymanah, Nova Christina, Lasria Yolivia Aruan & Yasrida Nadeak . (2025). Edukasi Makanan Pendamping ASI (MPASI) di Desa Bangun Rejo Kabupaten Deli Serdang Provinsi Sumatera Utara Tahun 2025. *Jurnal Ragam Pengabdian*, 2(2), 425-429. <https://doi.org/10.62710/9ahjdd82>

PENDAHULUAN

Pemberian makanan pendamping air susu ibu (MPASI) merupakan salah satu tahapan penting dalam tumbuh kembang anak (Nazli & Erlinda, 2020). MPASI diberikan ketika bayi berusia 6–24 bulan sebagai pelengkap kebutuhan gizi yang tidak lagi dapat dipenuhi hanya dari ASI. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia merekomendasikan agar pemberian MPASI dilakukan secara tepat, baik dari segi waktu, jumlah, tekstur, maupun kandungan gizinya (Rismayani et al., 2023). Pemberian MPASI yang tidak sesuai pedoman dapat berdampak pada pertumbuhan terhambat (stunting), penurunan daya tahan tubuh, serta gangguan perkembangan kognitif (Elisanti & Ardianto, 2024).

Di Indonesia, masalah gizi pada balita masih menjadi tantangan serius, termasuk di Provinsi Sumatera Utara (Martony, 2023). Berdasarkan data Profil Kesehatan Indonesia tahun 2023, prevalensi stunting di Indonesia masih berada pada angka 21,6%, sementara di Sumatera Utara tercatat sebesar 20,1% (Sari & Yustati, 2023). Salah satu penyebab utama tingginya angka ini adalah kurangnya pemahaman masyarakat mengenai pentingnya pemberian MPASI yang tepat. Kesalahan umum yang terjadi antara lain pemberian MPASI terlalu dini atau terlalu lambat, pemilihan jenis makanan yang kurang bergizi, serta cara pengolahan yang tidak higienis (Anandita & Gustina, 2022).

Edukasi kesehatan merupakan strategi efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam mengelola kesehatan keluarga (Prayogi, 2024). Melalui edukasi MPASI, diharapkan ibu dan keluarga dapat memahami pentingnya pemberian makanan yang seimbang, mengandung zat gizi makro dan mikro yang cukup, serta aman dikonsumsi oleh bayi dan balita. Edukasi ini juga menjadi sarana untuk mengubah perilaku, dari yang semula kurang tepat menjadi lebih sesuai dengan pedoman gizi seimbang (Ronitawati et al., 2020).

Pengabdian kepada masyarakat (PkM) menjadi wadah bagi tenaga pendidik dan mahasiswa di bidang kesehatan untuk berkontribusi langsung dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Kegiatan ini tidak hanya memberikan manfaat bagi penerima, tetapi juga menjadi sarana pembelajaran lapangan bagi pelaksana, khususnya dalam memahami kondisi riil masyarakat (Al Faroqi et al., 2024). Program edukasi MPASI di Desa Bangun Rejo ini dirancang berdasarkan analisis situasi dan kebutuhan, sehingga materi dan metode penyampaian dapat disesuaikan dengan karakteristik peserta.

Selain memberikan pengetahuan, program edukasi MPASI juga menekankan pada praktik langsung, seperti demonstrasi pembuatan menu MPASI bergizi dan aman. Pendekatan ini diharapkan dapat meningkatkan keterampilan ibu dalam mengolah makanan sesuai usia anak. Dengan metode partisipatif, peserta dilibatkan aktif dalam setiap sesi sehingga penyerapan materi lebih optimal (Wahidah et al., 2024). Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu balita di Desa Bangun Rejo mengenai pemberian MPASI yang tepat.

METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan melalui metode ceramah dan diskusi. Narasumber menyampaikan materi tentang pentingnya edukasi mengenai Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) sebagai upaya pencegahan stunting. Dalam pemaparan, narasumber menjelaskan konsekuensi apabila orang tua kurang memahami atau mengabaikan perkembangan anak, pola makan, serta asupan vitamin dan nutrisi yang diperlukan. Proses penyampaian materi juga dibantu oleh bidan desa setempat.

Untuk mendukung kelancaran penyuluhan, kami menyediakan poster dan booklet tentang stunting agar masyarakat dapat lebih mudah memahami informasi yang diberikan selama acara di Desa Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa. Setelah materi disampaikan, dilakukan sesi diskusi yang memberikan kesempatan kepada masyarakat untuk bertanya terkait pencegahan stunting melalui ASI eksklusif dan pemberian MP-ASI.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan program kerja kelompok Edukasi Stunting dan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) berlangsung dengan lancar secara keseluruhan. Berkat dukungan dari perangkat desa, poskesdes, bidan desa, serta partisipasi aktif masyarakat setempat, seluruh rangkaian kegiatan program ini dapat terselesaikan dengan baik. Antusiasme masyarakat, terutama dari ibu hamil dan menyusui, sangat terlihat selama pelaksanaan. Kegiatan ini dihadiri oleh sekitar 20 ibu hamil dan menyusui serta kurang lebih 10 balita.

Kegiatan sosialisasi dilaksanakan pada hari Minggu, 12 Januari 2025, bertempat di Desa Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa. Acara ini dibantu oleh bidan desa, yang berperan sebagai moderator. Materi disampaikan oleh Ika Damayanti Sipayung, Ketua kelompok pengabdian masyarakat dari STIKes Mitra Husada Medan. Program kerja ini berupa sosialisasi kepada remaja, ibu hamil, ibu menyusui, serta balita mengenai risiko stunting dan peran MP-ASI dalam pencegahannya.

Melalui penyuluhan ini, diharapkan peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat Padang Nibung terkait bahaya stunting, sehingga mereka lebih peduli terhadap dampak negatif stunting bagi pertumbuhan dan masa depan anak-anak. Materi juga bertujuan mendorong ibu-ibu agar memberikan ASI eksklusif selama enam bulan, diikuti dengan pemberian ASI dan MP-ASI yang tepat selama 18 bulan berikutnya.

Sosialisasi ini memberikan pemahaman lebih mendalam mengenai definisi stunting, faktor penyebab, risiko yang menyertainya, serta dampak negatif yang bisa terjadi. Penekanan khusus diberikan pada konsekuensi stunting, terutama gangguan perkembangan otak yang, jika tidak

ditangani, dapat berujung pada retardasi mental, penurunan kemampuan belajar, dan munculnya penyakit kronis di masa depan.

Dalam sosialisasi mengenai stunting dan MP-ASI, peserta juga menerima booklet yang dibagikan sebagai bahan edukasi. Booklet ini diperoleh sebagai bantuan dari Dinas Kesehatan dan Puskesmas Desa Bangun Rejo. Isi booklet mencakup informasi tentang stunting, cara pencegahannya melalui penerapan perilaku hidup bersih dan sehat, serta penjelasan mengenai ASI dan MP-ASI.

Di dalam booklet dijelaskan 10 prinsip utama perilaku hidup bersih dan sehat yang merupakan langkah penting dalam mencegah stunting. Kondisi di Desa Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa juga dikaitkan dengan hal ini, karena tidak adanya kandang ternak menyebabkan kotoran hewan tersebar di berbagai tempat, yang bukan merupakan lingkungan ideal bagi pertumbuhan anak. Lingkungan yang kurang bersih meningkatkan risiko anak mengalami infeksi.

Selain itu, booklet ini berisi informasi terkait MP-ASI, termasuk pentingnya memberikan ASI eksklusif, jadwal pemberian MP-ASI, serta jenis dan tekstur makanan pendamping yang sesuai dengan usia anak. Dengan demikian, booklet ini dapat menjadi panduan bagi para ibu dalam memberikan MP-ASI yang tepat. Buku panduan ini juga memuat jadwal imunisasi wajib, membantu ibu dalam memastikan anak mendapat imunisasi yang lengkap sehingga risiko infeksi pada anak dapat diminimalkan.

Selain booklet, peserta sosialisasi juga menerima brosur yang membahas tentang MP-ASI. Materi dalam brosur secara khusus menguraikan tentang usia dan perkembangan anak, tahapan pemberian MP-ASI, serta ciri-ciri kesiapan bayi untuk mulai menerima MP-ASI dan tekstur makanan yang sesuai.

Dengan adanya brosur tersebut, ibu-ibu di Desa Bangun Rejo mendapatkan panduan praktis mengenai pemberian MP-ASI yang tepat bagi anak mereka. Brosur ini terutama didistribusikan kepada ibu hamil dan ibu menyusui sebagai bagian dari edukasi kesehatan.



Gambar 1. Kegiatan penyuluhan

KESIMPULAN

Edukasi mengenai Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil, ibu menyusui, serta masyarakat setempat mengenai pentingnya pemberian MP-ASI yang tepat sebagai upaya pencegahan stunting. Partisipasi aktif peserta, dukungan perangkat desa, serta penggunaan media edukasi seperti booklet dan brosur, memperkuat pemahaman tentang prinsip gizi seimbang, tahapan pemberian MP-ASI, dan perilaku hidup bersih dan sehat. Kegiatan ini diharapkan mampu mendorong perubahan perilaku positif dalam pengasuhan anak, sehingga berkontribusi pada penurunan angka stunting dan peningkatan derajat kesehatan masyarakat di wilayah tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Farochi, M. N., Noor, T., Wibowo, A., Darmawan, D., Hardyansah, R., Putra, A. R., & Octavianto, A. D. (2024). Optimalisasi Peran Mahasiswa dalam Peningkatan Kesehatan Masyarakat melalui Program Cek kesehatan di kampus Universitas Sunan Giri Surabaya. *Economic Xilena Abdi Masyarakat*, 3(1), 1–11.
- Anandita, M. Y. R., & Gustina, I. (2022). Pencegahan Stunting pada Periode Golden Age Melalui Peningkatan Edukasi Pentingnya MPASI. *Al Ghafur: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 79–86.
- Elisanti, A. D., & Ardianto, E. T. (2024). Nilai Gizi MP-ASI “Jagung Bose Modifikasi” dan Asupan Gizi Balita Stunting. *Journal of Innovative Food Technology and Agricultural Product*, 1–5.
- Martony, O. (2023). Stunting di Indonesia: Tantangan dan Solusi di Era Modern. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5(2), 1734–1745.
- Nazli, R., & Erlinda, E. (2020). Pemodelan Aplikasi Pendukung Keputusan Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI) Berbasis Android. *Jurnal Teknologi Dan Open Source*, 3(2), 272–283.
- Prayogi, O. (2024). Peran Kritis Manajemen Keuangan dalam Meningkatkan Kesejahteraan Keluarga: Sebuah Tinjauan Literatur. *Jurnal Manajemen Dan Bisnis*, 2(3), 31–44.
- Rismayani, R., Sari, F., Rismawati, R., Hermawati, D., & Arlenti, L. (2023). Edukasi Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) Sebagai Upaya Peningkatan Daya Tahan Tubuh Balita di Posyandu Desa Pematang Balam. *Jurnal Besemah*, 2(1), 27–36.
- Ronitawati, P., Sitoayu, L., Nuzrina, R., Melani, V., Prabowo, M. D. Y., Budiarti, T., & Nabilah, A. (2020). Edukasi Bekal Sehat Berdasarkan Prinsip Gizi Seimbang dengan Media "Isi Bekalku" pada Siswa Sekolah Dasar. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 4(3), 407–414.
- Sari, Y. E., & Yustati, E. (2023). Pengaruh Perbedaan Metode Penyuluhan terhadap Pengetahuan Ibu Balita Stunting di Desa Tanjung Agung Kecamatan Tanjung Agung tahun 2023. *Jurnal Medika Nusantara*, 1(4), 410–424.
- Wahidah, N., Ummah, B. I., Fahruri, P., Hanif, A. R., & Mu'awanah, M. (2024). Pemberdayaan Kader Posyandu dalam Penurunan Stunting Melalui Edukasi Pembuatan Mpsi di Desa Manggis Tanggul. *Pandalungan: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 163–175.