

Sosialisasi Makanan Pendamping ASI (MP-ASI): Burleo (Bubur Lele Oyong) Sebagai Pangan Lokal Dengan Prinsip 4 Bintang Bagi Bayi Usia 6-9 Bulan Untuk Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita Gizi Kurang di Posyandu Dahlia Terung Kulon Sidoarjo.

Kezia Shaloma Dyah Fasa^{1C}, Nurul Hindaryani¹, Elma Syafa Kamaliya¹, Septalia Puji Rahmawati¹, Shima Dewanti Shukmaninghayu¹, Firda Amalia Pratiwi¹

¹Prodi DIII Gizi, Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Surabaya

^CCorresponding author: keziasdf@gmail.com

Abstract:

The provision of Complementary Feeding (MP-ASI) is a crucial phase in the first 1000 days of a child's life, starting from conception to the age of two. This program aims to enhance the knowledge of mothers with undernourished toddlers at Posyandu Dahlia, Sidoarjo, regarding MP-ASI using local food ingredients, specifically Burleo (Lele Oyong Porridge). The socialization activities were conducted through counseling and cooking demonstrations, focusing on the 4-star principles that include staple foods, vegetables, fruits, and protein sources. Catfish and oyong were chosen for their nutritional richness and affordability. Evaluation results showed a significant increase in mothers' knowledge about MP-ASI, from 30% having good knowledge before the socialization to 90% afterward. This program not only improved understanding of balanced nutrition but also mothers' skills in preparing nutritious and appealing MP-ASI. Through this initiative, it is hoped that mothers can apply the knowledge gained and utilize local resources to support the health and growth of their children. This program is expected to serve as a model for other community service activities aimed at improving toddler nutrition in the area.

Keywords: complementary feeding, burleo (lele oyong porridge), mother's knowledge, toddler nutrition

Abstrak:

Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) merupakan fase penting dalam 1000 hari pertama kehidupan anak, yang dimulai dari konsepsi hingga usia dua tahun. Program ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita gizi kurang di Posyandu Dahlia, Sidoarjo, mengenai MP-ASI dengan menggunakan bahan pangan lokal, khususnya Burleo (Bubur Lele Oyong). Kegiatan sosialisasi dilakukan melalui penyuluhan dan demo memasak, dengan fokus pada prinsip 4 bintang yang mencakup kategori makanan pokok, sayuran, buah, dan sumber protein. Ikan lele dan oyong dipilih karena kaya akan nutrisi dan terjangkau. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan ibu tentang MP-ASI, dari 30% berpengetahuan baik sebelum sosialisasi menjadi 90% setelahnya. Kegiatan ini tidak hanya meningkatkan pemahaman tentang gizi seimbang, tetapi juga keterampilan ibu dalam menyiapkan MP-ASI yang bergizi dan menarik. Melalui program ini, diharapkan ibu balita dapat menerapkan pengetahuan yang diperoleh, serta memanfaatkan sumber daya lokal untuk mendukung kesehatan dan pertumbuhan anak. Program ini diharapkan dapat menjadi model bagi kegiatan pengabdian masyarakat lainnya dalam upaya meningkatkan gizi balita di daerah tersebut.

Kata kunci: makanan pendamping asi, burleo (bubur lele oyong), pengetahuan ibu, gizi balita

I. LATAR BELAKANG

Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) merupakan fase penting dalam 1000 hari pertama kehidupan anak, yang dimulai dari konsepsi hingga usia dua tahun.⁽¹⁾ Pada periode ini, pertumbuhan dan perkembangan balita berlangsung sangat pesat, sehingga kebutuhan nutrisi mereka meningkat seiring dengan penurunan kandungan gizi dalam ASI setelah usia enam bulan. MP-ASI harus diberikan secara bertahap agar anak dapat beradaptasi dengan makanan keluarga, dengan menerapkan prinsip 4 bintang yang mencakup makanan pokok, sayuran, buah, kacang-kacangan, dan sumber protein hewani.^(2,3,4)

Namun, banyak ibu balita di Desa Terungkulon, Sidoarjo, yang masih memiliki pengetahuan terbatas mengenai gizi seimbang dan sering kali memberikan MP-ASI yang tidak bervariasi, seperti nasi dan telur goreng, yang tidak memenuhi kebutuhan nutrisi optimal.

Menurut RISKESDAS 2018, terdapat 733 balita dengan status gizi kurang di Sidoarjo, dan data SSGI 2021 menunjukkan 7,2% balita mengalami masalah gizi. Rendahnya pengetahuan gizi seimbang di kalangan ibu rumah tangga menjadi salah satu penyebab utama masalah ini.⁽⁵⁾

Untuk mengatasi masalah tersebut, program sosialisasi MP-ASI dengan Burleo (Bubur Lele Oyong) sebagai pangan lokal bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu balita gizi kurang. Dengan memanfaatkan bahan lokal yang terjangkau dan bergizi, program ini diharapkan dapat memberikan edukasi tentang penyediaan MP-ASI yang sehat dan bervariasi, serta meningkatkan kesehatan dan pertumbuhan balita di masyarakat.^(6,7)

II. METODE

Pelaksanaan program pengabdian masyarakat di Posyandu Dahlia, Desa Terung Kulon Sidoarjo, terdiri

dari tiga tahap: persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap persiapan, tim PKM mengadakan pertemuan dengan mitra untuk menyusun rencana kegiatan dan menjadwalkan pelaksanaan di lokasi sasaran. Tim juga merancang menu kreasi MP-ASI (Makanan Pendamping ASI) yang menggunakan bahan lokal, menyiapkan alat dan bahan yang diperlukan untuk demo memasak, serta mengembangkan materi penyuluhan dalam bentuk leaflet dan presentasi PowerPoint. Souvenir untuk peserta juga disiapkan sebagai insentif.

Tahap pelaksanaan merupakan inti dari program, dilaksanakan selama satu hari dengan target 10 ibu balita gizi kurang. Kegiatan dimulai dengan pengenalan anggota tim PKM kepada peserta dan penyampaian tujuan kegiatan. Leaflet informatif dibagikan sebelum sesi presentasi untuk memberikan informasi tentang gizi seimbang, pentingnya MP-ASI, dan resep MP-ASI Burleo (Bubur Lele Oyong). Materi disampaikan menggunakan metode ceramah dan diskusi, dengan bahasa yang jelas dan mudah dipahami, diakhiri dengan sesi tanya jawab untuk memastikan pemahaman peserta.

Demo pengolahan MP-ASI Burleo bertujuan untuk memberikan keterampilan praktis dalam mengolah bahan lokal menjadi menu yang sehat dan bergizi. Ikan lele dan oyong dipilih karena kandungan gizinya yang tinggi dan aksesibilitasnya di daerah tersebut. Selain ikan lele, bahan lain seperti tahu dan labu kuning juga diperkenalkan karena nutrisinya yang bermanfaat bagi balita.⁽³⁾

Pada tahap evaluasi, dilakukan pre-test dan post-test untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan ibu mengenai MP-ASI. Evaluasi ini bertujuan untuk mengetahui perubahan pemahaman dan penerapan kebiasaan baru dalam menyiapkan menu MP-ASI 4 bintang. Kerjasama dengan kader posyandu juga dilakukan untuk memantau perkembangan status gizi anak. Indikator penilaian mencakup peningkatan pengetahuan tentang MP-ASI, perubahan dalam kebiasaan menyiapkan MP-ASI, dan perbaikan status gizi balita. Hasil dari evaluasi ini akan digunakan untuk menentukan keberhasilan program dan memberikan rekomendasi untuk kegiatan selanjutnya.

III. HASIL

Dari 15 Ibu balita di Posyandu Dahlia Terung Kulon Sidoarjo, yang dapat menghadiri program penelitian ini berjumlah oleh 10 orang balita dan 10 ibu balita. Hal ini dikarenakan para ibu balita sibuk dengan pekerjaannya maka dari itu beberapa diantaranya tidak dapat hadir. Skala ukur penelitian ini kami menggunakan teori menurut Arikunto (2013) dengan hasil pengukuran dikelompokkan menjadi 3 kategori, yaitu Baik (>51), Cukup (41 - 50), dan Kurang (<40). Berikut hasil analisis deskriptif sebelum pemaparan materi dan sesudah pemaparan materi.

a) Hasil Analisis Deskripsi Pre-Test

Pengetahuan

Hasil analisis statistik deskriptif tentang tingkat pengetahuan sebelum penyuluhan dan demo Makanan Pendamping ASI dengan bahan pangan lokal, dapat dilihat dari grafik berikut:

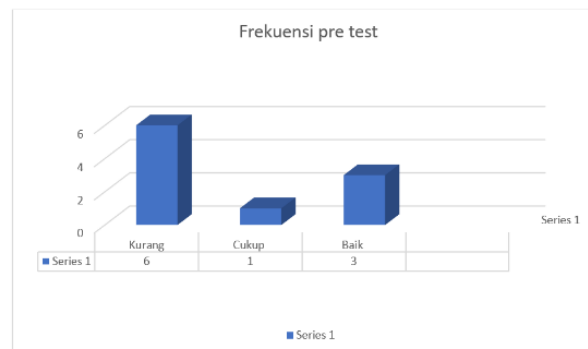


Diagram 1. Pengetahuan Sebelum Perlakuan (Pre-Test)

Dari tabel dan grafik diatas dapat disimpulkan bahwa sebelum diberi penyuluhan dan demo Makanan Pendamping ASI dengan bahan pangan lokal, tingkat pengetahuan ibu mengenai MP-ASI dengan bahan pangan lokal yang mendapatkan skor kurang lebih dominan dibandingkan dengan kategori cukup dan baik.

b) Hasil Analisis Deskripsi Post-Test

Hasil analisis deskriptif tentang tingkat pengetahuan sesudah pemberian Penyuluhan dan demo memasak mpasi dengan bahan lokal, dapat dilihat dari grafik berikut:

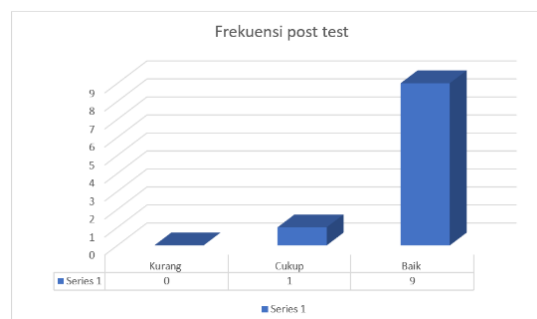
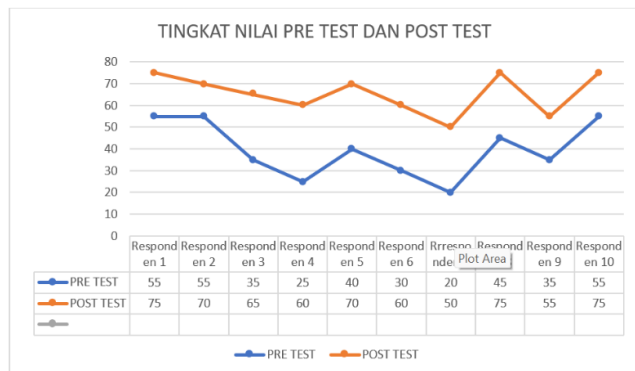


Diagram 2. Pengetahuan Setelah Perlakuan (Post-Test)

Dari tabel dan grafik diatas dapat disimpulkan bahwa setelah diberi penyuluhan dan demo Makanan Pendamping ASI dengan bahan pangan lokal tingkat pengetahuan ibu mengenai MP-ASI dengan bahan pangan lokal yang mendapatkan skor baik lebih dominan dibandingkan kategori kurang dan cukup.

c) Hasil Analisis Perbandingan Pengetahuan dan Keterampilan Antara Sebelum Diberi Perlakuan dan Sesudah Diberi Perlakuan



Grafik 1. Perbandingan Pengetahuan Antara Pre-Test dan Post-Test

Dari grafik diatas dapat dilihat bahwa setelah diberi perlakuan berupa penyuluhan, pengetahuan ibu balita tentang MP-ASI dan demo Makanan Pendamping ASI dengan bahan pangan lokal yaitu sebanyak 9 orang memiliki pengetahuan baik dan 1 orang memiliki pengetahuan cukup. Dibandingkan dengan sebelum penyuluhan yakni 3 orang berpengetahuan baik, 1 orang memiliki pengetahuan cukup, dan 6 orang memiliki pengetahuan kurang.

IV. PEMBAHASAN

Hasil pelaksanaan kegiatan PKM secara garis besar dapat dilihat berdasarkan komponen sebagai berikut:

1. Keberhasilan target jumlah peserta sosialisasi

Keberhasilan target jumlah peserta sosialisasi dapat dikatakan baik. Seluruh ibu yang memiliki bayi yang diundang hampir seluruhnya datang sekitar (67%) atas undangan Bidan Desa dan Kader Posyandu.

2. Ketercapaian tujuan sosialisasi PKM-M

Ketercapaian tujuan sosialisasi dapat dikatakan baik (90%). Ada peningkatan pengetahuan dari peserta tentang meningkatkan pengetahuan ibu balita gizi kurang di Posyandu Dahlia Terung Kulon Sidoarjo tentang MP-ASI dan demo Makanan Pendamping ASI dengan bahan pangan lokal. Sehingga ibu sudah paham dan mengetahui kapan waktu yang benar untuk memberikan MP-ASI dan jenis MP-ASI yang diberikan sesuai prinsip 4 bintang dengan bahan pangan lokal serta waktu pemberian MP-ASI sesuai pedoman.

3. Ketercapaian target materi yang telah direncanakan

Ketercapaian target materi yang telah direncanakan dapat dikatakan baik (90%). Semua materi sosialisasi dapat disampaikan oleh tim PKM dengan waktu yang terbatas.

Materi yang telah disampaikan: (a) Pengertian MP-ASI, (b) Pentingnya pemberian MP-ASI yang tepat kepada balita, (c) Kontribusi ASI untuk kebutuhan zat-zat gizi balita, (d) Prinsip pemberian MP-ASI (UF JTV REK), (e) Kartu konseling, (f) Pemberian makan responsif, (g) Jenis makanan lokal 4 bintang, (h) Jenis dan ukuran mangkok pemberian MP-ASI balita, (i) MP-ASI single food dan MP-ASI dari makanan keluarga, dan (j) Contoh menu MP-ASI berbasis bahan pangan lokal Burleo (Bubur Lele Oyong). Semua materi tersebut dapat disampaikan oleh tim PKM dengan waktu yang sudah ditentukan.

4. Kemampuan peserta dalam penguasaan materi

Kemampuan peserta dalam penguasaan materi dapat dikatakan baik (90%). Penyampaian materi dengan metode ceramah dan demo makanan mendukung kemampuan peserta dalam menguasai materi yang disampaikan oleh tim PKM. Secara keseluruhan kegiatan PKM "Sosialisasi Makanan Pendamping Asi (MP-ASI): Burleo (Bubur Lele Oyong) Sebagai Pangan Lokal dengan Prinsip 4 Bintang bagi Bayi Usia 6-9 Bulan untuk Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita Gizi Kurang di Posyandu Dahlia Terung Kulon Sidoarjo" dapat dikatakan baik dan berhasil, yang dapat diukur dari keempat komponen di atas. PKM-Pengabdian Masyarakat telah dilaksanakan pada tanggal 06 Oktober 2022 di Posyandu Dahlia Terung Kulon Sidoarjo. Pengabdian ini dilaksanakan kepada ibu-ibu yang memiliki bayi usia 6-9 bulan untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu Balita Gizi Kurang di Posyandu Dahlia Terung Kulon Sidoarjo tentang Sosialisasi Makanan Pendamping Asi (MP-ASI): Burleo (Bubur Lele Oyong) Sebagai Pangan Lokal Dengan Prinsip 4 Bintang Bagi Bayi Usia 6-9 Bulan. Pelaksanaan PKM-Pengabdian Masyarakat berjalan dengan baik dan tepat sasaran.

Pelaksanaan PKM-Pengabdian Masyarakat ini dihadiri oleh 10 orang ibu balita yang membawa anaknya. Dilakukan pemberian materi dan demo makanan untuk meningkatkan pengetahuan Ibu balita gizi kurang di Posyandu Dahlia Terung Kulon Sidoarjo tentang MP-ASI dan demo Makanan Pendamping ASI dengan bahan pangan lokal. Dan juga dilakukan pemberian soal Pre-Test dan Post-Test untuk mengetahui tingkat pengetahuan Ibu balita gizi kurang di Posyandu Dahlia Terung Kulon Sidoarjo tentang MP-ASI dan demo Makanan Pendamping ASI dengan bahan pangan lokal.

V. KESIMPULAN

Kegiatan sosialisasi Makanan Pendamping ASI dengan Burleo (bubur lele oyong) di Posyandu Dahlia Terungkulon Sidoarjo berhasil meningkatkan pengetahuan ibu balita gizi kurang, dengan 9 peserta menunjukkan pengetahuan baik setelah post-test. Antusiasme ibu-ibu dalam sesi tanya jawab dan demo MP-ASI mencerminkan efektivitas program ini. Sosialisasi ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mengubah sikap dan perilaku ibu terkait pemberian MP-ASI yang sehat dan bergizi. Ibu-ibu diharapkan dapat memanfaatkan bahan pangan lokal yang terjangkau. Pertemuan antar ibu balita juga diharapkan dapat memperluas pengetahuan dan keterampilan dalam penyediaan MP-ASI.

DAFTAR PUSTAKA

1. Husnah. Nutrisi pada 1000 hari pertama kehidupan. J Kedokt Syiah Kuala. 2017;17(3):179–83.
2. Carmelita W. Murah dan kaya nutrisi, ini dia manfaat sayur oyong untuk MPASI bayi [Internet]. Popmama.com; 2019 Nov 13 [cited 2025 Jun 27]. Available from: <https://www.popmama.com>
3. Carmelita W. Tak kalah dengan salmon, ikan lele kaya nutrisi untuk MPASI [Internet]. Popmama.com; 2021 Oct 31 [cited 2025 Jun 27]. Available from: <https://www.popmama.com>

4. Saputri F, Kusumastiti. Penerapan penyuluhan tentang MP-ASI terhadap praktek pemberian MP-ASI 4 bintang pada bayi umur 6–12 bulan di BPM Jemanis Kabupaten Kebumen. *Pros Semin Nas*. 2019:556–64.
5. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Riset kesehatan dasar: RISKESDAS. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Depkes RI; 2018.
6. Hastuty M. PKM meningkatkan pengetahuan ibu tentang pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) melalui penyuluhan kesehatan di Desa Bukit Kratai Kabupaten Kampar. 2020.
7. Pujiastuti N, Retnowati L. Pelatihan MPASI lokal bagi kader posyandu sebagai upaya menurunkan wasting dan stunting di Desa Balonggabus Kecamatan Candi Kabupaten Sidoarjo. In: *Inovasi Pengabdian Masyarakat Sebagai Hilirisasi Penelitian pada Masa New Normal dalam Upaya Mitigasi Kesehatan*. 2021;1(2):75–80.