



## PROMOSI KESEHATAN TENTANG MAKANAN PENDAMPING ASI (MP-ASI) MENGUNAKAN MEDIA AUDIOVISUAL TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN

Dini Anggraini<sup>1</sup>, Rusmala Dewi<sup>2</sup>, Madepan Mulia<sup>3</sup>  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panca Bhakti, Lampung, Indonesia  
\*Email: [rusmala@pancabhakti.ac.id](mailto:rusmala@pancabhakti.ac.id)

### Abstrak

Makanan Pendamping ASI adalah pemberian makanan pendamping yang mengacu pada pengenalan makanan padat atau setengah padat sebagai pendamping ASI yang dilakukan pada bayi usia 6 bulan sampai 2 tahun. Ibu perlu mendapatkan promosi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan tentang Makanan Pendamping ASI. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu tentang makanan pendamping ASI dengan pemberian promosi kesehatan menggunakan media audiovisual. Penelitian ini menggunakan metode *deskriptif kuantitatif*. Teknik pengambilan sampel adalah *purposive sampling* sejumlah 30 responden. Hasil penelitian terdapat tingkat pengetahuan sebelum diberikan promosi kesehatan tentang MP-ASI menggunakan media audiovisual sebanyak 25 responden (83,3%) memiliki tingkat pengetahuan cukup dan sebanyak 5 responden (16,7%) memiliki tingkat pengetahuan kurang. Tingkat pengetahuan setelah diberikan promosi kesehatan sebanyak 30 responden (100%) dengan tingkat pengetahuan baik. Kesimpulan penelitian ini bahwa ada peningkatan pengetahuan sebelum dan setelah diberikan promosi kesehatan tentang MP-ASI menggunakan media audiovisual.

**Kata Kunci :** Makanan pendamping ASI, Promosi kesehatan, Pengetahuan

### Abstract

*Complementary food for breastfeeding is the provision of complementary foods which refers to the introduction of solid or semi-solid foods as complementary foods for infants aged 6 months to 2 years. Mothers need to get health promotions to increase knowledge about complementary foods. The purpose of this study was to describe the mother's knowledge of complementary foods by providing health promotion using audiovisual media. This study uses a quantitative descriptive method. The sampling technique was purposive sampling with a total of 30 respondents. The results showed that the level of knowledge before being given health promotion about MP-ASI using audiovisual media was 25 respondents (83.3%) had sufficient knowledge level and as many as 5 respondents (16.7%) had less knowledge level. The level of knowledge after being given health promotion was 30 respondents (100%) with a good level of knowledge. The conclusion of this study is that there is an increase in knowledge before and after being given health promotion about MP-ASI using audiovisual.*

**Keywords:** Complementary foods for breastfeeding, Health promotion, Knowledge

## PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah gizi kronis disebabkan kurangnya asupan gizi dalam waktu yang cukup lama dan mengakibatkan terjadinya gangguan pertumbuhan dimana tinggi badannya lebih pendek dari standar usianya. Stunting ini dapat terjadi akibat dari kekurangan gizi pada 1000 hari pertama kehidupan (Kemenkes, 2018). 1000 hari pertama kehidupan yaitu dimulai dari awal kehamilan sampai usia anak dua tahun, 270 hari selama kehamilan dan 730 hari pada dua tahun pertama kehidupannya (Kemenkes, 2017).

Dampak dari stunting yaitu terganggunya pertumbuhan fisik anak, terhambatnya perkembangan kognitif anak, terhambatnya perkembangan motorik anak dan gangguan metabolik pada anak pada saat nanti berusia dewasa (Susanti, 2022).

Prevalensi stunting di Indonesia berdasarkan hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021 yaitu sebesar 24,4%. 5 Provinsi yang memiliki masalah gizi kategori akut (< 20%) yaitu provinsi Lampung, Kepulauan Bangka Belitung, Kepulauan Riau, DKI Jakarta dan DI. Yogyakarta. Prevalensi balita stunting di provinsi Lampung sebesar 18,5%. Prevalensi stunting di provinsi Lampung berdasarkan kabupaten atau kota tahun 2021 yaitu Kabupaten Tanggamus 25%, Lampung Barat 22,7%, Pesisir Barat 22,8%, Tulang Bawang Barat 22,1%, Mesuji: 21,8%, Lampung Tengah 20,8%, Metro 19,7%, Bandar Lampung 19,4%, Kabupaten Pringsewu 19%, Kabupaten Pesawaran 17,6%, Kabupaten Lampung Selatan 16,3%,

Kabupaten Lampung Timur 15,3%, dan Kabupaten Tulang Bawang 9,5% (Kemenkes, 2021).

Pemberian makan pada bayi dan anak yang baik dan tepat merupakan salah satu upaya pencegahan stunting. WHO merekomendasikan empat standar emas dalam pemberian makanan pada bayi dan anak yaitu pelaksanaan inisiasi menyusui dini, pemberian ASI eksklusif, pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) usia enam bulan dan tetap memberikan ASI sampai usia dua tahun atau lebih (Praborini & Febriyanti, 2021).

MP-ASI adalah pemberian makanan pendamping ASI yang mengacu pada pengenalan makanan padat atau semi padat untuk pendamping ASI yang dilakukan pada bayi usia 6 bulan sampai 2 tahun. Promosi kesehatan tentang MP-ASI diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan ibu. Promosi kesehatan dapat dilakukan dengan menggunakan berbagai media salah satunya adalah menggunakan media audiovisual.

## METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan metode *deskriptif kuantitatif*. Teknik pengambilan sampel adalah *purposive sampling* sejumlah 30 responden. Lokasi dalam penelitian ini wilayah kerja Puskesmas Rajabasa Indah Bandar Lampung. Responden penelitian adalah ibu yang memiliki bayi usia 0-6 bulan.

## HASIL

Karakteristik responden di wilayah kerja Puskesmas Rajabasa Indah Bandar Lampung ditampilkan pada tabel berikut:

**Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Rajabasa Indah Bandar Lampung (n=30)**

Karakteristik	Frekuensi	Presentase
Pendidikan:		
a. SD	0	0 %
b. SMP	6	20 %
c. SMA	24	80 %
d. DIII-IV	0	0 %
Pekerjaan		
a. Bekerja	9	30%
b. Tidak Bekerja	21	70%
Umur		
a. < 20 Tahun	5	16,7%
b. 20 – 35 Tahun	25	83,3%
c. > 35 Tahun	0	

Berdasarkan tabel 1 terlihat bahwa sebagian besar ibu memiliki tingkat pendidikan SMA dengan jumlah dari 24 orang (80%) dan 6 orang berpendidikan menengah pertama (6%). Berdasarkan tabel terlihat bahwa sebagian besar responden tidak bekerja sebanyak 21 responden (70%) dan 9 responden bekerja (30%). Berdasarkan tabel 1 terlihat bahwa ibu yang berusia kurang dari 20 tahun sebanyak 5 responden (16,7%) dan usia 20 – 35 tahun sebanyak 25 responden (83,3%).

**Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Setelah diberikan Promosi Kesehatan Tentang MP-ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Rajabasa Indah Bandar Lampung(n=30)**

Tingkat Pengetahuan	f (%)	
	Sebelum	Setelah
a. Kurang	5 (83,3%)	0 (0%)
b. Cukup	25 (16,7 %)	0 (0%)
c. Baik	0 (0%)	30 (0%)

Berdasarkan tabel 2 bahwa pengetahuan ibu sebelum diberikan promosi kesehatan menggunakan media audiovisual tentang MP-ASI tingkat pengetahuan yang kurang sebanyak 5 responden (16,7%) dan cukup sebanyak 25 responden (83,3%), sedangkan tingkat pengetahuan setelah diberikan promosi kesehatan menggunakan media audiovisual tentang MP-ASI terjadi peningkatan pengetahuan menjadi baik sebanyak 30 responden (100%).

## PEMBAHASAN

MP-ASI diberikan kepada anak mulai usia enam bulan dengan tetap memberikan air susu ibu (ASI) sampai usia dua tahun atau lebih. Sesuai dengan standar emas dalam pemberian makanan pada bayi dan anak yaitu pemberian inisiasi menyusui dini, pemberian ASI Eksklusif, pemberian MP-ASI usia enam bulan dan pemberian ASI sampai usia dua tahun.

Keberhasilan pemberian MP-ASI dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti ketepatan waktu, ketepatan jumlah dan frekuensi, serta ketepatan penggunaan bahan pangan lokal. Waktu yang tepat dalam pemberian MP-ASI adalah usia 6 bulan. Pemberian MP-ASI sebelum waktu yang dianjurkan maupun pemberian MP-ASI terlambat dari waktu yang dianjurkan dapat memberikan dampak.

Sebagian orang tua menganggap bahwa bayi yang rewel atau menangis adalah kurang asupan makanannya, sehingga didapatkan pemberian MP-ASI sebelum waktu yang dianjurkan yaitu sebelum usia enam bulan.

Ada juga sebagian orang tua yang hanya memberikan ASI saja meskipun sudah lewat dari enam bulan, padahal usia bayi enam bulan tidak cukup hanya diberikan ASI dan bayi sudah mulai membutuhkan MP-ASI.

Pemberian MP-ASI dini dan pemberian MP-ASI terlambat akan sama-sama memiliki resiko atau dampak negatif pada bayi. Jika MP-ASI diberikan sebelum usia 6 bulan dapat menyebabkan ketidaknyamanan pada bayi, terutama pada sistem pencernaan, seperti diare. Hal ini dikarenakan tubuh bayi belum memiliki sistem imun yang baik di dalam tubuhnya untuk melawan bakteri yang ada di MP-ASI. Di sisi lain, bayi dapat mengalami malnutrisi jika terlambat dengan makanan pendamping. Pertumbuhan yang terhambat pada balita dapat menyebabkan gizi buruk (Kartikasari, 2019). Dampak dari kurang gizi pada bayi yang kronis dapat menyebabkan gagal tumbuh, gangguan perkembangan kognitif dan gangguan penyakit metabolik pada saat dewasa (Praborini & Wulandari, 2018).

Ketepatan jumlah dan frekuensi dalam pemberian MPASI disesuaikan dengan pertumbuhan bayi secara bertahap. Bayi usia 6 bulan dapat diberikan makanan sebanyak 2 – 3 sendok makan setiap makan dengan tekstur lumat, kemudian ditingkatkan sampai setengah dari ukuran mangkok 250 ml pada usia 9 bulan. Setelah usia 9 bulan ditingkatkan kembali secara bertahap dengan tekstur cincang dengan ukuran tiga perempat sampai satu mangkok ukuran 250ml diusia 12 sd 23 bulan (WHO (2000) dalam Praborini & Febriyanti, 2021).

MP-ASI yang paling baik merupakan MP-ASI yang terbuat dari bahan pangan lokal dan sesuai dengan menu makanan keluarga. Keluarga dapat lebih efektif dalam menyediakan makan MP-ASI jika diambil dari makanan keluarga karena tidak perlu menyiapkan makanan khusus untuk MP-ASI, ibu dapat mengambil makanan keluarga untuk diberikan kepada bayi atau anaknya, hanya disesuaikan teksturnya saja (Praborini & Wulandari, 2018).

Menurut Sandy (2018), Ibu memegang peranan penting dalam keputusan pemberian makan bayinya. Pengetahuan ibu yang baik akan memudahkan untuk mengenal dan memahami jenis makanan pendamping ASI yang penting dan sesuai untuk anak di atas 6 bulan dan yang tidak memberikan makanan pendamping untuk anak di atas 6 bulan. Oleh karena itu, ibu harus mendapatkan promosi kesehatan untuk memperluas pengetahuan tentang nutrisi pelengkap. Untuk memaksimalkan pengetahuan tentang MP-ASI, dilakukan promosi kesehatan ibu dengan jumlah besar atau kelompok ibu dengan anak. Promosi kesehatan dapat dilakukan dengan media audiovisual.

Sebagian besar pendidikan responden adalah sekolah menengah atas sebesar 80%. Menurut Berisha, dkk (2017) dan Kassa (2016) bahwa ada hubungan antara tingkat pendidikan dengan pengetahuan ibu dalam praktik pemberian MP-ASI.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah ibu yang tidak bekerja sebesar 21 responden (70%).

Menurut hasil penelitian Kusmiyati, dkk (2014) bahwa tidak ada hubungannya antara pekerjaan dengan pemberian MP-ASI.

Menurut Notoadmotjo (2010) faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah minat dan pengalaman, minat adalah kecenderungan atau keinginan yang besar terhadap sesuatu, minat mendorong seseorang untuk berusaha mengejar sesuatu dan pada akhirnya diperoleh pengetahuan yang lebih mendalam. Pengalaman adalah peristiwa yang dialami seseorang dalam interaksinya dengan lingkungannya. Jika kecenderungan mengalami kurang baik maka seseorang akan berusaha untuk melupakan, tetapi jika pengalaman terhadap objek tersebut menyenangkan, maka secara psikologis akan timbul kesan yang sangat mendalam dan akan mengakar pada emosi psikologisnya dan pada akhirnya dapat membentuk pandangan positif terhadap diri sendiri.

Promosi kesehatan adalah pendidikan kesehatan dimana konsep promosi kesehatan bukan hanya proses penyadaran masyarakat untuk memberikan dan meningkatkan pengetahuan masyarakat di bidang kesehatan dan juga berusaha mengatasi perubahan perilaku (Mubarak, 2012). Promosi kesehatan merupakan salah satu kegiatan dari program pemerintah yang berada dibagian direktorat promosi kesehatan dan pemberdayaan masyarakat. Tujuan dari promosi kesehatan adalah untuk memberikan informasi kesehatan agar dapat meningkatkan kualitas masyarakat (Kemenkes, 2016). Masyarakat yang

berkualitas khususnya dalam bidang kesehatan bukan hanya tanggungjawab dari pemerintah, akan tetapi tanggung jawab dari seluruh masyarakat.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan sebelum dan setelah diberikan promosi kesehatan menggunakan media audiovisual. Sejalan dengan hasil penelitian Munianti & Indrayani (2019), Wicaksono (2016) & Jannah (2019) bahwa terdapat peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi menggunakan media audiovisual.

## KESIMPULAN

Tingkat pengetahuan responden sebelum diberikan promosi kesehatan tentang MP-ASI dengan menggunakan media audiovisual didapatkan bahwa tingkat pengetahuan ibu cukup sebanyak 25 responden (83,3%) dan pengetahuan kurang sebanyak 5 responden (16,7%). Setelah diberikan promosi kesehatan tentang MP-ASI menggunakan media audiovisual mengalami peningkatan dibandingkan dengan pengetahuan sebelumnya yaitu tingkat pengetahuan baik sebanyak 30 responden (100%).

## KEPUSTAKAAN

- Berisha, M., Ramadhani, N., Hoxha, R., Gashi, S., Zhjeqi, V., Zajmi, D., & Begolli, I. (2017). Knowledge, Attitudes and Practices of Mothers in Kosova About Complementary Feeding For infant and Children 6-24 months. *Medical archives (Sarajevo, Bosnia and Herzegovina)*. 71(1). 37-41.
- Jannah, A.F & Sodian, J (2019) *Penerapan Edukasi dengan Media Audio Visual dan Modul terhadap Pengetahuan dan*

- Perilaku Ibu Tentang Pemberian MP-ASI*  
<http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/719>
- Kassa,T., Meshesha,B., Haji,Y., & Ebrahim,J. (2016). Appropriate complementary feeding practices and associated factors among mothers of children age 6-23 month in southern Ethiopia. (2015). *BMC Pediatrics*, 16, 131.
- Kemkes. (2016). *Promosi Kesehatan*.  
<https://promkes.kemkes.go.id/promosi-kesehatan>
- Kemenkes. (2017). *Kualitas Manusia Ditentukan Pada 1000 Hari Pertama Kehidupannya*.  
<https://www.kemkes.go.id/article/view/17012300003/kualitas-manusia-ditentukan-pada-1000-hari-pertama-kehidupannya.html>
- Kemenkes. (2018). *Cegah stunting itu penting*. [kesmas.kemkes.go.id](http://kesmas.kemkes.go.id)
- Kemenkes. (2021). *Buku Saku Hasil Studi Status Gizi (SSGI) Tingkat Nasional, Provinsi dan Kabupaten/ Kota Tahun 2021*.  
<https://www.litbang.kemkes.go.id/buku-saku-hasil-studi-status-gizi-indonesia-ssgi-tahun-2021/>
- Kusmiati. (2014). Hubungan pengetahuan pendidikan dan pekerjaan ibu dengan pemberian makanan pendamping ASI pada bayi di puskesmas bahu kecamatan malahkayang kota manado. *Jurnal Ilmiah Bidan*.  
<https://ejurnal.poltekkes-manado.ac.id/index.php/jidan/article/view/320>
- Munianti,Y., & Indrayani. (2019) Penerapan Pendidikan Kesehatan melalui Media Audio Visual untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu tentang Pemberian Makanan Pendamping ASI  
<http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/634>
- Mubarak.,I.W.dkk ( 2015) *Buku Promosi Kesehatan* . Yogyakarta : Graha Ilmu
- Notoatmodjo.,S ( 2011) . *Buku Promosi Kesehatan Teori & Aplikasi* . Jakarta : Rineka Cipta
- Praborini,A., & Wulandari, R.A. (2018). *Anti Stres Menyusui*. Jakarta: Kawah Media.
- Praborini, A., & Febriyanti, D. (2021). *Anti Ribet MPASI*. Jakarta: Trans Media Pustaka.
- Sandy.,D.M (2018) . *Hubungan Tingkat Pngetahuan Ibu Dan Pendidikan Dengan Pemberian Makanan Pendamping Asi*  
<https://jmm.ikestmp.ac.id/index.php/maskermedika/article/view/276>
- Susanti,D.F. (2022). *Mengenal apa itu stunting*.  
[https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/1388/mengenal-apa-itu-stunting](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1388/mengenal-apa-itu-stunting).
- Wicaksono,D. (2016). Pengaruh Media Audiovisual MP-ASI terhadap pengetahuan, sikap & perilaku Ibu Baduta di Puskesmas Kelurahan Johar Baru. *ETHOS*.