

Meningkatkan Pengetahuan Ibu Dalam Pemberian Makanan Tambahan Bayi Usia 6 -12 Bulan di Desa Gunung Tua Tonga Kabupaten Mandailing Natal

Ferika Desi

Akademi Kebidanan Madina Husada, Sumatera Utara, Indonesia

Email : ferikades@gmail.com

INFORMASI ARTIKEL	ABSTRAK
Kata Kunci: Pengetahuan Ibu Makanan Tambahan Bayi	Pengabdian masyarakat bertujuan untuk memberikan edukasi kepada ibu mengenai pentingnya pemberian makanan tambahan yang seimbang dan bergizi bagi bayi usia 6- 12 bulan. Tahapan Pengabdian ini dimulai dari persiapan, pelaksanaan, pelaporan serta dokumentasi. Pengabdian ini dilaksanakan di Desa Gunung Tua Tonga Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal. Melalui kegiatan pengabdian ini diharapkan ibu dapat memahami konsep dasar gizi serta mampu menyusun menu makanan tambahan yang sesuai dengan kebutuhan bayi mereka di Desa Gunung Tua Tonga.
ABSTRACT	
Keywords: Knowledge Mother Supplementary Food Baby	Community service aims to provide education to mothers regarding the importance of providing balanced and nutritious additional food for babies aged 6-12 months. This service stage starts from preparation, implementation, reporting and documentation. This service was carried out in Gunung Tua Tonga Village, Panyabungan District, Mandailing Natal Regency. Through this service activity, it is hoped that mothers will be able to understand the basic concepts of nutrition and be able to prepare additional food menus that suit the needs of their babies in Gunung Tua Tonga Village.
This is an open access article under the CC-BY-SA license.	
	

I. PENDAHULUAN

Pada periode pemberian makanan tambahan bagi bayi usia 6-12 bulan, penting bagi ibu untuk memiliki pengetahuan yang memadai mengenai jenis makanan yang tepat, porsi yang sesuai, dan cara penyajian yang higienis. Sayangnya, masih terdapat kasus di mana ibu kurang memahami pentingnya makanan tambahan yang sehat dan bergizi bagi pertumbuhan optimal bayi mereka. Oleh karena itu, pengabdian masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan ibu sangatlah penting.

Pengetahuan ibu dalam pemberian makanan tambahan untuk bayi usia 6-12 bulan sangat penting karena memberikan dasar yang kuat untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi yang optimal. Selama periode ini, bayi mulai membutuhkan makanan tambahan selain ASI atau susu formula untuk memenuhi kebutuhan nutrisi mereka yang semakin meningkat. Berikut adalah beberapa aspek yang perlu dipahami oleh ibu dalam hal pemberian makanan tambahan untuk bayi usia 6-12 bulan:

1. Kebutuhan Nutrisi: Ibu perlu memahami kebutuhan nutrisi yang spesifik untuk bayi mereka pada usia ini. Ini mencakup pemahaman tentang jenis-jenis nutrisi yang diperlukan, seperti protein, lemak, karbohidrat, vitamin, dan mineral, serta sumber-sumber makanan yang kaya akan nutrisi tersebut.
2. Jenis Makanan yang Tepat: Ibu perlu mengetahui jenis makanan yang cocok untuk diberikan kepada bayi pada usia 6-12 bulan. Pada awalnya, makanan tambahan biasanya diberikan dalam bentuk makanan halus atau lembut, seperti bubur sereal, puree buah-buahan dan sayuran, atau potongan makanan yang dihaluskan.

3. **Introduksi Makanan Alergen:** Ibu perlu diberi informasi tentang kapan dan bagaimana memperkenalkan makanan potensial penyebab alergi, seperti telur, kacang-kacangan, ikan, dan produk susu. Pengenalan makanan alergen harus dilakukan secara hati-hati dan bertahap untuk mengurangi risiko reaksi alergi.
4. **Frekuensi dan Porsi:** Ibu perlu memahami frekuensi dan porsi makanan tambahan yang tepat untuk bayi mereka. Pada awalnya, mungkin hanya diperlukan satu atau dua kali sehari, dengan porsi yang kecil. Seiring dengan pertumbuhan bayi, jumlah dan variasi makanan tambahan dapat ditingkatkan.
5. **Teknik Pemberian Makan:** Ibu juga perlu mempelajari teknik-teknik pemberian makan yang aman dan nyaman untuk bayi mereka. Ini termasuk penggunaan sendok bayi yang tepat, memastikan suhu makanan yang aman, dan memperhatikan tanda-tanda kesiapan bayi untuk menerima makanan tambahan.
6. **Perawatan dan Kebersihan:** Ibu harus mengetahui pentingnya kebersihan dan perawatan dalam persiapan dan penyajian makanan tambahan. Ini termasuk mencuci tangan sebelum menyiapkan makanan, membersihkan peralatan makan bayi dengan benar, dan menyimpan makanan dengan aman.
7. **Konsultasi dengan Ahli Gizi atau Tenaga Kesehatan:** Jika ada kebingungan atau pertanyaan tentang pemberian makanan tambahan, ibu sebaiknya berkonsultasi dengan ahli gizi atau tenaga kesehatan yang berpengalaman. Mereka dapat memberikan saran dan panduan yang sesuai dengan kebutuhan khusus bayi dan situasi keluarga.

Dengan memahami dan menerapkan pengetahuan ini, ibu dapat memastikan bahwa bayi mereka mendapatkan nutrisi yang cukup dan sesuai dengan kebutuhan mereka selama periode penting ini dalam perkembangan mereka.

II. MASALAH

Masih terdapat kasus di mana ibu Di Desa Gunung Tua Tonga Kabupaten Mandailing Natal kurang memahami pentingnya makanan tambahan yang sehat dan bergizi bagi pertumbuhan optimal bayi mereka.



Gambar 1. Foto Bersama dengan Masyarakat

III. METODE

Tahapan kegiatan ini terdiri dari tahap persiapan, pelaksanaan, pelaporan dan dokumentasi. Tahap persiapan meliputi identifikasi masalah yang dilakukan dengan teknik wawancara dan observasi terhadap kepada ibu yang memiliki bayi 6-12 bulan di Desa Gunung Tua Tonga Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal. Tahap pelaksanaan melalui kegiatan penyuluhan kepada ibu tentang pemberian makanan tambahan di usia 6-12 bulan metode yang digunakan dalam kegiatan tersebut adalah ceramah, diskusi, tanya jawab dan demonstrasi. Tahap pelaporan dan dokumentasi dilakukan untuk dokumentasi dilakukan pada saat pelaksanaan penyuluhan setelah kegiatan selesai membuat hasil laporan yang di musyawarahkan di lapangan terbuka Desa Gunung Tua Tonga Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal untuk mendapatkan kesepakatan terhadap hasil kegiatan dan untuk di pergunakan sebagaimana mestinya pada keperluan Desa maupun perguruan Tinggi

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di lapangan terbuka kantor desa Gunung Tua Tonga Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal. Penyuluhan tersebut akan dilaksanakan selama 1 (satu) hari yaitu tanggal 20 September 2020. Pada saat pelaksanaan pengabdian masyarakat sangat antusias

dalam penyerapan materi penyuluhan, sesi tanya jawab sangat aktif. Pada akhir sesi masyarakat antusias berfoto bersama. Hal ini menunjukkan bahwa materi pemberian makanan tambahan yang seimbang dan bergizi bagi bayi usia 6-12 bulan yang bermanfaat pada ibu-ibu di desa Gunung Tua Tonga Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal.

V. KESIMPULAN

Pengabdian masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan ibu dalam pemberian makanan tambahan bagi bayi usia 6-12 bulan adalah langkah penting dalam memastikan kesehatan dan perkembangan optimal anak-anak. Melalui pendidikan, pelatihan, dan dukungan yang tepat, kita dapat memberdayakan ibu untuk memberikan nutrisi terbaik kepada bayi mereka, membentuk generasi yang kuat dan sehat di masa depan.

DAFTAR PUSTAKA

- Makdalena, Makdalena, Et Al. (2023). Pengaruh Pemberian MP-ASI Dini Terhadap Kejadian Konstipasi Bayi Di Klinik Ina Gurky Kabupaten Deli Serdang. *JIDAN: Jurnal Ilmiah Kebidanan* 3.1.
- Nurwiah, Penulis, And H. Taamu. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemberian Mp- Asi Pada Bayi Sebelum Usia 6 Bulan Di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Poasia Kota Kendari. Diss. Poltekkes Kemenkes.
- Ria Fajar Nurhastuti, Risye Endri Purwiyanti. (2023). Gambaran Pengetahuan Ibu Dalam Pemberian Makanan Pendamping ASI Bayi Usia 6-24 Bulan. *Repository Stikes BCM*.
- Rosnidawati, Rosnidawati. (2023). Hubungan Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) Dini dengan Kejadian Konstipasi pada Bayi Usia 2-6 Bulan. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional* 5.4.
- Mufida, Lailina, Tri Dewanti Widyaningsih, And Jaya Mahar Maligan. (2015). Prinsip Dasar Makanan Pendamping Air Susu Ibu (Mp-Asi) Untuk Bayi 6 - “24 Bulan: Kajian Pustaka. *Jurnal Pangan Dan Agroindustri* 3.4.
- Yusri Dianne, S. Sofni, and S. Yorva. (2013). Konstipasi pada anak. *CDK* 40.1