

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI)

1. Definsi MPASI

Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI) adalah makanan atau minuman yang diberikan kepada bayi selain ASI untuk memenuhi kebutuhan gizi mereka. MPASI diberikan mulai usia 6 bulan karena pada usia ini, ASI saja tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan energi dan nutrisi bayi yang terus berkembang. Menurut *World Health Organization (WHO)*, pemberian MPASI yang tepat sangat penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal bayi. MPASI harus mengandung berbagai nutrisi penting seperti protein, vitamin, dan mineral yang diperlukan untuk mendukung kesehatan dan perkembangan bayi (Wardani dan Nadhiroh, 2023)

2. Faktor-Faktor yang mempengaruhi pemberian MPASI

Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan ibu dan praktik pemberian MPASI adalah sebagai berikut (Lubis, 2022):

a. Pendidikan ibu

Tingkat pendidikan ibu berpengaruh terhadap pengetahuan dan praktik pemberian MPASI. Ibu dengan pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang gizi dan kesehatan anak (Lestiarini dan Sulistyorini, 2020)

b. Sumber informasi

Akses terhadap informasi melalui media, petugas kesehatan, dan program edukasi dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang MPASI. Misalnya, ibu yang sering mengikuti program penyuluhan di posyandu atau mendapatkan informasi dari petugas kesehatan cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang MPASI (Lestiarini dan Sulistyorini, 2020).

c. Sosial ekonomi

Status sosial ekonomi keluarga juga mempengaruhi kemampuan ibu dalam menyediakan makanan yang bergizi untuk anak mereka. Keluarga dengan status ekonomi yang lebih tinggi cenderung memiliki akses yang lebih baik terhadap makanan bergizi dan informasi tentang gizi anak (Lestiarini dan Sulistyorini, 2020).

d. Budaya dan kebiasaan

Budaya dan kebiasaan setempat juga mempengaruhi praktik pemberian MPASI. Misalnya, beberapa budaya mungkin memiliki kebiasaan tertentu dalam pemberian makanan kepada bayi yang dapat mempengaruhi kualitas dan variasi MPASI (Lestiarini dan Sulistyorini, 2020).

e. Dukungan keluarga

Dukungan dari anggota keluarga, terutama suami dan orang tua, sangat penting dalam praktik pemberian MPASI. Ibu yang mendapatkan dukungan dari keluarga cenderung lebih termotivasi untuk memberikan MPASI yang baik kepada anak mereka (Lestiarini dan Sulistyorini, 2020).

3. Prinsip Pemberian MPASI

Pemberian MPASI harus memperhatikan beberapa prinsip penting untuk memastikan bayi mendapatkan nutrisi yang cukup dan aman (Lestiarini dan Sulistyorini, 2020):

a. Tepat waktu

Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI) diberikan saat bayi berusia 6 bulan. Pada usia ini, sistem pencernaan bayi sudah cukup matang untuk mencerna makanan selain ASI (Lestiarini dan Sulistyorini, 2020).

b. Adekuat

Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI) harus memenuhi kebutuhan gizi bayi, termasuk energi, protein, vitamin, dan mineral. Makanan yang diberikan harus bervariasi untuk memastikan asupan nutrisi yang seimbang (Lestiarini dan Sulistyorini, 2020).

c. Keragaman

Proporsi jumlah anak mendapatkan makanan lebih dari atau sama dengan empat jenis pangan dari kelompok pangan yang berbeda, yang meliputi

- 1) Karbohidrat, yang terdiri dari : jagung, nasi, kentang, umbi-umbian, sereal.
- 2) Protein, yang terdiri dari : telur, daging, susu, ikan, kacang-kacangan.
- 3) Lemak, yang terdiri dari : alpukat, keju, coklat, lemak ikan, biji chia, minyak zaitun, minyak kelapa, lemak hewani, dan mentega.
- 4) Mineral, Mineral didapat dari makanan seperti garam dapur, kecap, susu dan produk olahan susu, kuning telur, kacang-kacangan, biji-bijian, sayuran hijau.

5) Vitamin, Vitamin bisa didapatkan dari susu, susu kedelai, jamur, kentang, brokoli, daging, ikan, jeruk, paprika, tomat, pisang, bayam, wortel, ubi, asparagus, biji-bijiann, sayur-sayuran, dan buah-buahan

d. Diberikan dengan cara yang benar

Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI) diberikan dengan frekuensi, jumlah, dan tekstur yang sesuai dengan usia bayi. Pada usia 6-8 bulan, makanan diberikan dalam bentuk bubur kental atau makanan lumat sebanyak 2-3 kali sehari sebagai menu utama dan 1-2 kali sehari sebagai makanan selingan. Pada usia 9-11 bulan, makanan diberikan dalam bentuk yang dicincang halus atau makanan yang dapat dipegang bayi sebanyak 3-4 kali sehari sebagai menu utama dan 1-2 kali sehari sebagai makanan selingan. Pada usia 12-23 bulan, makanan keluarga diberikan sebanyak 3-4 kali sehari sebagai menu utama dan 1-2 kali sehari sebagai makanan selingan (Lestiarini dan Sulistyorini, 2020).

B. Pengetahuan Ibu Tentang MPASI

1. Definisi pengetahuan ibu tentang MPASI

Pengetahuan ibu tentang MPASI sangat penting dalam praktik pemberian MPASI yang tepat. Pengetahuan ini mencakup informasi tentang jenis makanan yang sesuai, cara penyajian yang higienis, dan frekuensi pemberian makanan. Ibu yang memiliki pengetahuan yang baik tentang MPASI cenderung lebih mampu memberikan makanan yang sesuai dengan kebutuhan gizi anak mereka (Yuliani dkk., 2022).

Penelitian menunjukkan bahwa edukasi dan penyuluhan tentang MPASI dapat meningkatkan pengetahuan ibu dan berdampak positif pada praktik pemberian MPASI. Misalnya, program edukasi yang melibatkan ibu dalam

kegiatan posyandu atau kelompok pendukung ASI dapat membantu meningkatkan pemahaman mereka tentang pentingnya MPASI dan cara pemberian yang benar. Selain itu, akses terhadap informasi melalui media cetak dan elektronik juga berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang MPASI (Yuliani dkk., 2022).

a. Macam tingkat pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindera manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Menurut Notoatmodjo (dalam Alini, 2021), pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif mempunyai 6 tingkatan yaitu:

1) Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) terhadap suatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima.

2) Memahami (*Comprehension*)

Diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan, dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.

3) Aplikasi (*Application*)

Diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi kondisi *real* (sebenarnya). Aplikasi disini dapat diartikan aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

4) Analisis (*Analysis*)

Adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih dalam suatu struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata-kata kerja: dapat menggambarkan, membedakan, memisahkan, mengelompokkan dan sebagainya

5) Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis merupakan pada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis itu suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada.

6) Evaluasi (*Evaluation*)

Berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaianpenilaian ini berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada.

b. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan

1) Faktor internal

a) Pendidikan

Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang terhadap perkembangan orang lain menuju kearah cita-cita tertentu yang menentukan manusia untuk berbuat dan mengisi kehidupan untuk mencapai keselamatan dan kebahagiaan. Pendidikan diperlukan untuk mendapat informasi misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku seseorang akan pola hidup terutama dalam memotivasi untuk sikap berperan serta dalam pembangunan pada umumnya makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi (Hendrawan dan Hendrawan, 2020).

b) Pekerjaan

Pekerjaan adalah kebutuhan yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarga. Pekerjaan bukanlah sumber kesenangan, tetapi lebih banyak merupakan cara mencari nafkah yang membosankan, berulang dan banyak tantangan. Sedangkan bekerja umumnya merupakan kegiatan yang menyita waktu. Bekerja bagi ibu-ibu akan mempunyai pengaruh terhadap kehidupan keluarga (Hendrawan dan Hendrawan, 2020).

c) Usia

Usia adalah umur individu yang dihitung mulai saat dilahirkan sampai berulang tahun. Semakin cukup umur, tingkat matang dan kekuatan seseorang akan lebih mumpuni dalam berfikir dan bekerja. Dari segi kepercayaan masyarakat seseorang yang lebih tua dapat dipercaya dari orang yang belum tinggi

kedewasaannya. Hal ini merupakan bukti pengalaman dan kematangan jiwa (Hendrawan dan Hendrawan, 2020).

2) Faktor eksternal

a) Faktor lingkungan

Menurut Ann. Mariner yang dikutip Nursalam dalam Hendrawan (2020) lingkungan merupakan seluruh kondisi yang ada disekitar manusia dan pengaruhnya yang dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku orang atau kelompok.

b) Sosial dan budaya

Sistem sosial budaya yang ada pada masyarakat dapat mempengaruhi dari sikap dalam menerima informasi.

c. Pengukuran tingkat pengetahuan

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden. Kedalaman pengetahuan yang ingin diketahui atau diukur dapat disesuaikan dengan tingkat diatas. Pengetahuan seseorang dapat diketahui dan diinterpretasikan dengan skala yang bersifat kualitatif, yaitu menurut Arikunto (dalam Hendrawan, 2020):

1) Baik (Hasil persentase 76 – 100%)

2) Cukup (Hasil persentase 56 – 75%)

3) Kurang (Hasil persentase <56%)

C. Praktik Pemberian MPASI

1. Definisi praktik pemberian MPASI

Praktik pemberian MPASI melibatkan bagaimana ibu menerapkan pengetahuan mereka dalam memberikan makanan kepada bayi. Praktik ini mencakup pemilihan jenis makanan, cara penyajian, dan frekuensi pemberian makanan. Praktik yang baik akan membantu memastikan bahwa bayi mendapatkan nutrisi yang cukup dan seimbang untuk pertumbuhan dan perkembangan mereka (Nurkomala dkk., 2018).

Penelitian menunjukkan bahwa praktik pemberian MPASI yang tepat dapat mencegah masalah gizi seperti stunting dan wasting pada anak. Misalnya, pemberian MPASI yang bervariasi dan mencakup semua kelompok makanan utama (karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral) sangat penting untuk mendukung pertumbuhan optimal. Selain itu, cara penyajian yang higienis dan frekuensi pemberian yang sesuai dengan usia bayi juga berperan penting dalam memastikan bayi mendapatkan asupan nutrisi yang cukup (Nurkomala dkk., 2018).

a. Persiapan praktik pemberian MP-ASI

Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam penyiapan MP-ASI menurut (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024) antara lain:

- 1) *Higiene* dan sanitasi
- 2) Memilih bahan makanan yang mengandung karbohidrat, protein hewani, protein nabati, lemak, vitamin dan mineral terutama zat besi dan seng.
- 3) Pemberian sejumlah minyak/lemak sebagai sumber energi yang efisien (menjadikan MP-ASI padat gizi tanpa menambahkan jumlah MP-ASI yang diberikan).

- 4) Tekstur mempertimbangkan kemampuan oromotor (pergerakan otot rongga mulut).
- 5) Penggunaan gula dan garam dibatasi sebagai berikut:
 - a) Jumlah gula <5% dari total kalori per hari (10-27,5 kkal/1,3-3,6 gr = 1/4 – 2/3 sendok teh) untuk anak usia dibawah 2 tahun
 - b) Jumlah garam <1 gram/hari (<400 mg Natrium) untuk anak usia 0-12 bulan dan <2 gram/hari (<800 mg Natrium) untuk anak usia 1-3 tahun atau setara dengan 1-2 ujung sendok teh)

b. Permasalahan pada praktik pemberian MPASI

1) Makanan Pendamping Air Susu Ibu dini

Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI) dini adalah MP-ASI yang diberikan sebelum usia 6 bulan. Adapun dampak yang terjadi apabila memberikan MPASI sebelum usia 6 bulan dapat meningkatkan risiko penyakit infeksi, asupan zat gizi yang rendah dan bayi akan sulit untuk mencerna makanan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024).

2) Makanan Pendamping Air Susu Ibu terlambat

Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI) terlambat ialah MP-ASI yang diberikan setelah usia 6 bulan. Adapun dampak yang terjadi apabila MPASI diberikan setelah usia 6 bulan, yaitu kebutuhan gizi makro dan mikro anak tidak tercukupi, kehilangan kesempatan untuk memberikan stimulasi otot rongga mulut, lidah, yang berhubungan dengan keterampilan makan, meningkatkan risiko terjadinya alergi makanan dan risiko mengalami masalah makan dikemudian hari (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024).

3) Pemberian MPASI tidak sesuai rekomendasi

Pemberian MPASI sesuai rekomendasi ialah dimana bentuk makanan (tekstur/konsistensi), jumlah, frekuensi, variasi tidak sesuai (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024).

c. Pengukuran praktik pemberian MPASI

Berdasarkan indikator terkini untuk menilai keberhasilan praktik pemberian makan bayi dan anak (PMBA) yang direkomendasikan oleh WHO/UNICEF, 9 dari 17 indikator merupakan indikator terkait prakti MP-ASI. Berikut ini merupakan penjelasan detail untuk setiap indikator praktik MP-ASI (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024).

Berikut merupakan sembilan indikator keberhasilan praktik MP-ASI:

- 1) Pengenalan makanan solid, semi solid, lunak pada usia 6-8 bulan
- 2) Minimum keragaman makanan pada usia 6-23 bulan
- 3) Minimum frekuensi makan pada usia 6-23 bulan
- 4) Minimum frekuensi minum susu pada anak non ASI pada usia 6-23 bulan
- 5) Minimum *acceptable* diet pada usia 6-23 bulan
- 6) Konsumsi telur, ikan, atau daging pada usia 6-23 bulan
- 7) Konsumsi minuman manis pada usia 6-23 bulan
- 8) Konsumsi makanan tidak sehat pada usia 6-23 bulan
- 9) Tidak mengonsumsi buah atau sayuran pada usia 6-23 bulan

Praktik pemberian MP-ASI. Indikator kualitas praktik pemberian makanan pada anak usia dini yang direkomendasikan oleh WHO dan UNICEF, yaitu kesesuaian waktu pemberian MP-ASI (*timely introduction complementary feeding*), frekuensi makan (*minimum meal frequency*), keragaman (*minimum*

dietary diversity), dan pemberian MP-ASI yang adekuat (*minimum acceptable diet*).

1. Indikator pertama, pengenalan MP-ASI tepat waktu (*timely introduction of complementary feeding*) yaitu persentase anak usia 6-23 bulan dengan pemberian MP-ASI semi padat dan padat tepat pada usia 6 bulan.
2. Indikator kedua, frekuensi konsumsi makanan (*minimum meal frequency*) yaitu proporsi anak usia 6-23 bulan yang mendapatkan makanan dengan frekuensi sesuai umur. Frekuensi makan bagi bayi yang masih diberikan ASI yaitu 2 kali/hari atau lebih untuk usia 6-8 bulan dan 3 kali/hari atau lebih untuk anak usia 9-23 bulan sedangkan anak usia 6-23 bulan yang tidak diberi ASI, minimal 4 kali/hari atau lebih.
3. Indikator ketiga, keragaman (*minimum dietary diversity*) yaitu proporsi jumlah anak mendapatkan makanan lebih dari atau sama dengan empat jenis pangan dari kelompok pangan yang berbeda, yang meliputi 1) sereal dan umbi-umbian; 2) legum dan kacang-kacangan; 3) *dairy products* (susu, yoghurt, dan keju); 4) *fresh foods* (daging, ikan, unggas, dan hati/organ meats); 5) telur; 6) buah dan sayuran kaya provitamin A; 7) buah dan sayuran lainnya
4. Indikator keempat, pemberian MP-ASI yang adekuat (*minimum acceptable diet*). Proporsi anak usia 6-23 bulan yang mendapatkan makanan dengan frekuensi sesuai umur dan beragam.

Praktik MP-ASI yang tepat (*appropriate complementary feeding*). Proporsi jumlah anak usia 6-23 bulan yang memenuhi kriteria dari empat variabel, yaitu pemberian MP-ASI tepat waktu, frekuensi sesuai, beragam, dan memenuhi kriteria

minimum acceptable diet disebut praktik pemberian MP-ASI tepat sedangkan jika satu variabel saja tidak sesuai maka dikategorikan tidak tepat (Ahmad dkk., 2019b).

D. Hubungan Pengetahuan Dan Praktik Pemberian MPASI

Pengetahuan ibu tentang MPASI memiliki hubungan yang signifikan dengan praktik pemberian MPASI. Ibu yang memiliki pengetahuan yang baik tentang MPASI cenderung lebih mampu menerapkan praktik pemberian makanan yang sesuai. Penelitian menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan ibu tentang MPASI dapat meningkatkan kualitas praktik pemberian MPASI, yang pada gilirannya dapat meningkatkan status gizi anak (Ni'mah dan Sukendra, 2023).

Ibu yang memahami pentingnya memberikan MPASI yang bervariasi dan bergizi cenderung lebih sering memberikan makanan yang kaya akan nutrisi kepada anak mereka. Selain itu, ibu yang memiliki pengetahuan tentang cara penyajian yang higienis dan frekuensi pemberian yang tepat juga lebih mungkin untuk menerapkan praktik pemberian MPASI yang baik. Oleh karena itu, program edukasi dan penyuluhan tentang MPASI sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan ibu dan mendorong praktik pemberian MPASI yang baik (Ni'mah dan Sukendra, 2023).