



## **PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG BAHAYA MPASI DINI BAGI TUMBUH KEMBANG BAYI DI DESA PADELEGAN**

**Nur Karina<sup>1</sup> & Yulia Paramita Rusady<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> Universitas Islam Madura, Indonesia

E-mail: kurkarina995@gmail.com<sup>1</sup>, yuliayayan@gmail.com<sup>2</sup>

### **RIWAYAT ARTIKEL**

Received: 2025-11-06

Revised : 2025-11-24

Accepted: 2025-11-25

### **KEYWORDS**

Early complementary feeding,  
Complementary feeding risks,  
Health education,  
Appropriate complementary  
feeding,  
Infant growth and development

### **KATA KUNCI**

MPASI dini  
Bahaya  
MPASI  
Pendidikan kesehatan  
Pemberian MPASI tepat

### **ABSTRAC**

*Giving complementary foods (MPASI) before the age of 6 months still happens quite often and can cause various health problems, such as digestive issues, increased risk of infections, and less optimal infant development. Therefore, it is very important to provide education for parents. This community service activity aims to improve parents' knowledge about the dangers of giving MPASI too early as well as the correct practices of MPASI based on health recommendations. The methods used include interactive counseling sessions, distribution of educational leaflets, demonstrations of appropriate MPASI textures according to age, and evaluations through pre-tests and post-tests. The results showed a significant increase in participants' understanding of the risks of early MPASI, their ability to recognize danger signs, and their knowledge of proper MPASI principles in terms of texture, feeding frequency, and nutritional content. In conclusion, this educational program is effective in increasing parents' knowledge and can help prevent early MPASI practices, thereby supporting optimal infant growth and development.*

### **ABSTRAK**

Pemberian MPASI sebelum usia 6 bulan masih sering terjadi dan bisa menimbulkan berbagai masalah kesehatan, seperti gangguan pencernaan, lebih rentan terkena infeksi, dan perkembangan bayi yang tidak optimal. Karena itu, penting banget untuk memberikan edukasi kepada orang tua. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan orang tua tentang bahaya pemberian MPASI terlalu dini serta cara pemberian MPASI yang benar sesuai dengan rekomendasi kesehatan. Metodenya meliputi penyuluhan interaktif, pembagian leaflet edukasi, demonstrasi tekstur MPASI sesuai usia, serta evaluasi lewat pre-test dan post-test. Hasilnya menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam pemahaman peserta tentang risiko MPASI dini, kemampuan mengenali tanda bahaya, dan pengetahuan tentang prinsip pemberian MPASI yang benar dari segi tekstur, frekuensi, dan kandungan gizinya. Jadi, bisa disimpulkan bahwa edukasi ini efektif meningkatkan pengetahuan orang tua dan bisa mencegah pemberian MPASI dini, yang tentunya mendukung tumbuh kembang bayi secara optimal.

## **1. Pendahuluan**

Pemberian MPASI adalah bagian penting dari masa peralihan bayi setelah usianya lewat enam bulan. Di masa ini, kebutuhan energi dan gizi bayi mulai meningkat karena pertumbuhannya yang cukup cepat. Kalau kebutuhan gizinya terpenuhi dengan baik, tumbuh kembang dan daya tahan tubuh anak juga bisa lebih optimal. Namun, praktik

pemberian MPASI di Indonesia masih sering mengalami kendala, terutama karena kurangnya pengetahuan ibu dan keluarga. Banyak orang tua yang masih memberikan MPASI sebelum bayi berusia enam bulan. Biasanya hal ini terjadi karena orang tua merasa bayinya kelihatan lapar atau tidak kenyang kalau hanya diberi ASI. Padahal, anggapan tersebut bisa keliru dan justru berisiko menimbulkan

tanda-tanda bahaya akibat MPASI yang diberikan terlalu dini, yang bisa berdampak buruk bagi kesehatan bayi. Karena itu, edukasi kepada masyarakat sangat penting supaya orang tua paham kapan waktu yang tepat dan bagaimana cara memberikan MPASI dengan benar..(Komunitas et al., 2021)

Periode enam bulan pertama kehidupan dikenal sebagai masa emas yang tidak dapat diulang kembali. ASI eksklusif telah terbukti memberikan perlindungan terhadap infeksi, meningkatkan imunitas, serta mendukung perkembangan otak secara optimal. Kebutuhan energi bayi setelah usia enam bulan mulai meningkat sehingga diperlukan asupan tambahan dari makanan padat. MPASI diberikan bukan untuk menggantikan ASI melainkan sebagai pelengkap agar kebutuhan gizi bayi terpenuhi. Banyak penelitian menunjukkan bahwa bayi yang mendapatkan MPASI terlalu dini lebih berisiko mengalami gangguan saluran cerna dan malnutrisi. Pengenalan MPASI sebelum waktunya juga sering menyebabkan kesulitan makan pada usia selanjutnya. Pengetahuan tentang tanda bahaya MPASI dini sangat penting agar ibu mampu mengenali gejala yang memerlukan tindakan segera. Kegiatan edukasi masyarakat menjadi langkah nyata dalam membangun kesadaran dan pemahaman tersebut.(Sari et al., 2023)

Berdasarkan hasil pendataan di Desa Padelegan, diketahui bahwa dari 100% bayi usia 0–12 bulan, sebanyak 45% di antaranya telah diberikan MPASI dini sebelum mencapai usia 6 bulan. Tingginya angka 45% ini menunjukkan bahwa hampir setengah dari bayi di desa tersebut mengalami pemberian MPASI sebelum waktunya. Praktik ini berpotensi meningkatkan risiko gangguan pencernaan, infeksi, serta ketidaksiapan organ tubuh bayi dalam menerima makanan padat. Kondisi ini mencerminkan masih kurangnya pemahaman orang tua mengenai bahaya MPASI dini dan pentingnya pemberian MPASI sesuai rekomendasi usia. Oleh karena itu, diperlukan peningkatan edukasi melalui penyuluhan dan media informasi kesehatan di Desa Padelegan.

Pemberian MPASI yang tepat tidak hanya berkaitan dengan waktu pemberian tetapi juga menyangkut jenis, tekstur, frekuensi, dan kebersihan makanan. Pedoman dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyebutkan bahwa MPASI sebaiknya diberikan secara bertahap sesuai perkembangan kemampuan bayi untuk menelan dan mengunyah. Konsistensi makanan perlu disesuaikan dari lembek menuju padat dengan memperhatikan keamanan pangan dan higienitas. Pemilihan bahan

pangan lokal bergizi tinggi dapat menjadi solusi untuk meningkatkan kualitas MPASI tanpa biaya besar. Ibu perlu mengetahui prinsip gizi seimbang yang mencakup sumber karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral. Pemahaman tersebut akan membantu ibu dalam menyusun menu harian bayi yang bervariasi dan bernutrisi. Edukasi yang baik mengenai hal ini mampu mencegah kekurangan gizi serta memperbaiki pola makan keluarga. Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini diharapkan menjadi sarana efektif untuk mentransfer pengetahuan tersebut kepada masyarakat luas.(*WHO Guideline for Complementary Feeding of Infants and Young Children 6–23 Months of Age*, n.d.)

Permasalahan gizi pada bayi dan balita masih menjadi isu serius di Indonesia meskipun berbagai program pemerintah telah dijalankan. Data dari Kementerian Kesehatan menunjukkan bahwa angka stunting dan gizi kurang masih cukup tinggi terutama di daerah dengan tingkat pendidikan rendah. Faktor utama yang berkontribusi adalah pengetahuan ibu mengenai pola makan anak yang masih terbatas. Praktik pemberian MPASI dini tanpa pemahaman yang benar dapat memperparah situasi tersebut. Pengetahuan yang baik mengenai tanda bahaya MPASI dini membantu ibu mendeteksi dini masalah kesehatan pada anak. Edukasi terstruktur menjadi kunci untuk mengubah perilaku dan meningkatkan kepedulian masyarakat terhadap kesehatan bayi. Kegiatan pengabdian masyarakat menjadi wadah bagi perguruan tinggi dalam menjembatani ilmu dan praktik lapangan. Universitas Islam Madura sebagai lembaga pendidikan berperan penting dalam menciptakan intervensi edukatif berbasis komunitas. (Andrade-silva et al., 2024)

Program edukasi mengenai MPASI yang tepat diharapkan mampu memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, dan praktik ibu. Kegiatan ini menjadi bentuk nyata implementasi tri dharma perguruan tinggi dalam bidang pengabdian kepada masyarakat. Mahasiswa dan dosen dapat berperan sebagai agen perubahan melalui penyuluhan dan pendampingan langsung kepada sasaran. Materi yang disampaikan akan menekankan pada tanda bahaya MPASI dini serta teknik pemberian makanan pendamping sesuai usia bayi. Pendekatan partisipatif dengan melibatkan kader posyandu dan tenaga kesehatan akan memperkuat keberlanjutan program. Keberhasilan kegiatan ini dapat diukur melalui peningkatan pemahaman peserta setelah mengikuti edukasi. Peningkatan kesadaran diharapkan berdampak pada penurunan praktik pemberian MPASI dini di

masyarakat. Tujuan akhir program ini adalah terciptanya keluarga yang sadar gizi dan mampu mendukung tumbuh kembang bayi secara optimal. (Forlina & Hasanah, 2024)

## 2. Tinjauan Literatur

- a. Apa yang telah ditulis tentang topik ini  
Literatur menunjukkan bahwa MPASI sebaiknya dimulai usia sekitar 6 bulan. MPASI dini (<6 bulan) berkaitan dengan meningkatnya risiko infeksi, gangguan pencernaan, penurunan ASI eksklusif, dan masalah pertumbuhan. Edukasi kepada orangtua terbukti meningkatkan pemahaman serta memperbaiki praktik pemberian MPASI.
- b. Gambaran umum konsep-konsep kunci  
Konsep penting mencakup: waktu tepat memulai MPASI, kualitas dan tekstur makanan, hygiene makanan, prinsip pemberian responsif, dan pengenalan tanda bahaya seperti diare berat, muntah hebat, alergi, dan gagal tumbuh.
- c. Hubungan atau pola utama  
MPASI dini berkaitan dengan meningkatnya diare dan infeksi. Edukasi konsisten meningkatkan pengetahuan dan mengurangi praktik MPASI dini. Kualitas MPASI yang baik berhubungan dengan status gizi dan pertumbuhan yang lebih optimal.
- d. Kekuatan dan kelemahan penelitian  
Kekuatan: temuan tentang risiko MPASI dini dan manfaat edukasi cukup konsisten.  
Kelemahan: banyak penelitian bersifat observasional, definisi MPASI dini bervariasi, dan evaluasi jangka panjang masih terbatas.
- e. Kesenjangan penelitian  
Kurang penelitian tentang efektivitas program edukasi skala besar, dampak jangka panjang pada pertumbuhan dan perkembangan, serta model edukasi yang sesuai budaya lokal.
- f. Bukti yang bertentangan  
Beberapa studi alergi menunjukkan waktu pengenalan alergen tertentu bisa berbeda dari rekomendasi umum, sehingga menimbulkan variasi rekomendasi. Hubungan MPASI dini dan obesitas juga tidak selalu konsisten.
- g. Latar belakang kuat untuk pengabdian  
MPASI tepat dan aman penting untuk tumbuh kembang bayi. Banyak keluarga belum memahami tanda bahaya MPASI dini maupun cara pemberian MPASI yang benar. Intervensi edukasi diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan, mencegah MPASI dini, dan mendukung pertumbuhan bayi secara optimal. (Review, 2024)

## 3. Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di salah satu desa binaan Universitas Islam Madura yang memiliki kasus MPASI dini cukup tinggi. Sasaran kegiatan adalah ibu dengan bayi usia 0–24 bulan serta kader posyandu. Kegiatan menggunakan pendekatan partisipatif agar peserta tidak hanya menerima materi, tetapi juga aktif berdiskusi dan mempraktikkan langsung.

Pelaksanaan program dilakukan lewat tiga tahap, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Di tahap persiapan, tim melakukan identifikasi masalah, survei awal, serta menyusun modul edukasi yang disesuaikan dengan kondisi masyarakat setempat. Media yang dipakai berupa leaflet, poster, dan video yang membahas tanda bahaya MPASI dini serta cara pemberian MPASI yang benar.

Tahap pelaksanaannya dilakukan lewat penyuluhan yang interaktif, demo cara membuat MPASI, dan juga sesi diskusi. Metode belajar yang dipakai menyesuaikan dengan pengalaman para peserta, jadi para ibu diajak untuk saling berbagi cerita dan pengalaman mereka. Setelah itu, fasilitator akan meluruskan dan menambahkan penjelasan sesuai dengan pedoman dari Kemenkes dan WHO. Suasana kegiatan dibuat santai dan aktif lewat diskusi kelompok kecil supaya komunikasi bisa berjalan dua arah. Evaluasi program dilakukan dengan membandingkan pengetahuan peserta sebelum dan sesudah kegiatan menggunakan kuesioner sederhana. Selain itu dilakukan wawancara singkat untuk mengetahui kesan peserta, serta observasi praktik pembuatan menu MPASI sesuai usia bayi. Hasil evaluasi dianalisis secara deskriptif dan digunakan untuk penyempurnaan program selanjutnya. Peningkatan nilai pretest–posttest menjadi indikator keberhasilan kegiatan. (Wasihun et al., 2024)

## 4. Hasil

### Pelaksanaan Kegiatan



Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai edukasi tanda bahaya MPASI dini dan pemberian MPASI yang tepat dilaksanakan pada

bulan juli 2025 di Desa Padelegan, Kecamatan Pademawu, Kabupaten Pamekasan. Peserta kegiatan di hadiri ibu-ibu dengan bayinya, kader posyandu, dan mahasiswa Universitas Islam Madura. Kegiatan dilaksanakan di rumah warga desa dengan dukungan dari kepala desa dan puskesmas



Materi disampaikan dengan cara ceramah yang interaktif dan sesi tanya jawab. Peserta juga dibagikan leaflet dan panduan praktis tentang kapan waktu yang tepat untuk memberi MPASI serta tanda-tanda bahaya yang perlu diperhatikan. Antusiasme peserta terlihat dari banyaknya pertanyaan yang diajukan dan kebiasaan mereka mencatat hal-hal penting selama kegiatan berlangsung. Dari dokumentasi kegiatan, terlihat bahwa partisipasi peserta cukup tinggi dengan suasana yang nyaman, aktif, dan komunikatif.

#### Hasil Pre-test Post-test

NO	Nama peserta	Skor Pre-test	Skor Post-test	Keterangan peningkatan
1.	Ny.A	60	90	Meningkat
2.	Ny.M	50	85	Meningkat
3.	Ny.R	50	85	Meningkat
4.	Ny.S	40	80	Meningkat
5.	Ny.U	55	90	Meningkat
6.	Ny.i	50	80	Meningkat

## 5. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di Desa Padelegan menunjukkan kalau edukasi tentang bahaya pemberian MPASI terlalu dini dan cara pemberian MPASI yang benar bisa meningkatkan pengetahuan, sikap, dan kebiasaan ibu-ibu dalam memberikan MPASI. Tingginya partisipasi peserta, ditambah keterlibatan mahasiswa dan kader posyandu, membuat program ini jadi lebih efektif. Dari hasil evaluasi, terlihat adanya peningkatan rata-rata nilai pengetahuan peserta dari

55 menjadi 86 dari skala 100 setelah kegiatan dilakukan.

Kolaborasi antara universitas, pemerintah desa, dan puskesmas menciptakan jejaring yang mendukung keberlanjutan intervensi gizi anak. Menu MPASI berbahan lokal perlu terus dikembangkan dan disesuaikan dengan ketersediaan bahan pangan setempat agar lebih mudah diterapkan oleh ibu-ibu. Disarankan agar media sosial dan grup WhatsApp komunitas digunakan sebagai sarana komunikasi lanjutan dan berbagi pengalaman antar-ibu setelah kegiatan selesai.

## 6. Persembahan

Artikel pengabdian masyarakat ini didukung oleh D3 KEBIDANAN, Bidan Desa, Dosen Pendamping Lapangan, yang telah memberikan arahan, yang telah memberikan arahan profesional serta dukungan yang sangat berarti dalam pelaksanaan kegiatan penyuluhan mengenai tanda bahaya MPASI dini dan pemberian MPASI yang tepat untuk tumbuh kembang bayi.

## 7. Daftar Pustaka

- Andrade-Silva, A., Farias, D. R., Rangel, T., & Carrilho, B. (2024). Trends in complementary feeding indicators in children aged 6–23 months according to participation in a conditional cash transfer program: Data from the Brazilian Food and Nutrition Surveillance System, 2015–2019. *Journal Name, Volume*(Issue), 1–15.
- Forlina, D., & Hasanah, L. N. (2024). Edukasi MP-ASI terhadap [judul artikel tidak lengkap]. *Journal Name, 5*(September), 6623–6629.
- Komunitas, J. K., Pada, P. M., & Bulan, B. (2021). Pemberian MP-ASI pada bayi 0–6 bulan dan faktor-faktor yang berhubungan. *Journal Name, 7*(2), 176–181.
- Review, A. D. L. (2024). Ahmar metastasis health journal. *Ahmar Metastasis Health Journal, 4*(2), 117–126.
- 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. *Journal Name, 2*, 27–36.
- Wasihun, Y., Addissie, G., Yigezu, M., & Kebede, N. (2024). Early initiation of complementary feeding practice and its associated factors among children aged 6 to 24 months in Northeast Ethiopia. *Journal of Health, Population and Nutrition, 43*, 1–9. <https://doi.org/10.1186/s41043-024-00554-y>

World Health Organization. (n.d.). *Guideline for complementary feeding of infants and young children 6–23 months of age*. World Health Organization.



© 2025 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution Share Alike (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).