

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Makanan Pendamping ASI (MP-ASI)

1. Pengertian MP-ASI

Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) adalah makanan yang mengandung zat gizi yang diberikan kepada anak usia 6-24 bulan agar memenuhi kebutuhan gizi selain ASI. MP-ASI merupakan makanan peralihan dari ASI ke pola makanan keluarga. Pengenalan dan pemberian MP-ASI sebaiknya dilakukan secara bertahap baik bentuk maupun jumlahnya sesuai kemampuan bayi. Pemberian MP-ASI yang cukup dengan kualitas dan kuantitas penting untuk pertumbuhan fisik dan perkembangan kecerdasan anak yang sangat pesat pada periode perkembangan bayi, namun kebersihan juga sangat penting dalam pemberian MP-ASI. Sanitasi dan higienitas yang rendah memudahkan terjadinya kontaminasi bakteri yang dapat meningkatkan resiko terjadinya infeksi lain pada bayi (Nababan dan Widyaningsih 2018).

2. Tujuan Pemberian MP-ASI

Adapun tujuan dari pemberian MP-ASI adalah untuk membiasakan dan melatih bayi dengan mengonsumsi makanan yang mengandung nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuhnya seiring dengan pertumbuhannya, Selain itu MP-ASI juga membantu bayi mengembangkan kemampuannya dalam mengunyah dan menelan makanan (Nurhastuti dan Purwiyanti 2023).

3. Manfaat MP-ASI

Manfaat MP-ASI adalah untuk menambah energi dan zat gizi yang diperlukan bayi karena ASI saja tidak dapat mencukupi kebutuhan bayi secara terus menerus. Pertumbuhan dan perkembangan anak yang normal dapat diketahui dengan cara melihat kondisi penambahan berat badan seorang anak, jika anak tidak mengalami peningkatan maka menunjukkan bahwa kebutuhan energi pada anak tidak terpenuhi.

4. Persyaratan MP-ASI

Makanan pendamping ASI (MP-ASI) diberikan sejak bayi berusia 6 bulan. Makanan ini diberikan karena ASI saja sudah tidak mampu lagi memenuhi nutrisi pada bayi untuk pertumbuhan dan perkembangannya. MP-ASI harus bergizi dengan kandungan serat kasar dan komponen lain yang tidak dapat dicerna, karena terlalu banyak serat mengganggu proses pencernaan dan penyerapan nutrisi. Selain itu juga tidak boleh bersifat kamba, karena membuat bayi lebih cepat kenyang (Mufida et al. 2015).

5. Waktu Pemberian MP-ASI

Menurut (Purnama dan Sulami 2022) MP-ASI yang baik adalah memenuhi persyaratan yang tepat waktu, bergizi lengkap, cukup dan seimbang. Pada usia 6 bulan bayi sudah harus mulai diberikan makanan tambahan pendamping ASI sebab pada masa ini bayi sudah memiliki refleks mengunyah dan daya cerna yang lebih kuat, selain itu dalam memberikan makanan pada bayi perlu memperhatikan ketepatan waktu pemberian, frekuensi, jenis, dan jumlah bahan makanan dan cara pembuatannya.

Jika bayi berusia 6 bulan, kemungkinan besar bayi menunjukkan tanda-tanda siap makan, Disaat inilah ibu dapat memperkenalkan MP-ASI. Sebelum saat itu tiba, ASI sudah menyediakan semua kalori dan nutrisi yang dibutuhkan.

Bayi akan memberikan tanda-tanda yang jelas ketika bayi sudah siap menerima makanan padat seperti :

- 1) Jika bayi didudukkan kepalanya sudah tegak.
- 2) Bayi mulai meraih makanan dan memasukkannya ke dalam mulut.
- 3) Jika diberikan makanan lumat bayi tidak mengeluarkan makanan dengan lidahnya.

6. Pola Pemberian MP-ASI

Menurut (World Health Organization, World Bank Group et al. 2014) pola pemberian ASI dan MP-ASI untuk bayi adalah sebagai berikut :

Tabel 1. Pola Pemberian ASI dan MP-ASI

Umur (bulan)	ASI	Makanan Lumat	Makanan Lembik	Makanan Keluarga
0-6				
6-9				
9-12				
12-24				

PMK NO.41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang

7. Jenis MP-ASI

Secara umum ada dua jenis makanan pendamping ASI (MP-ASI) salah satunya adalah MP-ASI dari bahan makanan lokal yang dibuat sendiri dan MP-ASI pabrikan yang difortifikasi dalam bentuk bungkusan, kaleng atau botol (World Health Organization, World Bank Group et al. 2014).

Makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang baik adalah terbuat dari bahan makanan yang segar, seperti : hati ayam, ikan, tempe, tahu, kacang-kacangan, sayur-sayuran dan buah-buahan.

Jenis MP-ASI yang baik dapat diberikan berdasarkan umur adalah :

- 6-9 bulan makanan lumat halus adalah makanan keluarga yang dilumatkan. Contoh : bubur susu, pisang saring/dikerik, papaya saring, nasi tim saring dan lainnya.
- 9-12 bulan makanan lembik atau makanan dicincang adalah makanan yang dimasak dengan banyak air dan tampak berair. Contoh : bubur nasi, bubur ayam, nasi tim, bubur kacang hijau dan lain-lain.

- c. 12-24 bulan makanan padat merupakan makanan yang tidak berair dan biasanya disebut dengan makanan keluarga. Contoh : nasi dengan lauk pauk, biskuit, sayur dan buah-buahan (World Health Organization, World Bank Group et al. 2014).

8. Cara Pemberian MP-ASI Pada Tahap Awal

MP-ASI yang pertama kali diberikan sebaiknya merupakan makanan lumat berbahan dasar makanan pokok yang terbuat dari beras/tepung beras, karena beras tidak mengandung gluten yang dapat menyebabkan alergi. Bila bayi sudah mulai makan MP-ASI bayi memerlukan waktu untuk membiasakan diri pada rasa maupun bentuk makanan. Memperkenalkan berbagai jenis buah, sayur, lauk pauk dan sumber protein ke dalam MP-ASI secara bertahap sambil mengamati reaksi bayi terhadap makanan yang diperkenalkan.

Seiring bertambahnya usia anak, jumlah makanan yang diberikan juga bertambah. Pada anak usia 12 bulan dapat menghabiskan 1 makanan pada mangkuk kecil penuh dengan makanan yang bervariasi setiap kali makan. Berikan makanan selingan yang terjadwal dengan porsi kecil seperti biskuit dan buah. Berikan anak makan 3× sehari dan 2× makanan selingan sesuai jadwal makan pada anak.

9. Frekuensi dan Jumlah Pemberian MP-ASI

Frekuensi pemberian MP-ASI sebaiknya disesuaikan dengan usianya. namun jika pemberian MP-ASI tidak disesuaikan dengan usianya, kebutuhan tidak terpenuhi dan frekuensi asupan makanan berlebihan maka akan terjadi proses pemecahan sari-sari makanan belum sempurna sehingga bayi bisa menjadi obesitas, apabila frekuensi pemberian MP-ASI tepat maka status gizi akan baik.

Tabel 2. Frekuensi dan Jumlah MP-ASI yang diberikan

Umur	Frekuensi	Jumlah Setiap Kali Makan
6-9 bulan	2-3 × makanan lumat + 1-2 × makanan selingan + ASI	2-3 sendok makanan penuh setiap kali makan dan tingkatkan secara perlahan sampai setengah $\frac{1}{2}$ dari cangkir mangkuk ukuran 250 ml tiap kali makan
10-12 bulan	3-4 × makanan lembik + 1-2 × makanan selingan + ASI	$\frac{1}{2}$ mangkuk ukuran 250 ml
12-24 bulan	3-4 × makanan keluarga + 1-2 × makanan selingan + ASI	$\frac{3}{4}$ mangkuk ukuran 250 ml

B. Pengetahuan

1. Pengertian

Pengetahuan merupakan hasil dari “Tahu” dan terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia yaitu : indra penglihatan (mata), indra pendengaran (telinga), indra penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan diperoleh dari pendidikan, pengalaman, media massa dan lingkungan (Ramdhani et al. 2020).

Menurut Notoadmodjo (2021) tingkat pengetahuan didalam kognitif ada 6 tingkatan yaitu :

a. Tahu (*know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat materi yang telah dipelajari sebelumnya, termasuk kedalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) terhadap suatu yang spesifik dari semua materi yang telah dipelajari atau rangsangan yang telah diterima (Sukarini 2018).

b. Memahami (*comprehension*)

Memahami yaitu suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang dapat diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar.

c. Aplikasi (*application*)

Aplikasi adalah kemampuan untuk menerapkan materi yang telah dipelajari dalam situasi kehidupan sebenarnya. Aplikasi ini dapat diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan suatu hukum-hukum, rumus, metode, prinsip dan sebagainya dalam konteks atau situasi lain.

d. Analisis (*analysis*)

Analisis diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjabarkan suatu materi atau objek kedalam komponen-komponen tetapi masih dalam struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan pada analisis ini terlihat dari penggunaan kata-kata kerja yang meliputi : dapat menggambarkan, membedakan, memisahkan, mengelompokkan dan lain sebagainya.

e. Sintesis (*synthesis*)

Sintesis adalah kemampuan untuk meletakkan dan menghubungkan bagian-bagian untuk bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah kemampuan menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada.

f. Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi ini berkaitan pada kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian ini dapat didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri.

2. Pengukuran Pengetahuan

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan melalui wawancara atau kuesioner yang menanyakan tentang isi materi yang diukur dari subjek penelitian. Pengetahuan seseorang dapat diketahui dan diinterpretasikan dengan skala yang bersifat kualitatif yaitu :

Tabel 3. Kategori Pengetahuan Ibu

Kategori Pengetahuan Ibu	Skor
Baik	75-100%
Cukup	56-75%
Kurang	≤ 55 %

Sumber : (Hendrawan, 2020)

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pegetahuan

a. Faktor Internal

1) Tingkat Pendidikan

Pendidikan diperlukan untuk meningkatkan kualitas hidup dan memperoleh informasi yang mendukung Kesehatan. Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk perilaku yang berhubungan dengan gaya hidup mereka, terutama dengan memotivasi sikap berperan terhadap pembangunan.

2) Umur

Usia merupakan umur individu yang terhitung mulai saat dilahirkan sampai berulang tahun. Semakin cukup umur, Tingkat kematangan dan kemampuan berfikir seseorang semakin matang dalam berfikir dan bekerja.

3) Pekerjaan

Pekerjaan merupakan suatu keburukan yang harus dilakukan terutama untuk menghidupi keluarga. Pekerjaan bukanlah sumber kesenangan melainkan sarana mencari nafkah yang membosankan, berulang dan banyak tantangan. Sedangkan disisi lain pekerjaan merupakan tugas yang memakan waktu, bekerja bagi ibu-ibu akan mempunyai pengaruh terhadap kehidupan keluarga.

b. Faktor Eksternal

1) Lingkungan

Lingkungan merupakan seluruh kondisi yang ada disekitar manusia dan pengaruhnya yang dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku orang atau kelompok.

2) Sosial Budaya

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

4. Faktor Lain yang Berhubungan Dalam Pemberian MP-ASI

Faktor lain yang berhubungan dalam pemberian MP-ASI adalah dukungan keluarga. Dukungan keluarga yang tinggi terhadap pemberian MP-ASI memberikan dampak negatif terhadap kesehatan pada bayi seperti terjadinya sembelit dan diare. Hal ini jelas bahwa keluarga memberikan dukungan yang baik akan mendorong ibu agar tidak memberikan MP-ASI kepada bayi mereka saat usia 0-6 bulan, Oleh karena itu untuk informasi tentang MP-ASI bukan hanya diberikan kepada ibu tetapi juga kepada suami dan keluarganya sehingga mereka juga mendapatkan pengetahuan MP-ASI dan membantu untuk mencegah atau mendukung ibu untuk tidak memberikan MP-ASI secara dini. dukungan keluarga merupakan dukungan yang memotivasi ibu untuk memberikan MP-ASI setelah usia 6 bulan (Afriyani et al. 2016).

C. Definisi Operasional

Tabel 4. Definisi Operasional

Variabel	Definisi	Cara Ukur dan Hasil Ukur	Alat Ukur	Skala
Pengetahuan Ibu	Hasil dari tahu yang di dapat dari proses pembelajaran dan pengalaman ibu tentang MP-ASI, seperti makanan pendamping ASI itu perlu, keterlambatan dan terlalu cepat pemberian MP-ASI akan berdampak pada anak, manfaat MP-ASI dan pemberian MP-ASI dimulai sejak umur 6 bulan.	Wawancara Pengetahuan ibu tentang pemberian makanan pendamping ASI diperoleh melalui kuesioner dengan 20 pertanyaan dan diberi skor 1 apabila jawaban benar dan skor 0 apabila jawaban salah. Kemudian Dikategorikan menjadi 3, yaitu : 1. Pengetahuan Baik : Bila skor 75-100% 2. Pengetahuan Cukup : Bila 56-75% 3. Pengetahuan Kurang : Bila $\leq 55\%$ (Hendrawan, 2020)	Kuesioner	Ordinal