

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Makanan Pendamping-ASI (MP-ASI)

1. Pengertian MP-ASI

MPASI merupakan makanan dan cairan tambahan yang diberikan kepada anak usia 6-23 bulan karena ASI tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan zat gizi anak pada usia tersebut. Penting memberikan MPASI pada usia 6-23 bulan karena insiden kegagalan pertumbuhan, defisiensi mikornutrien, dan infeksi paling tinggi pada usia tersebut. Dalam penelitian ini, dilakukan analisis terhadap 4 parameter praktik pemberian MPASI yaitu usia pertama mendapatkan MPASI, bentuk MPASI yang diberikan, frekuensi MPASI, dan jumlah MPASI yang diberikan (Ni Komang Ayu,dkk, 2021).

Pemberian MPASI dimulai di usia 6 bulan, adekuat kandungan energi yaitu 200 kkal/hari, untuk usia 6-8 bulan, 300 kkal/hari, untuk usia 9-11 bulan, dan 550 kkal/hari untuk usia 12-24 bulan, juga cukup mikronutrien terutama zat besi dan vitamin A, aman dan higienis dari mulai persiapan hingga penyajian dan pemberian MPASI serta diberikan dengan prinsip psikososial (Qonita R, Lailatul M, 2022).

Tujuan dari pemberian MP- ASI adalah sebagai pelengkap zat gizi pada ASI yang kurang dibandingkan dengan usia anak yang semakin bertambah. Dengan usia anak bertambah maka kebutuhan zat gizi anak pun bertambah, sehingga perlu adanya MPASI untuk melengkapi. MPASI juga mengembangkan kemampuan anak untuk menerima berbagai variasi makanan dengan bermacam–macam rasa dan bentuk sehingga dapat meningkatkan kemampuan bayi untuk mengunyah, menelan, dan beradaptasi terhadap makanan baru (Rismayani, Fadillah Sari, 2023).

2. Strategi Pemberian MP-ASI

Strategi Pemberian MP- ASI Terdapat 4 strategi pemberian MP-ASI yang baik menurut World Health Organisation (WHO) dalam Hanindita (2020), yaitu:

- 1) Tepat Waktu Ketika ASI saja tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi, makanan pendamping ASI biasanya diberikan kepada mereka yang berusia enam bulan.
- 2) Adekuat Untuk memenuhi kebutuhan anak, MPASI harus mengandung energi, protein, dan zat gizi mikro yang lengkap dan seimbang.
- 3) Aman dan Higienis Dimulai dengan penggunaan metode yang aman dan higienis, penyiapan bahan dan alat, pembuatan dan penyajian, selalu patuhi prinsip-prinsip, seperti:
 - a. Tetap bersih.
 - b. Selalu pisahkan bahan makanan mentah dan matang.
 - c. Masak makanan sampai matang.
 - d. Simpan makanan pada suhu yang direkomendasikan. Jangan menyimpan makanan pada suhu ruangan lebih dari 2 jam.
 - e. Gunakan air bersih dalam memasak.

3. Prinsip Pemberian MP-ASI

a. Usia

Berdasarkan usia anak, dapat dikategorikan menjadi:

1. Pada usia enam sampai sembilan bulan

- 1) Memberikan makanan lumat dalam dua sampai tiga kali sehari dengan sesuai takaran.
- 2) Memberikan makanan selingan satu sampai dua kali sehari sekali dengan porsi kecil.
- 3) Memperkenalkan bayi atau anak dengan beraneka ragam bahan makanan.

2. Pada usia lebih dari sembilan sampai 12 bulan

- 1) Memberikan makanan lunak dalam tiga sampai empat kali sehari dengan takaran yang cukup
- 2) Memberikan makanan selingan satu sampai dua kali sehari.

- 3) Memperkenalkan bayi atau anak dengan beraneka ragam bahan makanan

3. Pada usia lebih dari 12 sampai 24 bulan

- 1) Memberikan makanan keluarga tiga sampai empat kali sehari
- 2) Memberikan makanan selingan satu sampai dua kali sehari
- 3) Memberikan beraneka ragam bahan makanan setiap hari
(Adawiyah S, 2020).

Angka Kecukupan Gizi

Zat Gizi	6-8 Bulan	9-11 Bulan	12-24 Bulan
Energi (Kkal)	800	800	1350
Protein (g)	15	15	20
Lemak (g)	35	35	45
Karbohidrat (g)	105	105	215
ASI	67%	55-60%	30-40%
MP-ASI	33%	40-45%	60-70%

Sumber: Kemenkes, 2019

Table diatas menunjukkan bahwa MPASI memiliki kontribusi signifikan terhadap pemenuhan kebutuhan gizi bayi. Secara umum, MPASI dapat memenuhi sekitar 58,9% kebutuhan energi, 80,2% kebutuhan protein, 43,5% kebutuhan lemak, dan 69,1% kebutuhan karbohidrat dari AKG pada bayi usia 12-24 bulan.

b. Frekuensi

Frekuensi MPASI makan anak harus sesering mungkin karena anak dapat mengkonsumsi makanan sedikit demi sedikit sedangkan kebutuhan asupan kalori dan zat gizi lainnya harus terpenuhi. Frekuensi MPASI yang cukup atau lebih dapat memenuhi konsumsi pangan dan zat-zat gizi yang dibutuhkan anak sesuai dengan usianya (Ni Komang Ayu,dkk, 2021).

Usia 6-8 bulan selain ASI, bayi diberikan makanan lumat 2-3 sendok makan secara bertahap bertambah hingga mencapai $\frac{1}{2}$ gelas atau 125 cc setiap kali makan dengan frekuensi 2-3 kali sehari

ditambah 1-2 kali selingan. Usia 9-11 bulan diberikan makanan lembik sebanyak 175 cc dengan frekuensi 3-4 kali sehari ditambah 1-2 kali selingan. Anak yang berusia 12-24 bulan dapat diberikan makanan keluarga sebanyak $\frac{3}{4}$ -1 mangkuk atau 250 cc dengan frekuensi 3-4 kali sehari ditambah 2 kali selingan (Ima Candra Kusuma, 2020).

Tabel 1. Jadwal Pemberian MP-ASI

Usia			Frekuensi			Tekstur		
6-8 bulan	9-11 bulan	12-24 bulan	6-8 bulan	9-11 bulan	12-24 bulan	6-8 bulan	9-11 bulan	12-24 bulan
Makan pagi	Makan pagi	Makan pagi	2-3 x	3-4 x	3-4 x	Lumat	Lunak	Makanan keluarga
Seling an pagi	Seling an	Seling an	1-2 x	1-2 x	2 x	Lumat	Lunak	Makanan keluarga
Makan siang	Makan siang	Makan siang	2-3 x	3-4 x	3-4 x	Lumat	Lunak	Makanan keluarga
Seling an pagi	Seling an	Seling an	1-2 x	1-2 x	2 x	Lumat	Lunak	Makanan keluarga
Makan Malam	Makan Malam	Makan Malam	2-3 x	3-4 x	3-4 x	Lumat	Lunak	Makanan keluarga

Porsi/Jumlah			Jenis Makanan		
6-8 bulan	9-11 bulan	12-24 bulan	6-8 bulan	9-11 bulan	12-24 bulan
$\frac{1}{2}$ gls	$\frac{1}{2}$ mgk	$\frac{3}{4}$ -1 mgk	4-7 Kelompok pangan	4-7 Kelompok pangan	4-7 Kelompok pangan
$\frac{1}{2}$ gls	$\frac{1}{2}$ mgk	$\frac{3}{4}$ -1 mgk	4-7 Kelompok pangan	4-7 Kelompok pangan	4-7 Kelompok pangan
$\frac{1}{2}$ gls	$\frac{1}{2}$ mgk	$\frac{3}{4}$ -1 mgk	4-7 Kelompok pangan	4-7 Kelompok pangan	4-7 Kelompok pangan
$\frac{1}{2}$ gls	$\frac{1}{2}$ mgk	$\frac{3}{4}$ -1 mgk	4-7 Kelompok pangan	4-7 Kelompok pangan	4-7 Kelompok pangan
$\frac{1}{2}$ gls	$\frac{1}{2}$ mgk	$\frac{3}{4}$ -1 mgk	4-7 Kelompok pangan	4-7 Kelompok pangan	4-7 Kelompok pangan
$\frac{1}{2}$ gls	$\frac{1}{2}$ mgk	$\frac{3}{4}$ -1 mgk	4-7 Kelompok pangan	4-7 Kelompok pangan	4-7 Kelompok pangan
$\frac{1}{2}$ gls	$\frac{1}{2}$ mgk	$\frac{3}{4}$ -1 mgk	4-7 Kelompok pangan	4-7 Kelompok pangan	4-7 Kelompok pangan
$\frac{1}{2}$ gls	$\frac{1}{2}$ mgk	$\frac{3}{4}$ -1 mgk	4-7 Kelompok pangan	4-7 Kelompok pangan	4-7 Kelompok pangan

½ gls	½ mgk	¾-1 mgk	4-7 Kelompok pangan	4-7 Kelompok pangan	4-7 Kelompok pangan
½ gls	½ mgk	¾-1 mgk	4-7 Kelompok pangan	4-7 Kelompok pangan	4-7 Kelompok pangan

Keterangan:

- Umur 6-8 bulan: MP-ASI berupa makanan saring atau lumat
- Umur 9-11 bulan: MP-ASI berupa makanan kasar/makanan keluarga yang dimodifikasi.
- Umur 12-23 bulan: MP-ASI berupa makanan keluarga
- Makanan selingan dapat berupa buah atau lainnya. Anak yang tidak mendapat ASI atau ASI donor diberikan susu formula bayi (0-12 bulan) atau susu formula pertumbuhan (1-3 tahun) .

Sumber: Djitowiyono, 2015.

c. Jumlah / Porsi

Banyaknya pemberian makanan di awal MP-ASI berikan sebanyak 2-3 sdm dewasa untuk tiap makan; usia 6-9 bulan bertahap mulai dari 3 sdm dewasa hingga 125 ml untuk tiap makan; usia 9-12 bulan bertahap mulai dari 125 ml hingga 250 ml untuk tiap makan (Dyah Noviawati,dkk, 2020).

d. Tekstur

Tekstur MPASI yang diberikan pada anak akan memengaruhi status gizi anak secara tidak langsung. WHO menyebutkan bahwa tekstur atau konsistensi makanan pendamping ASI yang sesuai dengan usia anak dan diberikan secara bertahap akan memberikan pertumbuhan anak yang optimal, jika tekstur makanan yang diberikan tidak sesuai dapat memberikan beberapa dampak (Ni Komang Ayu,dkk, 2021).

Tekstur makanan pendamping ASI (MPASI) perlu disesuaikan dengan usia dan kemampuan perkembangan oromotor anak agar mudah dikonsumsi dan membantu stimulasi makan yang baik. Berikut panduan tekstur MPASI berdasarkan usia:

1. Usia 6-8 Bulan

Usia 6-8 bulan adalah waktu untuk memperkenalkan makanan pada bayi sehingga diberikan makanan yang dihaluskan atau saring agar tidak tersedak, dan membantu untuk cepat dicerna. Dalam kegiatan ini diperkenalkan olahan kentang dan daging sapi lunak yang terdiri dari daging, kentang, wortel, tomat, daging sapi lunak, bawang putih, bawang merah dan keju. Selain itu diperkenalkan juga dengan bubur beras ikan kembung, yang terdiri dari bahan-bahan beras, ikan kembung, kaldu ayam/sapi, bayam dan bumbu halus. Contoh MP-Asi yaitu bubur saring, puree buah, dan bubur sayur dengan protein hewani (Asri Mulya Ashari, 2024).

2. Usia 9-11 Bulan

Pada usia 9-11 bulan, bayi sudah dapat diberikan makanan bertekstur cincang halus sedikit kasar. Dalam kegiatan ini diperkenalkan cara pembuatan sop daging cincang halus yang ditambahkan dengan wortel, kentang, telur puyuh dan buncis dihalus ringan dengan bumbu bawang putih, kaldu ayam dan garam secukupnya. Selain itu juga diperkenalkan tentang menu makaroni karbonara yang terdiri dari rebusan makaroni, daging cincang, jamur tiram, sawi, parutan keju dan margarin secukupnya. Untuk sop daging cincang dapat diberikan bersama bubur nasi yang tidak disaring lagi (Asri Mulya Ashari, 2024).

3. Usia 12-24 Bulan

Pada usia ini, bayi mampu mengonsumsi makanan keluarga dengan tekstur yang disesuaikan. Makanan dapat berupa makanan yang dipotong kecil atau lunak agar mudah dikunyah. Bayi sebaiknya sudah dikenalkan pada berbagai jenis makanan untuk mendukung kebiasaan makan yang baik tekstur makanan padat seperti makanan keluarga, tetapi tetap cukup lunak. Contohnya daging atau ikan suwir, sayur sop dengan potongan kecil, dan nasi lembek atau nasi biasa (Asri Mulya Ashari, 2024).

e. Jenis Makanan MP-ASI

1) Makanan Lumat

Makanan lumat adalah makanan yang dihancurkan atau disaring seperti buah-buahan yang di haluskan atau dalam bentuk sari buah. Misalnya pisang ambon, pepaya, jeruk dan tomat. Buah-buah ini dapat diblender, atau dihaluskan dengan sendok atau dapat dicampur dengan ASI. Sebaiknya dalam 2-3 hari berturut-turut setiap jenis buah diberikan, agar otak bayi bisa merekam dan mengenal rasa buah tersebut. (Rahmi, Ruspita, and Wiji 2019).

2) Makanan lunak dan lembek

Perkenalkan anak dengan jenis makanan lain pada usia anak 7-8 bulan. Makanan tersebut seperti beras, sayuran, dan telur. Untuk menghindari resiko alergi pada anak, telur sebaiknya diberikan kuningnya saja terlebih dahulu. Makanan dapat diblender, diulek, atau disaring, dapat pula dicampur dengan ASI, Seperti bubur susu. Usia 8-9 bulan, makanan yang diberikan tidak perlu disaring lagi, tetapi dibuat dengan tekstur yang lebih kasar. Makanan diberikan tiga kali dalam sehari, contohnya nasi tim sayuran. (Gatot, 2019).

3) Makanan keluarga misalnya nasi dengan lauk pauk, sayur, dan buah.

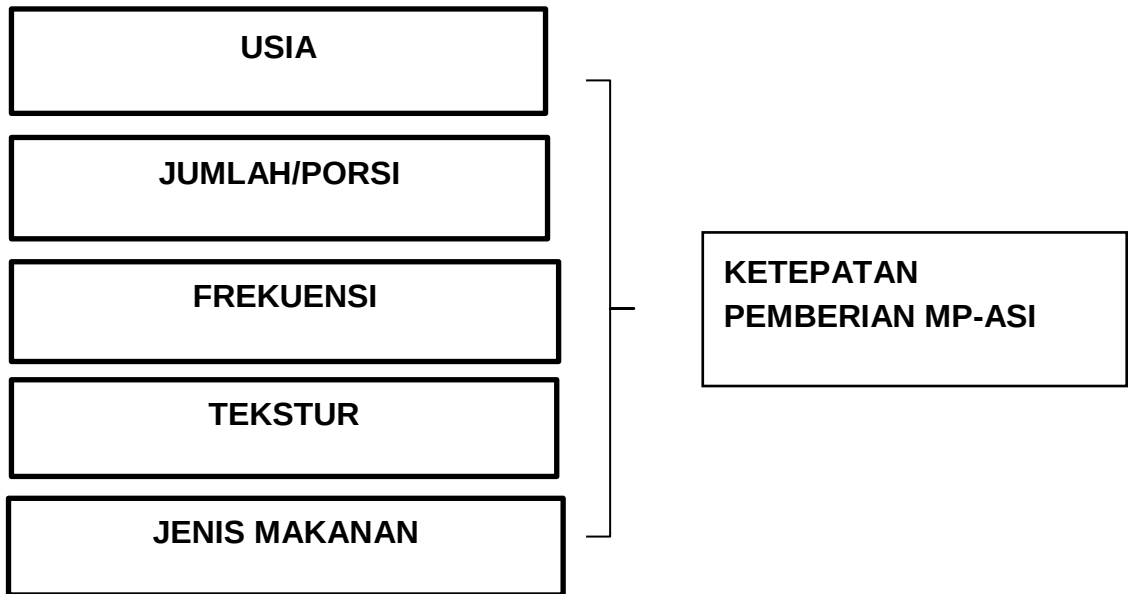
4) Makanan bayi yang dikemas dalam karton, sachet, dan kaleng seperti sun beras merah.

5) Buah- buahan dapat diberikan setelah bayi berumur 6 bulan dengan frekuensi 1-2 kali/ hari

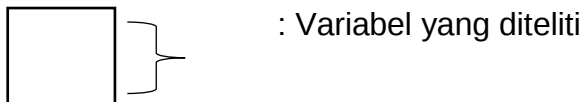
6) Makanan Selingan

Makanan Selingan dapat membantu anak yang tidak cukup menerima porsi makan karena anak susah makan. Seperti Arem-arem isi sayuran merupakan salah satu jenis makanan selingan yang baik yang mengandung gizi lengkap. (Rahmi et al. 2019)

B. Kerangka Konsep



Keterangan :



C. Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
1.	Ketepatan Pemberian MP-ASI (Usia, Jumlah, Frekuensi, Tekstur, Jenis Makanan)	Ketepatan Pemberian MP-ASI berdasarkan variabel pada anak sesuai usia.	Kuesioner	• Tepat: Poin 4-5 • Tidak tepat: Poin 2-3	Ordinal
2.	Ketepatan Usia	Ketepatan pemberian MP-ASI pertama kali diberikan kepada anak saat tepat waktu dimulai usia 6 bulan	Metode Pengukuran	• Tepat waktu: Jika usia 6 bulan: skor 1 • Tidak tepat waktu: Jika usia < 6 bulan atau > 6 bulan: skor 0	Nominal
3.	Ketepatan Frekuensi	Ketepatan jumlah kali anak yang diberikan MP-ASI sesuai dengan usia anak.	Kuesioner	• Tepat: Jika diberikan 3x sehari= skor 1 • Tidak tepat: Jika diberikan < 3x sehari atau > 3x sehari= skor 0	Nominal
4.	Ketepatan Jumlah	Ketepatan jumlah atau takaran porsi makanan yang diberikan dan dihabiskan oleh bayi/balita sesuai usia.	Kuesioner	• Tepat porsi: Jika porsi yang diberikan sesuai usia kebutuhan • Tidak tepat porsi: Jika Porsi tidak diberikan sesuai usia	Nominal
5.	Ketepatan Tekstur	Ketepatan tekstur atau kekentalan	Kuesioner	• Tepat: Jika tekstur MP-	Nominal

		MP-ASI yang diberikan pada anak sesuai usia .		Asi sesuai usia • Tidak tepat: Jika tekstur MP-ASI tidak sesuai usia	
6.	Ketepatan Jenis Makanan	Ketepatan jenis beragam atau variasi kelompok pangan yang diberikan untuk memenuhi kebutuhan gizi anak sesuai usia.	Kuesioner	• Beragam: Jika jenis makanan beragam 4-7 kelompok pangan • Tidak beragam: Jika jenis makanan tidak beragam atau kurang dari 4-7 kelompok pangan	Nominal