

Perbedaan Pengetahuan MP – ASI dan Berat Badan Balita Sebelum dan Sesudah Konseling di Desa Krowe Magetan

Difference in Knowledge of Complementary Feeding and Toddler's Weight Before and After Counseling in Krowe Village, Magetan

Ittaq Amri Azalista^{1)*}, Tapriadi²⁾, Hasan Aroni³⁾,

¹⁾ Program Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika, Poltekkes Kemenkes Malang, Malang, Indonesia

²⁾ Program Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika, Poltekkes Kemenkes Malang, Malang, Indonesia

³⁾ Program Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika, Poltekkes Kemenkes Malang, Malang, Indonesia

E - mail : itaaq4793@gmail.com

Nomor WA : 085784845100

Abstrak

Masalah gizi anak, seperti stunting dan underweight, masih menjadi tantangan di Indonesia, dan salah satu penyebabnya adalah pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) yang tidak tepat. Penelitian ini bertujuan menganalisis efektivitas konseling gizi dalam meningkatkan pengetahuan ibu dan berat badan balita di Desa Krowe, Kabupaten Magetan, di mana praktik MP-ASI masih rendah (66,67%) dibandingkan dengan rata-rata kecamatan Lembeyan (86,97%). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan pengetahuan MP – ASI dan berat badan sebelum dan sesudah pemberian konseling MP – ASI di Desa Krowe Magetan. Strategi penelitian merupakan penelitian kuantitatif. Penelitian ini termasuk dalam penelitian one group pretest – post test design untuk membandingkan hasil intervensi dengan suatu kelompok sebelum diberi perlakuan dan sesudah diberi perlakuan. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui perbedaan pengetahuan MP – ASI dan status gizi balita sebelum dan sesudah pemberian konseling MP – ASI wilayah Desa Krowe Kecamatan Lembeyan Kabupaten Magetan. Desain penelitian pre-experimental dengan rancangan one-group pretest-posttest design digunakan pada 33 ibu baduta (usia 6-23 bulan). Pengetahuan ibu dan berat badan balita diukur sebelum dan sesudah empat sesi konseling gizi. Analisis data menggunakan uji statistik Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil penelitian menunjukkan Terdapat peningkatan signifikan pada pengetahuan ibu setelah konseling, dengan rata-rata skor meningkat dari 76,36 (pre-test) menjadi 94,24 (post-test) ($p=0,000$). Mayoritas ibu yang awalnya memiliki pengetahuan baik (84,8%) meningkat menjadi 100% setelah intervensi. Selain itu, berat badan balita juga mengalami peningkatan signifikan, dengan rata-rata berat badan naik dari 9,18 kg menjadi 9,42 kg ($p=0,000$). Namun, perubahan status gizi berdasarkan indeks BB/U (Berat Badan menurut Umur) tidak menunjukkan perbedaan signifikan. Penelitian ini menyimpulkan bahwa Konseling MP-ASI terbukti efektif secara signifikan dalam meningkatkan pengetahuan ibu dan berat badan balita. Meskipun demikian, perubahan status gizi memerlukan intervensi yang lebih berkelanjutan dan komprehensif.

Kata kunci: Konseling Gizi, MP – ASI, Pengetahuan Ibu, Berat Badan, Status Gizi

Abstract

Child malnutrition, such as stunting and underweight, remains a challenge in Indonesia. One of the contributing factors is the improper provision of complementary feeding (MP-ASI). This study aimed to analyze the effectiveness of nutritional counseling in improving maternal knowledge and toddlers' body weight in Krowe Village, Magetan Regency, where the percentage of proper MP-ASI practices is low (66.67%) compared to the Lembeyan district average (86.97%). The objective of this study was to determine the difference in maternal knowledge about MP-ASI and toddlers' nutritional status before and after nutritional counseling in Krowe Village, Lembeyan District, Magetan Regency. A pre-experimental design with a one-group pretest-posttest design was used on 33 mothers of toddlers aged 6-23 months. Maternal knowledge and toddlers' body weight were measured before and after four counseling sessions. Data analysis was performed using the Wilcoxon Signed Rank Test. The results show a significant increase in maternal knowledge after counseling, with the average score rising from 76.36 (pretest) to

94.24 (posttest) ($p=0.000$). The percentage of mothers with good knowledge increased from 84.8% to 100% after the intervention. Additionally, toddlers' body weight also showed a significant increase, with the average body weight rising from 9.18 kg to 9.42 kg ($p=0.000$). However, there was no significant difference in nutritional status based on the Weight-for-Age (BB/U) index. The study concludes that MP-ASI counseling is significantly effective in improving maternal knowledge and toddlers' body weight. Nevertheless, changes in nutritional status require more sustained and comprehensive interventions.

Keywords: *Nutritional Counseling, Complementary Feeding, Maternal Knowledge, Body Weight, Nutritional Status*

1. Pendahuluan

Tumbuh kembang anak yang optimal, terutama pada periode emas atau 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), sangat bergantung pada asupan gizi yang berkualitas. Dalam periode ini, anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat, sehingga membutuhkan asupan gizi dengan kualitas dan kuantitas yang benar agar tumbuh kembangnya optimal. Apabila terjadi kekurangan zat gizi, hal ini dapat berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan seluruh organ serta sistem tubuh di masa depan. Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) yang tepat waktu, cukup secara gizi, aman, dan diberikan dengan cara yang benar sangat krusial bagi bayi usia 6-24 bulan. MP-ASI adalah makanan tambahan yang diberikan untuk melengkapi kebutuhan gizi anak selain dari ASI, bukan sebagai pengganti ASI.

Di Indonesia, masalah gizi seperti stunting (pendek), wasting (kurus), dan underweight (berat badan kurang) masih menjadi perhatian utama. Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022, prevalensi stunting mencapai 21,6%, dan balita dengan status gizi sangat kurus dan kurus (underweight) sebesar 17,1%. Salah satu faktor penyebabnya adalah ketidaktepatan dalam pemberian MP-ASI, yang sering kali dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan ibu, faktor budaya, dan dukungan keluarga yang kurang optimal. Pemberian MP-ASI yang terlalu dini bisa mengganggu keberhasilan ASI eksklusif dan meningkatkan risiko infeksi pada bayi. Sebaliknya, jika MP-ASI tidak diberikan pada waktunya, dapat menghambat pertumbuhan bayi dan meningkatkan risiko gizi buruk.

Menurut data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, proporsi MP-ASI beragam di wilayah Jawa Timur mencapai 62%, masih di bawah target 100%. Di Kabupaten Magetan, pada bulan Juni 2023, persentase MP-ASI baik sudah mencapai 92,05%, namun di tingkat desa masih terdapat disparitas. Desa Krowe, Kecamatan Lembeyan, Kabupaten Magetan, dilaporkan memiliki persentase pemberian MP-ASI yang baik lebih rendah (66,67%) dibandingkan dengan rata-rata kecamatan Lembeyan (86,97%). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas konseling MP-ASI dalam meningkatkan pengetahuan ibu dan berat badan balita, sebagai langkah awal untuk memperbaiki status gizi di wilayah tersebut.

2. Bahan dan Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain pre-experimental tipe one-group pretest-posttest design. Desain ini dipilih untuk mengukur efek intervensi, yaitu konseling MP-ASI, dengan cara membandingkan kondisi satu kelompok subjek sebelum dan sesudah perlakuan. Penelitian ini dilaksanakan di Desa Krowe, Kecamatan Lembeyan, Kabupaten Magetan, dimulai dengan penyusunan proposal pada September 2024. Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki anak berusia 6-23 bulan (baduta) di Desa Krowe, Kecamatan Lembeyan, Kabupaten Magetan, dengan jumlah total 92 orang. Sampel penelitian diambil dari sebagian populasi yang memenuhi kriteria dengan menggunakan teknik purposive sampling. Kriteria inklusi yang ditetapkan adalah ibu balita yang berdomisili di Desa Krowe dan memiliki anak usia 6-23 bulan yang rutin datang ke posyandu selama enam bulan berturut-turut. Sementara itu, kriteria eksklusi mencakup ibu yang menderita penyakit seperti HIV, TBC, atau hepatitis yang tidak mendapat pengobatan, serta ibu balita di luar wilayah Desa Krowe. Berdasarkan kriteria ini, didapatkan jumlah sampel sebanyak 33 ibu badutan pengambilan data pada Januari - Februari 2025.

Variabel penelitian ini terdiri dari variabel independen dan dependen. Variabel independen adalah konseling MP-ASI yang diberikan kepada ibu dengan anak usia 6-23 bulan. Intervensi ini

dirancang untuk dilakukan secara tatap muka dengan durasi 25-35 menit per sesi, sebanyak empat sesi selama empat minggu berturut-turut. Variabel dependen adalah tingkat pengetahuan ibu tentang MP-ASI dan berat badan balita. Tingkat pengetahuan diukur dengan kuesioner pilihan ganda dan dikategorikan menjadi baik (76%-100%), cukup (56%-75%), dan kurang ($\leq 60\%$). Perubahan berat badan diukur sebagai selisih berat badan balita sebelum dan sesudah konseling.

Prosedur penelitian ini dimulai dengan screening responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Selanjutnya, dilakukan penimbangan berat badan balita dan wawancara menggunakan kuesioner sebagai pre-test. Responden kemudian mendapatkan empat kali sesi konseling gizi tentang MP-ASI, yang dilakukan setiap satu minggu sekali. Media yang digunakan dalam konseling adalah leaflet. Pada minggu kelima, dilakukan penimbangan berat badan dan pemberian kuesioner kembali kepada ibu sebagai post-test. Data yang terkumpul diolah dan dianalisis menggunakan perangkat lunak statistik. Sebelum analisis, dilakukan uji normalitas data pengetahuan dan berat badan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* dan *Shapiro-Wilk*. Hasil uji menunjukkan nilai signifikansi (Sig.) kurang dari 0,05, yang berarti data tidak terdistribusi secara normal. Oleh karena itu, analisis untuk mengukur perbedaan antara kondisi sebelum dan sesudah intervensi dilakukan dengan uji non-parametrik *Wilcoxon Signed Rank Test*.

3. Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Krowe, Kecamatan Lembeyan, Kabupaten Magetan. Desa ini memiliki luas 745,5 Ha dan terdiri dari 12 RW serta 51 RT. Mata pencaharian masyarakatnya beragam, didominasi oleh petani, wiraswasta, dan ibu rumah tangga. Total sampel dalam penelitian ini adalah 33 ibu baduta yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir Ibu

Pendidikan Terakhir	n	%
SD/Sederajat	0	0.0
SMP/Sederajat	5	15.2
SMA/Sederajat	20	60.6
Perguruan Tinggi	8	24.2
Total	33	100

Karakteristik demografi responden menunjukkan bahwa mayoritas ibu memiliki pendidikan terakhir SMA/ sederajat (60,6%), diikuti oleh perguruan tinggi (24,2%). Tidak ada responden dengan tingkat pendidikan SD.

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan Ibu

Pekerjaan	n	%
Bekerja	3	9
IRT	30	91
Total	33	100

Status pekerjaan ibu didominasi oleh ibu rumah tangga (91%). Hasil ini menunjukkan bahwa kelompok ibu ini merupakan sasaran strategis untuk edukasi gizi, meskipun sebagian besar sudah memiliki tingkat pendidikan yang memadai. Mayoritas balita yang diteliti, baik laki-laki maupun perempuan, berada pada kelompok usia di atas 1 tahun (≥ 12 bulan untuk laki-laki dan ≥ 11 bulan untuk perempuan).

Tabel 3. Perbedaan Pengetahuan Ibu Baduta Sebelum dan Sesudah Konseling

Keterangan	Mean	Kategori	SD	Selisih Rata-Rata
Sebelum	76,36	Baik	10,25	17,98
Sesudah	94,24	Baik	7,08	

Penelitian ini menemukan adanya peningkatan pengetahuan ibu yang signifikan setelah diberikan konseling MP-ASI. Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 76,36 sebelum konseling menjadi 94,24 sesudahnya, dengan selisih rata-rata sebesar 17,98. Peningkatan ini juga tercermin pada perubahan kategori pengetahuan: persentase ibu dengan pengetahuan baik naik dari 84,8% menjadi 100% setelah intervensi.

Hasil uji non-parametrik Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan nilai $p=0,000$, yang membuktikan bahwa perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah konseling adalah signifikan secara statistik. Peningkatan ini dipengaruhi oleh pendekatan konseling yang interaktif, penggunaan media visual (leaflet), dan penyampaian materi yang mudah dipahami. Temuan ini sejalan dengan teori Notoatmodjo (2012), yang menyatakan bahwa pengetahuan seseorang dapat meningkat melalui proses pembelajaran, informasi, dan edukasi kesehatan yang efektif. Konseling gizi berfungsi sebagai faktor predisposisi yang mampu mengubah cara berpikir ibu, sehingga berdampak positif pada praktik pemberian makan anak.

Tabel 4. Perbedaan Berat Badan Baduta Sebelum dan Sesudah Konseling

Keterangan	Mean (kg)	SD	Selisih Rata-Rata BB (kg)	p
Sebelum	9,18	1,59	0,24	0,000
Sesudah	9,42	1,62		

Selain pengetahuan, intervensi ini juga menunjukkan dampak positif pada berat badan balita. Rata-rata berat badan balita meningkat dari 9,18 kg sebelum konseling menjadi 9,42 kg sesudah konseling, dengan nilai $p=0,000$ yang signifikan. Peningkatan ini menunjukkan adanya perubahan positif dalam praktik pemberian makan oleh ibu. Hal ini konsisten dengan penelitian Nugraha dkk. (2017) dan Fitrianiingsih (2023), yang juga menemukan bahwa konseling gizi berpengaruh terhadap kenaikan berat badan pada balita. Kenaikan berat badan ini paling terlihat pada kelompok usia yang lebih tua (≥ 11 bulan), di mana anak sudah lebih terbiasa dengan MP-ASI dan mampu menerima variasi makanan keluarga.

Tabel 5. Distribusi Status Gizi Baduta Laki-laki Berdasarkan BB/U Sebelum dan Sesudah Konseling Gizi

Keterangan	Status Gizi	Usia (Bulan)					
		6-7		8-11		≥ 12	
		n	%	n	%	n	%
Sebelum	BBSK	0	0	0	0	1	5,9
	BBK	0	0	1	5,9	2	11,8
	Normal	1	5,9	2	11,8	9	52,9
	Resiko Lebih	0	0	0	0	1	5,9
Total		1	5,9	3	17,7	13	76,5
Sesudah	BBSK	0	0	0	0	1	5,9

Keterangan	Status Gizi	Usia (Bulan)					
		6-7		8-11		≥ 12	
		n	%	n	%	n	%
	BBK	0	0	1	5,9	2	11,8
	Normal	1	5,9	2	11,8	9	52,9
	Resiko Lebih	0	0	0	0	1	5,9
Total		1	1	5,9	3	17,7	13

Tabel 6. Distribusi Status Gizi Baduta Perempuan Berdasarkan BB/U Sebelum dan Sesudah Konseling Gizi

Keterangan	Status Gizi	Usia (Bulan)					
		6		7-10		≥ 11	
		n	%	n	%	n	%
Sebelum	BBSK	0	0	0	0	1	6,25
	BBK	0	0	0	0	4	25
	Normal	0	0	1	6,25	9	56,25
	Resiko Lebih	0	0	0	0	1	6,25
Total		0	0	1	6,25	15	93,75
Sesudah	BBSK	0	0	0	0	1	6,25
	BBK	0	0	0	0	4	25
	Normal	0	0	1	6,25	9	56,25
	Resiko Lebih	0	0	0	0	1	6,25
Total		0	0	0	1	6,25	15

Meskipun berat badan balita meningkat, hasil penelitian ini tidak menunjukkan perubahan signifikan pada status gizi berdasarkan indeks Berat Badan menurut Umur (BB/U). Distribusi status gizi (gizi sangat kurang, kurang, normal, atau berisiko gizi lebih) tetap relatif sama sebelum dan sesudah intervensi. Hal ini mengindikasikan bahwa perubahan status gizi adalah proses jangka panjang yang tidak dapat dicapai dalam waktu singkat. Menurut Soetjiningsih (2012), status gizi yang diukur dengan BB/U mencerminkan keseimbangan antara asupan energi-protein dan kebutuhan tubuh, yang perubahannya memerlukan waktu lebih lama dan dipengaruhi oleh faktor-faktor lain seperti riwayat penyakit infeksi, konsistensi asupan makanan, serta kondisi sosial ekonomi keluarga.

4. Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa pemberian konseling gizi terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi serta berat badan baduta. Hal ini ditunjukkan oleh beberapa temuan utama diantaranya peningkatan signifikan pengetahuan ibu yaitu terdapat peningkatan yang signifikan pada skor rerata pengetahuan ibu balita, dari 76,6 (kategori baik) menjadi 94,24 (kategori sangat baik) setelah diberikan konseling. Seluruh responden (100%) mencapai kategori pengetahuan baik, menunjukkan bahwa konseling berhasil meningkatkan pemahaman mereka secara menyeluruh. Selanjutnya terjadi peningkatan berat badan baduta. Bahwa

Konseling gizi juga berhasil meningkatkan rerata berat badan (BB) baduta sebesar 0,24 kg. Peningkatan ini secara statistik signifikan, membuktikan adanya korelasi positif antara peningkatan pengetahuan ibu dengan perbaikan status gizi anak.

Temuan ini membuktikan bahwa konseling gizi merupakan intervensi yang efektif dan layak untuk diterapkan secara luas sebagai upaya pencegahan dan penanganan masalah gizi pada balita, khususnya pada kasus berat badan stunting (BBSK) dan berat badan kurang (BBK).

Meskipun penelitian ini menunjukkan hasil yang signifikan, terdapat beberapa keterbatasan yang dapat menjadi dasar untuk penelitian di masa mendatang diantaranya adalah jangka waktu penelitian. Penelitian ini memiliki durasi yang terbatas. Penelitian lanjutan disarankan untuk dilakukan dalam jangka waktu yang lebih panjang untuk mengamati keberlanjutan dampak konseling terhadap pengetahuan ibu dan status gizi anak dalam periode yang lebih lama.

Selain itu penelitian selanjutnya dapat mempertimbangkan variabel lain yang mungkin memengaruhi status gizi anak, seperti tingkat pendapatan keluarga, tingkat pendidikan ayah, atau akses terhadap sumber daya kesehatan. Hal ini dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif.

5. Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Kepala Puskesmas Lembeyan beserta tim dan pihak-pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu per satu atas kontribusinya pada pelaksanaan penelitian sampai selesai.

Pernyataan konflik kepentingan
Penulis menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa tidak ada konflik kepentingan dalam pelaksanaan penelitian ini

6. Daftar Pustaka

- Buku Saku Nasional PSG. Buku Saku Nasional Pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI). Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Fitriyani, P., et al. (2019). Effectiveness of nutrition counseling using flipchart media on mother's knowledge and attitude in stunting prevention. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 14(1), 15-22
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Nugraha, D., Salam, A., & Laraeni, Y. (2017). Pengaruh konseling gizi terhadap tindakan ibu dalam pemberian MP-ASI dan berat badan balita gizi kurang 6-24 bulan di Desa Sesela wilayah kerja Puskesmas Gunungsari Kabupaten Lombok Barat. *Jurnal Gizi Prima*, 2(2), 137-147. <http://jgp.poltekkes-mataram.ac.id/index.php/home/article/view/98>
- Puspasari, N., & Andriani, M. (2017). Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi dan Asupan Makan Balita dengan Status Gizi Balita (BB/U) Usia 12-24 Bulan. *Amerta Nutr*, 1(4), 369-378
- Soetjiningsih. *Tumbuh Kembang Anak*. 2012. Jakarta: EGC
- Sulistyoningsih, H. (2011). *Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu (Arial 10 Justify, labeling sitasi dengan nomor Daftar Pustaka)