

**HUBUNGAN PEMBERIAN MP-ASI DINI DENGAN OBESITAS PADA BAYI  
USIA 0-6 BULAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS  
PASAR IKAN KOTA BENGKULU**

Lety Arlenti<sup>1</sup>, Rismayani<sup>2</sup>, Erli Zainal<sup>3</sup>  
Program Studi D III Kebidanan  
STIKes Sapta Bakti Bengkulu  
Email: Lentiarlety@gmail.com

**ABSTRAK**

**Latar belakang:** Makanan pendamping ASI adalah makanan yang diberikan kepada bayi/anak disamping ASI untuk memenuhi kebutuhan gizinya. MP-ASI diberikan mulai umur 6-24 bulan dan merupakan makanan peralihan dari ASI ke makanan keluarga. Pengenalan dan pemberian MP-ASI harus dilakukan secara bertahap baik bentuk maupun jumlah. Hal ini dimaksudkan untuk menyesuaikan kemampuan alat cerna bayi dalam menerima MP-ASI. **Tujuan** Penelitian mengetahui pengaruh hubungan pemberian MP-ASI dini dengan obesitas pada bayi usia 0-6 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu. **Metode** Penelitian ini adalah metode *Analitik* menggunakan desain *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah 70 Ibu yang memiliki bayi usia 6-12 bulan yang memberikan MP-ASI dini pengambilan sampel dengan teknik *total sampling* yaitu cara pengambilan sampel data dengan menggunakan lembar koesioner dan lembar ceklis menggunakan uji T-test. Data yang diperoleh dianalisis dengan uji data statistic analitik dengan bantuan program SPSS. **Kesimpulan** penelitian ini yaitu adanya hubungan pemberian MP-ASI dini dengan obesitas pada bayi usia 0-6 bulan. **Saran** Penelitian ini hendaknya dapat bermanfaat kemampuan untuk memperluas wawasan dan pengalaman ibu-ibu dalam pemberian MP-ASI pada bayinya khususnya meningkatkan ilmu pengetahuan belajar dalam meningkatkan kemampuan menjaga pertumbuhan bayinya  
**Kata kunci** : MP-ASI dini; pertumbuhan; Obesitas

**ABSTRACT**

**Background:** Complementary food for breastfeeding is food given to infants/children in addition to breast milk to meet their nutritional needs. MP-ASI is given from 6-24 months of age and is a transitional food from breast milk to family food. The introduction and administration of MP-ASI must be carried out in stages both in form and quantity. This is intended to adjust the ability of the baby's digestive system to receive MP-ASI. **Purpose** the study was to determine the effect of the relationship between early complementary feeding and obesity in infants aged 0-6 months in the Working Area of the Fish Market Community Health Center in Bengkulu City. **This research method** is an analytical method using a cross-sectional design. The population in this study were 70 mothers who had babies who gave early MP-ASI. Sampling was taken using the total sampling technique, namely the method of data sampling using questionnaires and checklists using the T-test. The data obtained were analyzed by statistical analytic data test with the help of the SPSS program. **The conclusion** of this study is that there is a relationship between early complementary feeding and obesity in infants aged 0-6 months. **Suggestions** This research should be able to benefit the ability to broaden the insights and experience of mothers in giving MP-ASI to their babies, especially increasing learning knowledge in increasing the ability to maintain the growth of their babies  
**Keywords:** Early MP-AS; growth; Obesity

## LATAR BELAKANG

Salah satu permasalahan kesehatan di Indonesia adalah cakupan pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif yang belum berhasil. United Nation Children Fund (UNICEF) dan World Health Organization (WHO) menganjurkan usaha penurunan angka kesakitan dan kematian anak dengan cara pemberian ASI yang sebaiknya diberikan minimal 6 bulan lamanya. ASI dapat diberikan kepada anak hingga usia 2 tahun dan diselingi dengan pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) setelah anak usia 6 bulan. Pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan dianjurkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jenis makanan padat dan semi padat boleh diberikan kepada bayi setelah usia 6 bulan sebagai makanan pendamping selain ASI (Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, 2014). Pengenalan dan pemberian MP-ASI harus dilakukan secara bertahap baik bentuk maupun jumlahnya, sesuai dengan kemampuan pencernaan bayi/anak. ASI hanya memenuhi kebutuhan gizi bayi sebanyak 60% pada bayi usia 6-12 bulan. Sisanya harus dipenuhi dengan makanan lain yang cukup jumlahnya dan baik gizinya. Oleh sebab itu pada usia enam bulan keatas bayi membutuhkan tambahan gizi lain yang berasal dari MP-ASI (Mufida, Widyarningsih and Maligan, 2015).

Namun disisi lain, sering juga bayi yang diberi susu formula mengalami marasmus (kurang gizi). Hal ini terjadi karena pengenceran susu dengan air melebihi ketentuan yang bukan saja menurunkan kadar kalori, tetapi juga protein sehingga kebutuhan bayi akan kedua zat gizi utama tidak terpenuhi (Khasanah, 2011)

Berat badan bayi pada tahun pertama perlu terus dipantau tujuannya, ketika ada gangguan pertambahan berat badan, dapat segera ditangani dengan berturut-turut

tidak naik (3T), artinya balita mengalami gangguan pertumbuhan,

sehingga harus langsung dirujuk ke Puskesmas/ Rumah Sakit. salah satu pita wama atau pindah ke pita wama diatasnya (Kemenkes,2014)

Obesitas merupakan keadaan yang menunjukkan ketidakseimbangan antara tinggi dan berat badan akibat jaringan lemak didalam tubuh sehingga terjadi kelebihan berat badan yang melampaui ukuran ideal (Sumanto, 2009).

Kelebihan berat badan pada bayi yang mendapatkan susu formula diperkirakan karena kelebihan air dan komposisi lemak tubuh yang berbeda dibandingkan bayi yang mendapat ASI. Selain itu, berbagai penelitian menunjukkan bahwa bayi yang mengkonsumsi ASI dapat mengatur asupan kalori sesuai dengan kebutuhannya masing-masing. Kemampuan tersebut diperkirakan menjadi alasan bayi yang mengonsumsi ASI cenderung kurang memiliki masalah obesitas dikemudian hari. Namun disisi lain, sering juga bayi yang diberi susu formula mengalami marasmus (kurang gizi). Hal ini terjadi karena pengenceran susu dengan air melebihi ketentuan yang bukan saja menurunkan kadar kalori, tetapi juga protein sehingga kebutuhan bayi akan kedua zat gizi utama tidak terpenuhi (Khasanah, 2011).

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah studi analitik dengan desain secara *cross-sectional*, dimana dalam penelitian ini variabel bebas (faktor resiko) adalah Obesitas dan variabel terikat (efek) adalah MP-ASI dini. Diamati/diukur pada saat yang sama, tetapi tiap subjek hanya diobservasi satu kali dan pengukuran variabel dilakukan pada saat pemeriksaan tersebut (Nova, 2015).

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki bayi yang berusia 6-12 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu berjumlah 70 orang. Sampel dalam penelitian ini yaitu teknik *total sampling* yang digunakan yaitu dengan menggunakan *Total Sampling* yaitu cara pengambilan sampel secara keseluruhan pada ibu yang memiliki bayi usia 6-12 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu sebanyak 70 orang

**HASIL PENELITIAN**

Data yang telah terkumpul diolah menggunakan komputerisasi dan disajikan dalam bentuk tabel.

Distribusi frekuensi responden berdasarkan jumlah pemberian MP-ASI dan jumlah obesitas di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu.

Variabel	Jumlah	Presentase (%)
MP-ASI		
MP-ASI dini	48	68,6%
MP-ASI sesuai usia	22	31,4%
Jumlah	70	100%
Obesitas		
Obesitas	48	68,6%
Tidak Obesitas	22	31,4%
Jumlah	70	100%

Berdasarkan tabel 4.1. menunjukkan bahwa pemberian MP-ASI dari 70 Responden yang memberiakn MP-ASI dini hampir sebagian besar 48 (68,6%) bayinya mengalami obesitas. Sedangkan diketahui pemberian MP-ASI sesuai usia hampir sebagian kecil 22 (31,4 %) bayinya tidak obesitas.

hubungan pemberian MP-ASI dini dengan obesitas pada bayi usia 0-6 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu.

Pemberian MP-ASI	Obesitas pada bayi 0-6 bulan		Total		F	%	Nilai p	X <sup>2</sup>
	Obesitas	Tidak Obesitas						
MP-ASI dini	39	18,8%	9	18,8%	48	68,6	0,001	11,392
	9	40,9%	13	59,1%	22	31,4		
MP-ASI sesuai usia								
TOTAL	48	68,6%	22	31,4%	70	100		

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa dari 48 responden yang memberikan MP-ASI dini hampir semua 39 (81,3%) bayinya mengalami obesitas, Dan sebagian kecil 9 (18,8%) responden bayinya tidak mengalami obesitas. Dari 22 responden yang memberikan MP-ASI sesuai usia terdapat terdapat hampir sebagian kecil 9 (40,9%) bayinya mengalami obesitas, dan hampir sebagian besar 13 (59,1%) responden tidak mengalami obesitas pada bayi usia 0-6 bulan. Selanjutnya sesuai uji statistik *chi-square* yang digunakan didapatkan nilai  $P = 0,001 < \alpha = 0,05$  yang berarti ditemukannya hubungan yang bermakna antara pemberian MP-ASI dini dengan obesitas pada bayi 0-6 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu.

**PEMBAHASAN**

Hasil analisa univariat Berdasarkan tabel 4.1 menjelaskan bahwa distribusi responden penelitian pada kelompok variabel independen. menunjukkan bahwa dari 70 Responden yang memberikan MP-ASI dini hampir sebagian besar 48 (68,6%) bayinya mengalami obesitas. Sedangkan diketahui pemberian MP-ASI sesuai usia hampir sebagian kecil 22 (31,4 %) bayinya tidak obesitas.

Air susu ibu benar-benar bergizi sehingga tidak memerlukan tambahan. Komposisinya juga unik bagi bayi serta bervariasi sesuai dengan pertumbuhannya. ASI mudah dicerna dan langsung terserap. Kekurangan gizi, alergi, kolik, konstipasi (sembelit), dan obesitas (kegemukan) tampak lebih kecil kemungkinannya terjadi pada bayi yang mengonsumsi ASI Makanan utama bayi yaitu air susu ibu (ASI) sehingga perlu dipersiapkan sebelum bayi lahir, ASI hendaknya sudah dipersiapkan sejak janin masih dalam kandungan dengan cara merawat payudara selama masa kehamilan, terutama pada 2- 3 bulan sebelum ibu melahirkan. Waktu pemberian ASI adalah sedini dan sesering mungkin sampai anak umur 2 tahun (Wirda, 2009).

Hasil analisa bivariat pada tabel 4.2 menunjukkan bahwa dari 70 responden yang memberikan MP-ASI dini hampir sebagian besar 39(81,3%) bayinya mengalami obesitas dari uji tersebut juga didapat nilai  $p=0,001 < (\alpha) 0,05$ , berarti terdapat hubungan yang bermakna antara pemberian MP-ASI dini dengan obesitas pada bayi 0-6 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu.

Penelitian ini didukung oleh Khasanah (2011) bahwa pemberian ASI eksklusif memiliki peran awal dalam mengurangi obesitas pada anak. Anak-anak yang diberi ASI memiliki risiko berat badan berlebih atau obesitas lebih rendah ketimbang anak yang diberi susu formula, karena Proses menyusui cukup berbeda dengan pemberian susu formula. Seorang bayi yang menyusui cenderung mengambil ASI sesuai dengan kebutuhannya dan berhenti

ketika ia sudah merasa cukup (Khasanah, 2011).

Kelebihan berat badan pada bayi yang mendapatkan susu formula dan bubur tim berbeda dibandingkan bayi yang mendapat ASI. Bayi yang mengkonsumsi ASI dapat mengatur sesuai dengan kebutuhannya masing-masing. Kemampuan tersebut diperkirakan menjadi alasan bayi yang mengonsumsi ASI cenderung kurang memiliki masalah obesitas dikemudian hari. Namun disisi lain, sering juga bayi yang diberi susu formula mengalami marasmus (kurang gizi) (Khasanah, 2011).

Selain itu, Saat bayi berumur 6 bulan keatas, sistem pencernaannya sudah relatif sempurna dan siap menerima MP-ASI. Beberapa enzim pemecah protein seperti asam lambung, pepsin, lipase, enzim amilase, dan sebagainya baru akan diproduksi sempurna pada saat ia berumur 6 bulan. Sehingga mengakibatkan penambahan berat badan pada bayi yang diberi MP-ASI sesuai usia lebih lambat di banding dengan bayi yang diberikan MP-ASI dini. Hal ini disebabkan karena proses pemecahan sari-sari makanan yang belum sempurna pada bayi kurang dari 1 bulan yang telah diberikan MP-ASI. Sehingga menunda pemberian MP-ASI sampai 6 bulan dapat melindungi bayi dari obesitas dikemudian hari (Luluk, 2005).

Hasil penelitian ini menunjukkan juga bahwa dari 70 responden yang dijadikan sampel, terdapat bayi yang diberikan MP-ASI dini tidak mengalami obesitas sebagian kecil (18,8%). Hal ini terjadi karena banyaknya faktor bukan dari faktor pemberian MP-ASI saja tetapi adanya faktor lain yang mempengaruhi seperti ibu kurang menjaga kebersihan terutama pada saat menyediakan dan memberikan makanan pada anak, menyimpan makan matang tanpa tutup, dan kurang mengamati perilaku kebersihan dari pengasuh anaknya.

Bagi para orang tua yang telah memberikan MP-ASI dini pada bayi > 6bulan hendaknya melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat, semua perilaku yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga dapat menolong dirinya sendiri dibidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan masyarakat. Tentang kebersihan lingkungan dan bagi para ibu-ibu lebih berhati-hati dalam pemberian MP-ASI. Misalkan, cuci tangan sebelum memberikan makanan pada anak. Karena hal ini akan memicu gangguan pencernaan oleh kotoran yg masuk ke makanan melalui tangan. Selain itu juga, pemberian susu formula yang akan diberikan pada bayi harus disesuaikan dengan takaran pembuatan dan kemampuan bayi untuk mengkonsumsinya. Bekerja sama dengan tim gizi untuk pemantauan penambahan berat badan pada bayi di tiap bulannya.

#### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil dan tujuan penelitian hubungan pemberian MP-ASI dini dengan obesitas pada bayi usia 0-6 bulan. maka dapat dibuat simpulan hampir Sebagian besar 48 (68,6%) responden di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu yang memberikan MP-ASI dini. Hampir seluruh (81,3 %) anak usia 0-6 bulan diberikan MP-ASI dini di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu mengalami obesitas.

ada hubungan antara pemberian MP-ASI dini dengan obesitas pada bayi usia 0-6 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu.

#### **SARAN**

##### **Bagi peneliti selanjutnya**

Agar dapat melaksanakan seminar pada tenaga kesehatan khususnya bidan tentang manfaat pemberian ASI eksklusif 6 bulan sehingga diharapkan tenaga kesehatan dapat memberikan informasi pada masyarakat luas tentang pemanfaatan dari pemberian ASI eksklusif tersebut. Hal ini bisa dilakukan dengan cara memberikan selebaran kepada ibu, membuat spanduk, dan lain-lain.

### Bagi Ibu

Diharapkan ibu dapat memberikan MP-ASI sesuai dengan usia bayi agar tidak terjadi obesitas pada bayi.

### Tempat Penelitian

Meningkatkan kerja sama dengan tim gizi atau petugas kesehatan untuk lebih memantau pertambahan berat badan bayi ditiap bulannya dan memberikan penyuluhan pada ibu yang memiliki bayi untuk memberikan MP-ASI sesuai dengan usia yaitu usia > 6 bulan. Agar dapat mencegah berat badan yang lebih (obesitas). Selain itu, para tenaga kesehatan hendaknya memberikan KIE kepada ibu hamil, bersalin, dan menyusui tentang MP-ASI sesuai usia dan bervariasi untuk mencegah berat badan yang lebih dikemudian hari.

### DAFTAR PUSTAKA

1. Chomaria, Nurul. 2015. *Tumbuh Kembang Anak Usia 0-5 Tahun*. Surakarta: Cinta Menebar Cinta Menuai Hikmah
2. Dinkes Kota Bengkulu, 2010. *Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Kota Bengkulu Tahun 2010*. Bengkulu: Dinkes Provinsi Bengkulu.
3. Indiarti,dkk. 2015.*Nutrisi janin dan bayi*.Yogyakarta: Parama Ilmu
4. Kemenkes RI, 2015. *Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2015-2019*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
5. Khasanah, N. 2011. *ASI Atau Susu Formula Ya?*. Yogyakarta: Flash Book
6. Luluk, 2005. *Resiko Pemberian MPASI Terlalu Dini*. <http://wrm-Indonesia.org/content/view/647/>
7. Monika, F. 2014. *Buku Pintar ASI dan Menyusui*. (K. Sulistiyani, Ed.). Jakarta: Noura Books.
8. Mufida, L., Widyaningsih, T. D., & Maligan, J. M. 2015. *Prinsip Dasar Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) untuk Bayi 6-24 Bulan*: Kajian Pustaka. Jurnal Pangan Dan Agroindustri UB
9. Notoatdmojo, S. 2010. *Metodologi penelitian kesehatan edisi revisi*. Jakarta: Rineka Cipta
10. Notoatmodjo, 2015. *Promosi kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
11. Proverawati, A. 2010. *BBLR (Berat Badan Lahir Rendah)*. Nuha Medika
12. Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI .2014. *Situasi dan Analisis ASI Eksklusif*. Jakarta.
13. WHO. (2012). *Complementary Food*.
14. Wirda. 2009. *Buku Saku Gizi Bayi*. Jakarta: EGC. p. 2 – 3
15. Wulandari, 2011. *Asuhan kebidanan III (Nifas)*. Yogyakarta : Mitra Cendikia Press