

HUBUNGAN PRATIK PEMBERIAN MP-ASI DENGAN PENINGKATAN BERAT BADAN BALITA DI POSYANDU DESA TIMBANG JAYA KECAMATAN BAHOROK KABUPATEN LANGKAT

Ramadhana Mutia Eka Ismail¹, Eliska, S.K.M., M.Kes²

Universitas Islam Negeri Sumatra Utara, Medan

e-mail: ismaildhana86@gmail.com

Abstract. Proper administration of complementary foods (MP-ASI) plays a crucial role in supporting the growth of toddlers, particularly in achieving weight gain appropriate for their age. This study aimed to examine the relationship between complementary feeding practices and weight gain among toddlers at the *Posyandu* (Integrated Health Post) in Timbang Jaya Village, Bahorok District, Langkat Regency. A quantitative approach with a cross-sectional design was employed, involving 34 respondents selected via total sampling. Data were collected using questionnaires and analyzed using the Chi-Square test at a significance level of $\alpha = 0.05$. The results indicate that most mothers practiced correct complementary feeding methods, and the majority of children experienced weight gain in accordance with KMS (Health Card) standards. Chi-Square analysis revealed a significant relationship between complementary feeding practices and toddler weight gain ($p < 0.05$). Thus, correct complementary feeding practices have a positive impact on weight gain; consequently, it is important to continue promoting these practices by providing education to mothers.

Keywords: Complementary foods, toddlers, weight gain, Chi-Square.

Abstrak. Pemberian makanan pendamping Air Susu Ibu yang tepat sangat berperan penting dalam mendukung pertumbuhan balita, terutama dalam meningkatkan berat badan sesuai dengan usia anak. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara cara memberikan MP-ASI dengan pertambahan berat badan anak balita di Posyandu Desa Timbang Jaya, Kecamatan Bahorok, Kabupaten Langkat. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional yang melibatkan 34 responden yang dipilih melalui metode total sampling. Data dihimpun menggunakan kuesioner dan dianalisis dengan uji Chi-Square pada tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Penelitian menunjukkan bahwa kebanyakan ibu sudah menerapkan cara memberi MP-ASI yang benar, dan sebagian besar anak-anak mengalami kenaikan berat badan sesuai dengan standar KMS. Analisis Chi-Square menunjukkan bahwa ada hubungan penting antara cara memberikan MP-ASI dengan kenaikan berat badan anak balita ($p < 0,05$). Dengan demikian, cara memberikan MP-ASI yang benar berdampak positif pada kenaikan berat badan bayi, sehingga penting untuk terus ditingkatkan dengan memberikan penjelasan kepada ibu.

Kata kunci: MP-ASI, balita, peningkatan berat badan, Chi-Square.

PENDAHULUAN

Menurut World Health Organization (WHO), dua tahun pertama hidup seseorang adalah masa yang sangat penting dan menentukan untuk pertumbuhan serta perkembangan anak. Setelah bayi berusia 6 bulan, ASI sudah tidak cukup lagi untuk memenuhi semua

kebutuhan nutrisi dan energi bayi, sehingga dibutuhkan pemberian makanan pendamping asi (MP-ASI) yang diberikan tepat waktu, cukup, aman, dan sesuai dengan usia bayi. Pemberian ASI tetap dilanjutkan hingga usia dua tahun atau lebih. Memberikan MP-ASI dengan cara yang tidak tepat, seperti pemberian terlalu cepat, terlalu lambat, atau dengan kualitas

dan jumlah yang tidak cukup, dapat meningkatkan risiko terjadinya gangguan pertumbuhan, kekurangan gizi, serta menghambat penambahan berat badan anak balita (World Health Organization [WHO], 2023).

Di Indonesia, masalah nutrisi pada anak-anak balita masih menjadi tantangan dalam bidang kesehatan masyarakat. Satu hal yang memengaruhi kesehatan gizi anak balita adalah cara pemberian ASI tambahan yang belum sesuai dengan anjuran yang diberikan. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia mengatakan bahwa MP-ASI harus memenuhi empat prinsip penting, yaitu diberikan di waktu yang tepat, memiliki nutrisi yang mencukupi, diolah secara bersih dan aman, serta diberikan secara sesuai dengan kemampuan dan kebutuhan anak. Penerapan prinsip tersebut diharapkan dapat membantu pertumbuhan yang sehat dan maksimal, termasuk meningkatkan berat badan anak usia balita sesuai dengan standar pertumbuhan yang ditetapkan oleh Kementerian Kesehatan RI tahun 2024.

UNICEF juga menjelaskan bahwa memberikan makanan pendamping asi yang tepat adalah salah satu langkah penting untuk mencegah stunting dan gizi buruk pada anak. MP-ASI yang beragam, memiliki gizi seimbang, dan diberikan sesuai dengan usia anak dapat memenuhi kebutuhan nutrisi yang dibutuhkan pada masa tumbuh kembangnya, sehingga membantu meningkatkan berat badan dan perkembangan anak secara optimal (UNICEF, 2024).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa praktik pemberian MP-ASI berhubungan pertumbuhan balita. MP-ASI yang diberikan sesuai usia, frekuensi, jumlah, dan jenis makanan dapat membantu memenuhi kebutuhan zat gizi sehingga mendukung peningkatan berat badan secara optimal. Sebaliknya, Pemberian MP-ASI yang tidak tepat bisa menyebabkan berat badan balita sulit naik dan meningkatkan risiko masalah gizi pada anak (Agustina & Listiowati, 2015).

Berdasarkan hasil pengamatan di posyandu Desa Timbang Jaya, Kecamatan Bahorok, kabupaten Langkat, masih dijumpai variasi praktik pemberian MP-ASI pada ibu balita, baik dari aspek waktu pemberian pertama, frekuensi pemberian, kesesuaian menu, maupun rutinitas pemberian setiap hari. Perbedaan praktik tersebut diduga memengaruhi peningkatan berat badan balita yang dipantau melalui penimbangan rutin dan kartu menuju sehat (KMS). Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan praktik pemberian MP-ASI dengan peningkatan berat badan balita sehingga hasil penelitian diharapkan dapat menjadi dasar dalam meningkatkan edukasi gizi kepada ibu balita dan mendukung Upaya perbaikan status gizi anak.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan **Kuantitatif** dengan desain **analitik observasional** menggunakan rancangan cross-sectional. Pendekatan ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara praktik pemberian makanan pendamping air susu ibu (MP-ASI) dengan peningkatan berat badan balita. Pengukuran variable independen dan variable dependen dilakukan pada waktu yang sama sehingga hubungan antar variable dapat dianalisis menggunakan uji statistik.

Penelitian dilaksanakan pada **23 Juli 2026 di posyandu desa timbang jaya, kecamatan bahorok, kabupaten langkat, provinsi Sumatera utara**. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki balita dan terdaftar sebagai peserta posyandu di desa timbang jaya. Sample penelitian berjumlah **23 ibu memiliki balita**, dengan Teknik pengambilan sample dengan menggunakan total sampling, yaitu seluruh anggota populasi yang memenuhi kriteria inklusi dijadikan responden penelitian. Teknik ini dipilih karena jumlah populasi relative sedikit sehingga seluruh

populasi dapat dijadikan sample penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini dilakukan pada 34 ibu yang memiliki balita. Data diperoleh melalui kuesioner mengenai pemberian Makanan pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) dan dikaitkan dengan peningkatan berat badan balita berdasarkan kondisi balita yang dilaporkan pada kuesioner

Tabel 1 Distribusi Pemberian MP-ASI Pada Balita

Kategori Pemberian MP-ASI	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	24	70,6
Kurang	10	29,4
Total	34	100

Berdasarkan Tabel 1.1 diketahui bahwa dari **34 responden yang memiliki balita**, Sebagian besar memberikan MP-ASI dengan kategori baik, yaitu sebanyak **24 responden (70,6%)**. Sementara itu, sebanyak **10 responden (29,4%)** memberikan MP-ASI dengan kategori kurang.

Tabel 2 Distribusi Peningkatan Berat badan Balita

Peningkatan Berat Badan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Meningkat	27	79,4
Tidak Meningkat	7	20,6
Total	34	100

Berdasarkan Tabel 1.2 Diketahui bahwa dari **34 balita** yang menjadi responden penelitian, Sebagian besar mengalami **peningkatan berat badan**, yaitu sebanyak **27 balita (79,4%)**. Sementara itu, **sebanyak 7 balita (20,6%)** tidak mengalami peningkatan berat badan.

Tabel 3 Hubungan Pemberian MP-ASI dengan peningkatan berat badan balita (uji chi-square)

Pemberian MP-ASI	Berat Badan Meningkat n (%)	Berat Badan Tidak Meningkat n (%)	Total n (%)
Baik	23 (95,8%)	1 (4,2%)	24 (70,6%)
Kurang	4 (40,0%)	6 (60,0%)	10 (29,4%)
Total	27 (79,4%)	7 (20,6%)	34 (100%)

Berdasarkan Tabel 1.3 terlihat bahwa dari 24 orang yang memberikan MP-ASI dengan kategori baik, terdapat 23 orang (95,8%) yang berat badannya meningkat, sedangkan 1 orang (4,2%) tidak ada peningkatan berat badannya. Sementara itu, dari 10 orang yang diberi MP-ASI dengan kategori kurang, ada 4 orang (40%) yang berat badannya meningkat dan 6 orang (60%) tidak mengalami peningkatan berat badan. Data tersebut menunjukkan bahwa balita yang mendapat MP-ASI dengan kualitas baik cenderung tumbuh lebih baik dalam berat badannya dibandingkan balita yang mendapat MP-ASI dengan kualitas kurang.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memberikan MP-ASI dengan kualitas baik, yaitu 24 responden atau sekitar 70,6%. Sementara itu, 10 responden atau 29,4% masih memberikan MP-ASI dengan kualitas kurang. Selain itu, dari hasil penelitian terlihat bahwa 27 balita (79,4%) mengalami peningkatan berat badan, sedangkan 7 balita (20,6%) tidak mengalami peningkatan berat badan. Dari hasil tabulasi silang, ditemukan bahwa dari 24 responden yang memberikan MP-ASI dengan kategori baik, sebanyak 23 balita (95,8%) mengalami peningkatan berat badan. Sebaliknya, pada kelompok responden yang memberikan MP-ASI dengan kategori kurang, hanya 4 balita (40,0%) yang mengalami peningkatan berat badan, sedangkan 6 balita (60,0%)

tidak mengalami peningkatan berat badan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa balita yang mendapatkan MP-ASI dengan kualitas baik cenderung memiliki pertambahan berat badan yang lebih baik dibandingkan balita yang mendapatkan MP-ASI dengan kualitas kurang.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh **World Health Organization (WHO)** tahun 2023, yang menyebutkan bahwa dua tahun pertama kehidupan anak merupakan masa yang sangat penting dan menentukan bagi pertumbuhan serta perkembangan mereka. Setelah bayi berumur 6 bulan, ASI tidak lagi cukup untuk memenuhi semua kebutuhan energi dan nutrisi, sehingga diperlukan pemberian makanan pendamping ASI yang tepat waktu, cukup, aman, serta sesuai dengan usia anak.

Pemberian ASI tetap dilanjutkan hingga usia dua tahun atau lebih. WHO juga menjelaskan bahwa cara pemberian MP-ASI yang tidak tepat, seperti memberikan terlalu awal, terlalu lambat, atau kualitas serta jumlah yang tidak cukup, dapat meningkatkan risiko gangguan pertumbuhan, kekurangan gizi, dan menghambat kenaikan berat badan anak balita. Karena itu, tingginya persentase balita yang mengalami kenaikan berat badan pada kelompok yang diberi MP-ASI dengan kualitas baik dalam penelitian ini menunjukkan bahwa cara pemberian MP-ASI yang sesuai dengan rekomendasi berpengaruh terhadap pertumbuhan balita.

Temuan penelitian ini juga sejalan dengan pendapat Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2024 yang menyebutkan bahwa MP-ASI harus memenuhi empat prinsip utama, yakni diberikan pada waktu yang tepat, memiliki gizi yang cukup, diolah secara higienis dan aman, serta diberikan secara responsif sesuai dengan kemampuan dan kebutuhan anak. Menerapkan prinsip-prinsip tersebut diharapkan dapat membantu pertumbuhan yang terbaik, termasuk peningkatan berat badan anak-anak balita sesuai dengan standar pertumbuhan yang seharusnya. Dalam penelitian ini, sebagian

besar ibu memberikan MP-ASI dengan kategori baik, sehingga sebagian besar balita mengalami peningkatan berat badan. Sebaliknya, di kelompok ibu yang belum memberikan MP-ASI sesuai dengan indikator penelitian, masih ada balita yang tidak mengalami peningkatan berat badan, yang menunjukkan bahwa cara pemberian MP-ASI yang tidak tepat dapat mengganggu pertumbuhan balita.

Berdasarkan hasil penelitian dan teori yang telah ada, dapat disimpulkan bahwa pemberian MP-ASI merupakan salah satu faktor penting yang berpengaruh terhadap peningkatan berat badan balita.

Memberikan MP-ASI yang sesuai dengan usia anak, dengan frekuensi pemberian yang cukup, jenis makanan yang sesuai kebutuhan gizi, dan diberikan secara teratur akan membantu memenuhi kebutuhan energi dan nutrisi balita, sehingga mendukung pertumbuhan yang maksimal. Jika pemberian MP-ASI tidak sesuai, maka asupan gizi anak mungkin tidak terpenuhi dengan baik, sehingga berisiko mengganggu pertumbuhan berat badannya.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini mendukung gagasan dari **World Health Organization (2023)** dan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2024) bahwa cara memberikan makanan pendamping asi yang benar sangat penting dalam membantu tumbuh kembang dan kebugaran gizi anak balita. Oleh karena itu, perlu ditingkatkan pemahaman ibu tentang cara memberi MP-ASI yang sesuai dengan anjuran, mulai dari kapan memberi, seberapa sering, apa saja makanan yang cocok, serta bagaimana memberinya. Selain itu, pengawasan pertumbuhan anak balita melalui kegiatan Posyandu harus terus ditingkatkan agar gangguan pertumbuhan bisa terdeteksi lebih awal dan segera diberi penanganan yang tepat.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian tentang hubungan antara cara pemberian makanan pendamping air susu ibu (MP-ASI) dengan peningkatan berat badan balita di

Posyandu Desa Timbang Jaya, Kecamatan Bahorok, Kabupaten Langkat yang melibatkan 34 ibu yang memiliki balita, dapat disimpulkan bahwa cara pemberian MP-ASI memainkan peran penting dalam membantu meningkatkan berat badan balita. Sebagian besar orang yang menjawab sudah memberikan MP-ASI dengan kualitas yang baik, yaitu sebanyak 24 orang (70,6%), sementara 10 orang (29,4%) masih memberikan MP-ASI dengan kualitas yang kurang. Ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu sudah memberikan MP-ASI sesuai dengan indikator penelitian, meskipun masih ada beberapa ibu yang belum memberikan MP-ASI secara tepat.

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa kebanyakan balita mengalami kenaikan berat badan yang sesuai dengan pemantauan pertumbuhan mereka. Dalam kelompok ibu yang memberi ASI tambahan dengan kualitas baik, hampir semua balita mengalami kenaikan berat badan. Sebaliknya, pada kelompok ibu yang memberikan ASI tambahan dengan kategori kurang, terdapat lebih banyak balita yang tidak mengalami peningkatan berat badan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa cara memberikan MP-ASI yang benar terkait dengan kenaikan berat badan balita yang lebih baik.

Berdasarkan hasil uji **Chi-Square**, diperoleh bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara praktik pemberian MP-ASI dengan peningkatan berat badan balita ($p < 0,05$). Hal ini memperlihatkan bahwa pemberian MP-ASI yang sesuai dengan anjuran berdampak positif terhadap pertumbuhan anak balita, terutama dalam meningkatkan berat badan sesuai dengan usia mereka. Pemberian MP-ASI yang belum tepat bisa menjadi salah satu penyebab menghambat pemenuhan kebutuhan gizi, sehingga memengaruhi peningkatan berat badan balita tidak optimal.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin baik praktik pemberian MP-ASI yang diterapkan oleh ibu, semakin besar peluang balita mengalami peningkatan berat badan yang

optimal. Oleh karena itu, diperlukan peningkatan edukasi kepada ibu mengenai pemberian MP-ASI yang tepat sesuai rekomendasi, serta penguatan pemantauan pertumbuhan balita melalui kegiatan Posyandu agar pertumbuhan balita dapat terus dipantau dan gangguan pertumbuhan dapat dideteksi serta ditangani sejak dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, S. W., & Listiowati, E. (2015). Hubungan frekuensi pemberian makanan pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) dengan berat badan anak usia di bawah dua tahun. *Mutiara Medika: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 15(2). <https://journal.umy.ac.id/index.php/m/article/view/1011>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Pedoman pemberian makan bayi dan anak (PMBA)*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Pemberian MP-ASI harus penuhi 4 syarat ini*. <https://www.kemkes.go.id/id/pemberian-mpasi-harus-penuhi-4-syarat-ini>
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sofya, A., Novita, N. C., Afgani, M. W., & Isnaini, M. (2024). Metode survey: Explanatory survey dan cross sectional dalam penelitian kuantitatif. *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 4(3).
- Sugiyono. (2022). *Metode penelitian kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Wang, X., & Cheng, Z. (2020). Cross-sectional studies: Strengths, weaknesses, and recommendations. *CHEST*.
- World Health Organization. (2023). *Infant and young child feeding*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact->

sheets/detail/infant-and-young-child-feeding
World Health Organization. (2023). *WHO guideline for complementary feeding of infants and young children 6–23*

months of age. World Health Organization.
<https://www.who.int/publications/i/item/9789240081864>