

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Makanan Pendamping ASI (MP-ASI)

Makanan pendamping ASI (MP-ASI) adalah makanan yang diberikan kepada bayi / anak disamping ASI untuk memenuhi kebutuhan gizinya (Depkes RI, 1992). MP-ASI ini diberikan pada anak berumur 4 bulan sampai 24 bulan, karena pada masa itu produksi ASI makin menurun sehingga suplai zat gizi dari ASI tidak lagi memenuhi kebutuhan gizi anak yang semakin meningkat sehingga pemberian dalam bentuk makanan pelengkap sangat dianjurkan (WHO, 1993).

Sesudah bayi berumur 4 bulan secara berangsur perlu makanan tambahan berupa sari buah, atau buah-buahan, nasi tim, makanan lunak dan akhirnya makanan lembek. Adapun tujuan pemberian makanan tambahan adalah: (Depkes RI, 1993)

- Melengkapi zat gizi ASI yang kurang
- Mengembangkan kemampuan bayi untuk menerima macam-macam makanan dengan berbagai rasa dan bentuk.
- Mengembangkan kemampuan bayi untuk mengunyah dan menelan.

Makanan yang diberikan pada bayi dan anak harus memenuhi syarat-syarat sebagai berikut: (As'ad, 2002)

- Memenuhi kecukupan energi dan semua zat gizi sesuai dengan umur
- Susunan hidangan disesuaikan dengan pola menu seimbang, bahan makanan yang tersedia setempat, kebiasaan makan serta selera terhadap makanan.

- Bentuk dan porsi makanan disesuaikan dengan daya terima, toleransi dan keadaan faali bayi/ anak.
- Memperhatikan kebersihan perorangan dan lingkungan

2.1.1. Pola Pemberian MP-ASI

Bertambah umur bertambah pula kebutuhan gizinya oleh karena itu pada usia 4 bulan, kepada bayi mulai diberikan MP- ASI.

Departemen Kesehatan RI telah membuat bagan pemberian ASI/ MP-ASI menurut golongan umur seperti tertera pada tabel berikut:

Tabel 2.1. Pola Pemberian ASI / MP-ASI Menurut Golongan Umur

Gol Umur (bln)	Pola Pemberian ASI/MP-ASI			
	ASI	MP-ASI		
		Makanan Lumat	Makanan Lembik	Makanan Keluarga
0-4				
4-6				
6-12				
12-24				

Sumber: Departemen Kesehatan RI Tahun 1992

1. Pola Pemberian ASI Pada Bayi 0-4 Bulan

Pada Usia ini dikenal dengan pola pemberian dengan ASI Eksklusif yaitu pemberian ASI saja mulai dari lahir sampai bayi berusia 4 bulan. Dalam pelaksanaannya, menyusui dimulai sedini mungkin dan selanjutnya ASI diberikan sesuai dengan kehendak bayi tanpa dijadwalkan dan tanpa makanan dan minuman lainnya.

Hal-hal yang harus diperhatikan:

- Menyusui bayi setelah lahir (30 menit), berikan colostrum
- Berikanlah ASI dari kedua payudara, kiri dan kanan secara bergantian tiap kali sampai payudara terasa kosong.
- Berikanlah ASI setiap kali bayi meminta/ menangis tanpa jadwal

2. Pola Pemberian ASI / MP-ASI Pada Bayi 4- 6 Bulan

Hal-hal penting yang harus diperhatikan:

- Pemberian ASI diteruskan
- Pemberian MP-ASI berbentuk lumat halus karena bayi sudah memiliki refleks mengunyah, antara lain bubur susu, biskuit yang ditambah air atau susu, pisang dan pepaya yang dilumatkan. Untuk pertama kali berikan salah satu MP-ASI 1-2 kali sendok makan sebanyak 1-2 kali sehari.
- Perlu diingat, setiap kali memberikan MP-ASI perlu diberikan ASI lebih dahulu agar ASI dimanfaatkan seoptimal mungkin.

- Dalam memperkenalkan makanan baru pada bayi jangan dipaksakan, kalau bayi sulit menerima, ulangi pemberiannya pada saat bayi merasa lapar sedikit demi sedikit sampai bayi terbiasa dengan makanan tersebut.

3. Pola Pemberian ASI / MP-ASI Pada Bayi 6-12 Bulan

Hal-hal yang harus diperhatikan:

- Pemberian ASI diteruskan
- Bayi mulai diperkenalkan dengan makanan yang lebih padat dalam bentuk makanan lembek (nasi tim).
- Berikan makanan lembek sedikitnya 3 kali sehari
- Untuk mempertinggi nilai gizi makanan, nasi tim bayi ditambah sedikit dengan zat lemak yaitu santan, minyak kelapa atau margarin.
- Setiap kali makan berikan nasi tim dengan takaran:
 - Umur 6 bulan berikan 6 sendok makan
 - Umur 7 bulan berikan 7 sendok makan
 - Umur 8 bulan berikan 8 sendok makan
 - Umur 9 bulan berikan 9 sendok makan

Bila bayi meminta lagi ibu dapat menambahnya.

- pada umur 10 bulan, yaitu bayi mulai diperkenalkan dengan makanan keluarga secara bertahap tetapi bentuk dan kepadatan nasi tim bayi harus diatur secara

berangsur-angsur, lambat laun mendekati bentuk dan kepadatan makanan keluarga.

- Berikan makanan selingan satu kali sehari, dipilih jenis makanan yang bernilai gizi tinggi seperti bubur kacang hijau, buah dan lain-lain.
- Perlu diperkenalkan dengan beraneka ragam bahan makanan, agar bayi terbiasa memakan makanan yang beraneka ragam.

4. Pola Pemberian ASI / MP-ASI Pada Anak 12-24 Bulan

Hal-hal penting yang harus diperhatikan:

- Pemberian ASI diteruskan
- Pemberian MP-ASI atau makanan keluarga sekurang-kurangnya 3 kali sehari dengan porsi atau bentuk makanan orang dewasa setiap kali makan.
- Makanan selingan diberikan 2 kali sehari
- Berikan makanan bervariasi dengan menggunakan padanan makanan lainnya.

2.1.2. Bentuk Makanan Pendamping ASI

- a. Makanan lumat yaitu semua makanan yang dimasak dan disajikan dalam bentuk halus diberikan kepada bayi yang pertama kalinya.
- b. Makanan lembek yaitu makanan peralihan dari makanan lumat ke makanan biasa atau makan dewasa.
- c. Makanan biasa yaitu makanan yang dimasak dan disajikan sama dengan makanan orang dewasa.

2.2. Pertumbuhan dan Perkembangan

Istilah tumbuh kembang sebenarnya mencakup 2 (dua) peristiwa yang sifatnya berbeda tetapi saling berkaitan dan sulit dipisahkan, yaitu pertumbuhan dan perkembangan (Soetjiningsih,1995).

1. Pertumbuhan (*growth*) berkaitan dengan masalah perubahan dalam besar, jumlah, ukuran atau tingkat dimensi tingkat sel, organ maupun individu, yang bisa diukur dengan ukuran berat (gram,pound,kilogram), ukuran panjang (cm, meter), umur tulang dan keseimbangan metabolik.
2. Perkembangan (*development*) adalah bertambahnya kemampuan (*skill*) dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam pola yang teratur dan dapat diramalkan, sebagai hasil proses pematangan. Menyangkut proses diferensiasi dari sel-sel tubuh, organ-organ dan sistem organ yang berkembang sedemikian rupa sehingga masing-masing dapat memenuhi fungsinya.

2.2.1. Tanda-Tanda Tumbuh Kembang

Pertumbuhan dan perkembangan merupakan proses yang terjadi pada setiap makhluk. Manusia terutama pada masa kanak-kanak, mengalami proses tumbuh kembang ini secara cepat. Pertumbuhan dan perkembangan setiap anak berlangsung menurut prinsip-prinsip yang umum, namun setiap anak memiliki ciri khas yang tersendiri. Pertumbuhan yang terjadi pada seorang anak tidak hanya meliputi yang terlihat seperti perubahan fisik, tetapi juga perubahan dan perkembangan dalam segi lain seperti berpikir, berperasaan, bertingkah laku dan lainnya.

Perkembangan yang dialami anak merupakan rangkaian perubahan yang teratur dari atau tahap perkembangan ke tahap perkembangan berikutnya yang berlaku secara umum misalnya kemampuan merangkak, melompat, berlari dan lainnya.

Pada proses tumbuh kembang fisik, terjadi perubahan-perubahan dalam ukuran dan pematangan fungsi yang dimulai dari tahap molekuler yang sederhana pada saat awal kandungan, sampai anak tingkat remaja dengan proses metabolik yang rumit. Proses tumbuh kembang tersebut meliputi suatu pola tertentu yang unik untuk setiap anak, baik dalam tumbuh kembang keseluruhan tubuhnya maupun dalam tumbuh kembang bagian-bagian tubuh, organ-organ dan jaringan. Proses tersebut merupakan proses interaksi yang terus-menerus serta rumit diantara faktor genetik dan faktor-faktor lingkungan. Seberapa jauh faktor-faktor tersebut saling berpengaruh tidak mudah untuk ditentukan. Salah satu faktor lingkungan fisik yang penting adalah zat gizi yang harus dicukupi oleh makanan anak. Oleh karena itu, nilai keadaan gizi anak sebagai refleksi kecukupan gizi, merupakan salah satu parameter yang penting untuk nilai keadaan tumbuh kembang fisik anak dan nilai keadaan kesehatan anak tersebut (Santoso, 1999). Menurut Achmad Djaeni Sediaoetama (1985), dibedakan pertumbuhan adalah bertambahnya materi tubuh, sedangkan perkembangan adalah kemajuan fungsi atau kapasitas fisiologis badan atau organ badan.

Parameter untuk mengukur kemajuan pertumbuhan biasanya dipergunakan adalah berat badan.

2.2.2. Proses Tumbuh Kembang

Proses tumbuh kembang anak terdiri atas dua proses yang tidak dapat dipisahkan karena saling mempengaruhi yaitu proses pertumbuhan dan proses perkembangan. Proses pertumbuhan pada anak ditandai oleh membesarnya ukuran tubuh (berat badan, tinggi badan, lingkaran lengan atas, dan lainnya). Pada bayi yang lahir cukup bulan, berat badan waktu lahir akan kembali hari ke ke 10 karena terjadi penurunan cairan tubuh bayi. Berat badan menjadi 2 kali berat badan waktu lahir pada bayi umur 5 bulan, menjadi 3 kali berat badan lahir pada umur 1 tahun dan menjadi 4 kali berat badan lahir pada umur 2 tahun (Soetjiningsih, 1995).

Kenaikan berat badan anak pada tahun pertama kehidupan kalau anak mendapat gizi yang baik, adalah berkisar antara:

- 700-1000 gram/ bulan pada triwulan I
- 500-600 gram/ bulan pada triwulan II
- 350-450 gram/ bulan pada triwulan III
- 250-350 gram/ bulan pada triwulan IV

Untuk menilai pertumbuhan fisik anak dilakukan dengan pengukuran berat badan menurut umur.

Pada proses perkembangan ditandai oleh semakin bertambahnya kemampuan anak. Bagian Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia bersama unit Pediatri Sosial Ikatan Dokter Anak Indonesia menyusun skema praktis perkembangan mental anak balita yang disebut : **SKALA YAUMIL –MIMI** (Soetjiningsih, 1995).

Dari lahir sampai 3 bulan:

- Belajar mengangkat kepala
- Belajar mengikuti obyek dengan matanya
- Melihat kemuka orang dengan tersenyum
- Bereaksi terhadap suara/bunyi
- Mengenal ibunya dengan penglihatan, penciuman, pendengaran, dan kontak.
- Menahan barang yang dipegangnya
- Mengoceh spontan atau bereaksi dengan mengoceh

Dari 3 sampai 6 bulan:

- Mengangkat kepala 90 derajat dan mengangkat dada dengan bertopang tangan
- Mulai belajar meraih benda-benda yang ada dalam jangkauannya atau diluar jangkauannya.
- Menaruh benda-benda di mulutnya
- Berusaha memperluas lapangan pandangan
- Tertawa dan menjerit karena gembira bila diajak bermain
- Mulai berusaha mencari benda-benda yang hilang.

Dari 6 sampai 9 bulan:

- Dapat duduk tanpa dibantu
- Dapat tengkurep dan berbalik sendiri
- Dapat merangkak meraih benda atau mendekati seseorang
- Memindahkan benda dari satu tangan ke tangan yang lain
- Memegang benda kecil dengan ibu jari dan jari telunjuk

- Bergembira dengan melempar benda-benda
- Mengeluarkan kata-kata yang tanpa arti
- Mengenal muka anggota-anggota keluarga dan takut kepada orang asing/lain
- Mulai berpartisipasi dalam permainan tepuk tangan dan sembunyi-sembunyian

Dari 9 sampai 12 bulan

- Dapat berdiri sendiri tanpa dibantu
- Dapat berjalan dengan dituntun
- Menirukan suara
- Mengulang bunyi yang didengarnya
- Belajar menyatakan satu atau dua kata
- Mengerti perintah sederhana atau larangan
- Memerlihatkan minat yang besar dalam mengeksplorasi sekitarnya, ingin menyentuh apa saja dan memasukkan benda-benda kemulutnya
- Berpartisipasi dalam permainan

Dari 12 bulan sampai 18 bulan:

- Berjalan dengan mengeksplorasi rumah serta sekeliling rumah
- Menyusun 2 atau 3 kotak
- Dapat mengatakan 5- 10 kata
- Memerlihatkan rasa cemburu dan rasa bersaing

Dari 18 bulan sampai 24 bulan:

- Naik turun tangga
- Menyusun 6 kotak

- Menunjukkan mata dan hidungnya
- Menyusun dua kata
- Belajar makan sendiri
- Menggambar garis di kertas atau pasir
- Mulai belajar mengontrol buang air besar dan buang air kecil
- Menaruh minat kepada apa yang dikerjakan oleh orang-orang yang lebih besar
- Memperlihatkan minat kepada anak lain dan bermain-main dengan mereka.

2.2.3. Aspek Tumbuh Kembang Anak

Pencapaian suatu kemampuan pada setiap anak bisa berbeda-beda, namun demikian ada patokan umur tentang kemampuan apa saja yang perlu dicapai seorang anak pada umur-umur tertentu. Adanya patokan itu dimaksudkan agar anak yang belum mencapai tahap kemampuan tertentu perlu dilatih berbagai kemampuan untuk dapat mencapai perkembangan yang optimal. Ada 4 aspek tumbuh kembang yang perlu dibina dalam menghadapi masa depan anak (Depkes RI, 1999).

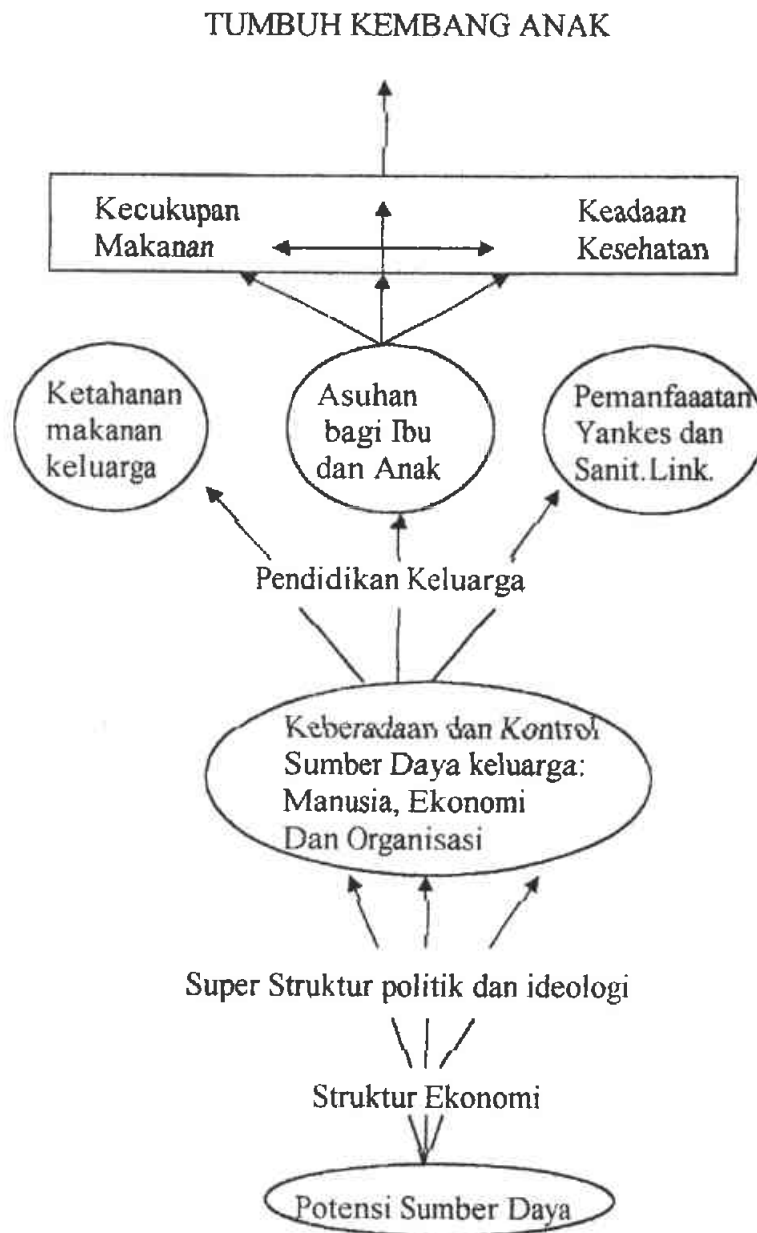
1. Perkembangan kemampuan gerak kasar adalah aspek yang berhubungan dengan pergerakan dan sikap tubuh.
2. Perkembangan kemampuan gerak halus adalah aspek yang berhubungan dengan kemampuan anak untuk mengamati sesuatu, melakukan gerakan yang melibatkan kemampuan untuk menggambar, memegang sesuatu benda, dll.
3. Perkembangan kemampuan bicara, bahasa dan kecerdasan adalah kemampuan untuk memberikan respon terhadap suara, mengikuti perintah dan berbicara spontan.

4. Perkembangan kemampuan untuk bergaul dan mandiri adalah aspek yang berhubungan dengan kemampuan mandiri, bersosialisasi dan berinteraksi dengan lingkungannya.

2.3. Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Tumbuh Kembang Anak

Menurut Soetjiningsih (1995), secara umum terdapat dua faktor utama yang berpengaruh terhadap tumbuh kembang anak yaitu faktor genetik dan faktor lingkungan. Faktor lingkungan ini secara garis besar dibagi menjadi faktor lingkungan yang mempengaruhi anak pada waktu masih didalam kandungan (faktor pranatal) dan faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang anak setelah lahir.

Sementara itu Unicef dan Jonsson (dikutip dari Moeljono,1993) mengajukan model lain mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang anak. Dimana dibedakan sebab langsung dan tidak langsung dan dasar (terlihat pada gambar 2.1).



Model Interelasi Tumbuh Kembang Anak

Gambar 2.1. Model interelasi tumbuh kembang anak (Unicef 1992,Jonsson 1992)

2.4. Kerangka Konsep

Pola pemberian MP- ASI yang diteliti meliputi jenis dan bentuk, frekuensi dan umur diberi MP-ASI serta tumbuh kembang anak di kelurahan Labuhan Deli kecamatan Medan Marelan.

