

REPUBLIC INDONESIA
KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA

SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC00202386862, 29 September 2023

Pencipta

Nama : **Ainun Nur Fadilah, Akhadina Nur Latifa dkk**
Alamat : Ds Krapyak RT 004 RW 002, Kec Tahunan, Kab Jepara, Jawa Tengah,
Tahunan, Jepara, Jawa Tengah, -
Kewarganegaraan : Indonesia

Pemegang Hak Cipta

Nama : **Universitas Alma Ata**
Alamat : Jl. Brawijaya No.99, Jadan, Tamantirto, Kec. Kasihan, Kabupaten Bantul,
Daerah Istimewa Yogyakarta ,
Kasihan, Bantul, Di Yogyakarta 55183
Kewarganegaraan : Indonesia
Jenis Ciptaan : **Booklet**
Judul Ciptaan : **Pemberian Makan Bayi Dan Anak**
Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali : 6 September 2023, di Magelang
di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia
Jangka waktu perlindungan : Berlaku selama 50 (lima puluh) tahun sejak Ciptaan tersebut pertama kali
dilakukan Pengumuman.
Nomor pencatatan : 000519815

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.

Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.

a.n. MENTERI HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA
Direktur Hak Cipta dan Desain Industri



Anggoro Dasananto
NIP. 196412081991031002

Disclaimer:

Dalam hal pemohon memberikan keterangan tidak sesuai dengan surat pernyataan, Menteri berwenang untuk mencabut surat pencatatan permohonan.

LAMPIRAN PENCIPTA

No	Nama	Alamat
1	Ainun Nur Fadilah	Ds Kranyak RT 004 RW 002, Kec Tahunan, Kab Jepara, Jawa Tengah
2	Akhadina Nur Latifa	Dsn Jodog, Rt/Rw 002/000, Ds Gilangharjo, Kec Pandak, Kab Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta
3	Andri Hayu Kirani	Ds Cihandiwung Kidul RT 04/RW 04 Kec Wanareja Kab. Cilacap, Jawa Tengah
4	Ayu Maulana Yustika	Dsn Salakan Rt 07 Rw 27, Ds Trihanggo, Kec Gamping, Kab Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta
5	Camilatuz Zahro	Ds. Tunge RT 06 / RW 01, Kec. Wates, Kab. Kediri, Jawa Timur
6	Duwik Vera Septianik	Dsn Kayen Ds Boloh RT02/RW09, Kec Toroh, Kab Grobogan, Jawa Tengah
7	Muhammad Afif Basybasya	Ds Wonokromo RT 002 RW 000, Kec Pleret, Kab Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta
8	Muhammad Faza Dzulqurnain Albaab	Dsn Gatun, Rt/Rw 001/011, Ds Ketunggeng, Kec Dukun, Kab Magelang, Jawa Tengah
9	Muhammad Fikri Ramdhani	Kp. Sabandar Kidul RT 02 /RW 04, Kec. Karangtengah, Kab. Cianjur, Jawa Barat
10	Nur Halizah Lubis	Ds Pidoli Lombang, Kec. Panyabungan, Kab. Mandailing Natal, Sumatera Utara
11	Siti Nurhadijah	Ds Kuala Tungkal Rt 02/Rw 02, Kec Tungkal Ilir, Kab Tanjung Jabung Barat, Jambi
12	Sri Sumaryani	Ds Grabag, RT/001 RW/004, Kec.Grabag , Kab.Purworejo, Jawa Tengah
13	Herwinda Kusuma Rahayu, S. GZ., M.P.H.	Ds Margoluwih RT 003 RW 027, Kec Seyegan, Kab Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta





Kampus
Merdeka
INDONESIA JAYA

Universitas
Alma Ata



UNIVERSITAS ALMA ATA
ANGKATAN 2020

PEMBERIAN MAKAN BAYI DAN ANAK

TUNTUNAN PRAKTIS
IBU







Kampus
Merdeka
INDONESIA JAYA



UNIVERSITAS ALMA ATA
ANGKATAN 2020

PEMBERIAN MAKAN BAYI DAN ANAK

TUNTUNAN PRAKTIS
IBU



Judul :

Pemberian Makan Untuk Bayi dan Anak

Cetakan Pertama 2023

Catatan. Buku ini merupakan buku yang ditujukan untuk pembaca Ibu/ Orang Tua Bayi dan Anak . Buku ini adalah produk dari Anggota KKNT Universitas Alma Ata Yogyakarta 010 Pasuruhan Magelang. Diharapkan buku ini dapat menumbuhkan lebih banyak minat baca dan minat mengetahui terkait pemberian makan pada bayi dan anak. Buku ini merupakan “dokumen hidup” yang senantiasa diperbaiki, diperbarui, dan dimutakhirkan sesuai dengan dinamika dan perubahan zaman.

Diterbitkan Oleh :



Anggota KKNT 010 Pasuruhan Magelang
Universitas Alma Ata
Yogyakarta
2023

Kata Pengantar

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala limpahan Rahmat, Taufik dan Hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Booklet "PMBA Tuntutan Praktis Untuk" ini dalam bentuk maupun isinya yang sangat sederhana. Semoga booklet ini dapat dipergunakan sebagai salah satu acuan, petunjuk maupun pedoman bagi pembaca.

Harapan penulis semoga buku ini membantu menambah pengetahuan dan pengalaman bagi para pembaca, sehingga penulis dapat memperbaiki bentuk maupun isi buku ini sehingga kedepannya dapat lebih baik.

Buku ini penulis akui masih banyak kekurangan karena pengalaman yang penulis miliki sangat kurang. Oleh karena itu penulis harapkan kepada para pembaca untuk memberikan masukan-masukan yang bersifat membangun untuk kesempurnaan booklet ini

Magelang, 5 September 2023

KKNT 010 Pasuruhan
Mertoyudan Magelang

Daftar Isi

Kata Pengantar	i
Daftar Isi	ii
Defenisi PMBA	iii
Defenisi Menyusui Dini	iv
Defenisi Asi Eksklusif	v
Defenisi MP ASI	vi
Inisiasi Menyusui Dini	vii
Manfaat Menyusui	viii
Cara ASI Eksklusif	ix
Pemberian ASI Ibu Pekerja	x
Anjuran Penyimpanan ASI Perah	xi
Manfaat ASI Eksklusif	xii
Penyajian, Tekstur dan Frekuensi Makan Bayi dan Anak .	xiii
Varian MPASI	xiv
Manfaat MPASI	xv
Referensi	xvi
Our Team	xvii



APA ITU PMBA ??????

Pemberian makan yang baik hingga usia dua tahun adalah salah satu usaha jaminan kualitas tumbuh kembang balita dalam 1000 HPK.



Menurut WHO/UNICEF (2013) dalam Strategy for Infant and Young Child Feeding, pola pemberian makan terbaik bagi bayi dan anak sejak lahir sampai umur 24 bulan yakni melakukan IMD, menyusui dengan asi eksklusif, memberikan MP-ASI, dan tetap menyusui sampai anak berumur 24 bulan atau lebih.(UNICEF,2013)



Menyusui Dini



merupakan proses bayi menyusu segera setelah dilahirkan, dimana bayi dibiarkan mencari puting susu ibunya sendiri (tidak disodorkanke puting susu). Kemenkes (2019)



Menyusui sejak dini mempunyai dampak yang positif baik bagi ibu maupun bayinya. Bagi bayi kehangatan saat menyusu menurunkan resiko kematian karena hypothermia (keedinginan) dan bayi memperoleh bakteri tak berbahaya dari ibu yang menjadikannya lebih kebal dari bakteri lain di lingkungan. Bayi memperoleh ASI (makanan awal) yang tidak mengganggu pertumbuhan, fungsi usus, dan alergi sehingga bayi akan lebih berhasil menyusu ASI eksklusif.





ASI Eksklusif



ASI Eksklusif adalah pemberian ASI saja tanpa memberikan makanan dan minuman lain kepada bayi sejak lahir sampai berumur 6 bulan, kecuali obat dan vitamin dalam bentuk sirup. (WHO, 2011)



ASI eksklusif diberikan kepada bayi karena banyak manfaat antara lain bayi mendapat perlindungan terhadap serangan kuman Clostridium tetani, Difteri, pneumonia, E.Coli, Salmonella, Sigela, Influenza, Streptokokus, Stafilokokus, Virus polio, Rotavirus dan Vibrio colera, serta manfaat lainnya dapat meningkatkan IQ dan EQ anak.





Makanan Pendamping ASI

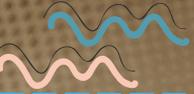


Makanan pendamping ASI (MPASI) merupakan makanan lain yang diberikan pada bayi selain ASI. Makanan ini dapat berupa makanan yang disiapkan secara khusus atau makanan keluarga yang dimodifikasi. Makanan pendamping ASI harus mulai diberikan ketika bayi tidak lagi mendapat cukup energi dan nutrisi dari ASI saja.



Untuk kebanyakan bayi, makanan tambahan mulai diberikan pada usia 6 bulan- 24 bulan, Pada usia ini MPASI sangat penting untuk menambah energi dan zat gizi yang diperlukan.





inisiasi Menyusui Dini



Inisiasi menyusui dini (IMD) atau early latch on adalah kesempatan yang diberikan kepada bayi segera setelah lahir dengan cara meletakkan bayi di perut ibu

kemudian dibiarkan untuk menemukan puting susu ibu dan menyusui hingga puas.





Manfaat Menyusui Dini



Manfaat untuk ibu IMD terbukti dapat meningkatkan kadar hormon oksitosin dan mempercepat involusi uteri 2 jam post partum dan mempersingkat waktu pelepasan plasenta sehingga dapat mencegah terjadinya perdarahan post partum yang menjadi salah satu penyebab terbesar kematian ibu di seluruh dunia termasuk Indonesia.

2

mencegah kematian pada bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR), serta mencegah kematian akibat diare dan pneumonia yang menjadi salah satu penyebab utama kematian bayi.

1

Manfaat untuk bayi menurut beberapa penelitian menyusui segera dalam 1 jam pertama kelahiran dapat mencegah kematian bayi dalam satu bulan pertama hingga 22% sedangkan menyusui pada hari pertama lahir (24 jam) dapat menekan angka kematian bayi hingga 16%



Cara Pemberian Asi Eksklusif



Pemberian ASI dimulai pada jam pertama kelahiran, disediakan secara eksklusif selama enam bulan, dan berlanjut hingga dua tahun atau lebih dengan penyediaan makanan pelengkap yang aman dan sesuai. Hal ini adalah salah satu praktik paling kuat dan direkomendasikan untuk meningkatkan kelangsungan hidup dan kesejahteraan anak (UNICEF, 2018).

Susu Ibu adalah makanan ideal untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Rekomendasi dari United Nation Childrens Funds menyatakan bahwa sebaiknya anak hanya disusui ASI selama paling sedikit enam bulan dan makanan padat seharusnya diberikan sesudah anak berumur enam bulan dan pemberian ASI dilanjutkan sampai anak berumur dua tahun.





Pemberian Asi ibu Pekerja

**1**

Buat Jadwal Untuk Memompa ASI

Usahakan minimal setiap 3 jam untuk memompa ASI. Kemudian simpanlah ASI yang sudah dipompa ke dalam freezer

Usahakan selalu menyusui bayi secara langsung ketika di rumah.

2

Siapkan di malam sebelumnya

Persiapkan dan kemas semua perlengkapan memompa ASI di malam sebelumnya, seperti : alat pompa bersih, kotak pendingin untuk menyimpan stok ASI perah, sikat untuk mencuci botol dan pompa, botol susu bersih, bra menyusui cadangan, tisu basah dan kering.

3

Rileks jangan stres.

Saat ibu sedang stres di kantor dan suplai ASI mulai seret, cobalah rileks.





Anjuran Penyimpanan ASI Perah



Freezer dengan suhu (-18 s/d -20°)
ASI bertahan selama 4 bulan

Lemari pendingin bawah dengan
suhu 4° s.d 5° ASI bertahan selama
3-4 hari

Dengan Ice Pack dengan suhu 15°C
ASI bertahan selama 24 jam

Suhu kamar/ruang ASI bertahan
selama 3-4 jam





Manfaat Asi Eksklusif



Manfaat Bagi Bayi, Antara Lain

- 1 menurunkan risiko gizi berlebih.
- 2 meningkatkan kesehatan di masa kanak-kanak.
- 3 meningkatkan kekebalan tubuh.
- 4 menekan risiko alergi, bercak kulit, diare, infeksi saluran napas.
- 4 tidak membuat berat badan bayi turun





Penyajian, Tekstur dan Frekuensi Makan Untuk Bayi dan Anak



Jumlah Energi yang dibutuhkan dari MPASI dalam sehari	Konsistensi/Tekstur	Frekuensi	Jumlah tiap kali makan
200 kkal	Usia 6-8 bulan		
	Mulai dengan bubur kental, makanan lumat	2-3 kali/hari menu utama. 1-2 kali/hari selingan.	Mulai dengan 2-3 sdm tiap kali makan, tingkatkan bertahap hingga $\frac{1}{2}$ mangkok (125 ml)
300 kkal	Usia 9-11 bulan		
	Makanan yang dicincang halus dan makanan yang dapat dipegang bayi	3-4 kali/hari menu utama. 1-2 kali/hari selingan.	$\frac{1}{2}$ – $\frac{3}{4}$ mangkok ukuran 250 ml (125-200 ml)
550 kkal	Usia 12-23 bulan		
	Makanan keluarga	3-4 kali/hari menu utama. 1-2 kali/hari selingan	$\frac{3}{4}$ – 1 mangkok ukuran 250 ml
	Jika tidak mendapat ASI (6-23 bulan)		
Jumlah kalori sesuai dengan kelompok usia.	Tekstur/konsistensi sesuai dengan kelompok usia.	Frekuensi sesuai dengan kelompok usia dan tambahkan 1-2 kali makan ekstra 1-2 kali selingan dapat diberikan	Jumlah setiap kali makan sesuai dengan kelompok umur, dengan penambahan 1-2 gelas susu per hari @250 ml dan 2-3 kali cairan (air putih, kuah sayur, dll)





Varian MPASI



Makanan pokok Biji-bijian, umbi-umbian singkong, jagung kentang, ubi ungu



Kacang-kacangan:
Kacang polong.
Kedelai, Kacang tanah



Buah yg mengandung Vitamin A dan Sayur: Wortel, Pisang, tomat, & lain-lain



Makanan zat besi dari hewani: daging, ayam, ikan

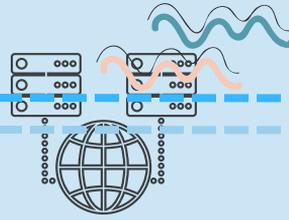
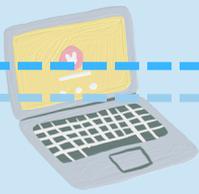




Manfaat MPASI

- Memperkenalkan macam-macam jenis dan tekstur makanan pada anak.
- Mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak.
- Menjaga kesehatan tubuh anak, baik secara fisik maupun psikis.
- Mengajarkan anak untuk mengonsumsi makanan sendiri.
- Meningkatkan nafsu makan.
- Melatih kemampuan menggenggam





Referensi

Kemenkes. 2012. Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 tentang Air Susu Ibu Eksklusif. Jakarta

Kemenkes RI, 2014. Modul Pelatihan Konseling: Pemberian Makan Bayi dan Anak. Jakarta.

Kemenkes. 2019. Modul Pelatihan Pelatih Konseling Pemberian Makan Bayi dan Anak. Jakarta

Kemenkes RI, 2020. Pedoman Pemberian Makan Bayi Dan Anak. Jakarta. UNICEF. 2013. Facilitator Guide: The Community Infant and Young Child Feeding (Counselling Package).

WHO. 2003. Global Strategi of Infant and Young Child Feeding. Geneva.

WHO. 2009. Infant and Young Child Feeding: Model Chapter for Textbook for Medical Student and Allied Health Professionals. Geneva

WHO. 2010. Complementary Feeding: Family Foods for Breastfeed Children. Geneva



OUR TEAM

Nama Anggota

Duwik Vera Septianik
(S1 PGSD)

Camilatuz Zahro
(S1 Akuntansi)

Muhammad Fikri Ramadhani
(S1 Gizi)

Ayu Maulana Yustika
(S1 Gizi)

Nur Halizah Lubis
(S1 Gizi)

Sri Sumaryani
(S1 Informatika)

Muhammad Afif Basybasya
(S1 Informatika)

Ainun Nur Fadilah
(S1 Manajemen)

Siti Nurhadijah
(S1 Manajemen)

Akhadina Nur Latifa
(S1 PMAT)

Muhammad Faaza
Dzulqurnain Albaab

(S1 Manajemen)

Andri Hayu Kirani
(S1 PSY)

Dosen

Herwinda Kusuma Rahayu
S.Gz., M.P.H.

