

**PEDOMAN PENYIAPAN MP ASI  
MENURUT WHO**

**TIRTA PRAWITA SARI**

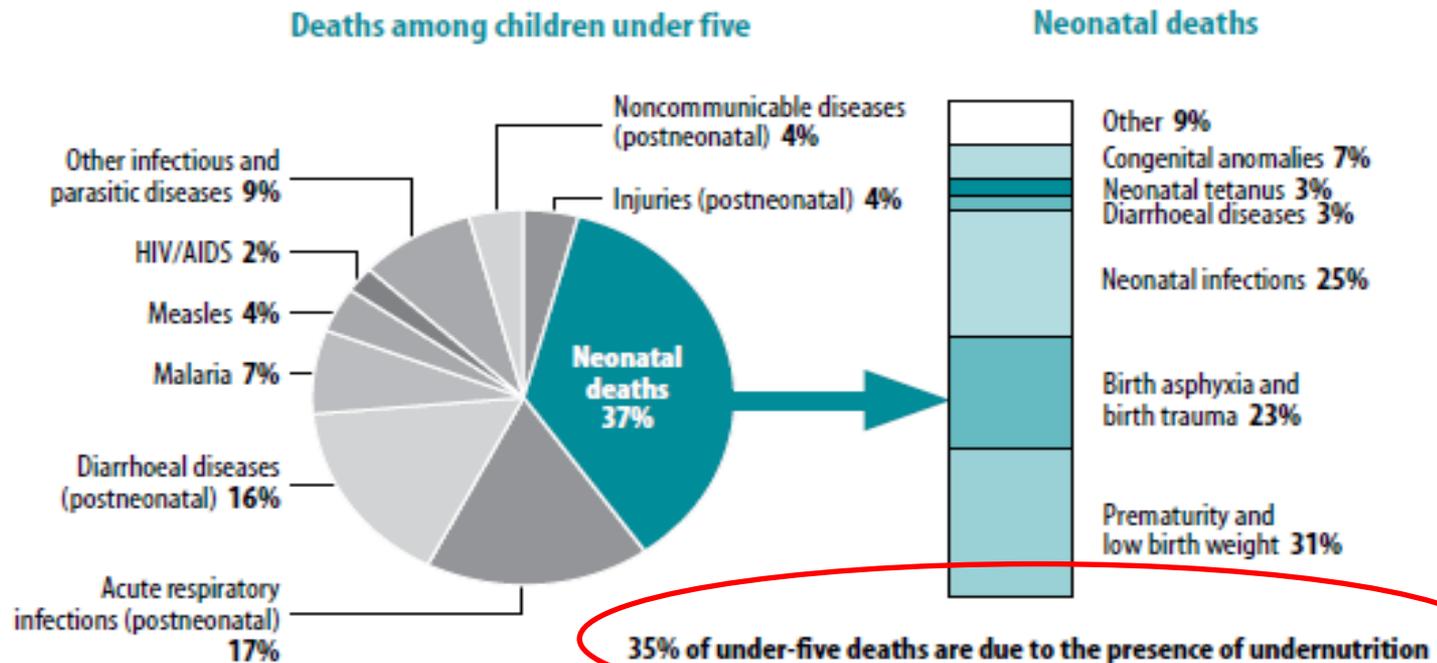
# Indicators for assessing infant and young child feeding practices

PART 1  
DEFINITIONS



FIGURE 1

## Major causes of death in neonates and children under five in the world, 2004



Sources: World Health Organization. *The global burden of disease: 2004 update*. Geneva, World Health Organization, 2008; Black R et al. Maternal and child undernutrition: global and regional exposures and health consequences. *Lancet*, 2008, 371:243–260.

**ASUPAN ZAT GIZI YANG ADEKUAT AKAN MEMPERBAIKI STATUS GIZI BAYI DAN ANAK → MENURUNKAN MORTALITAS**

**1000 HPK → WINDOW OF OPPORTUNITY**



**PROBLEM DALAM PEMBERIAN MAKAN**



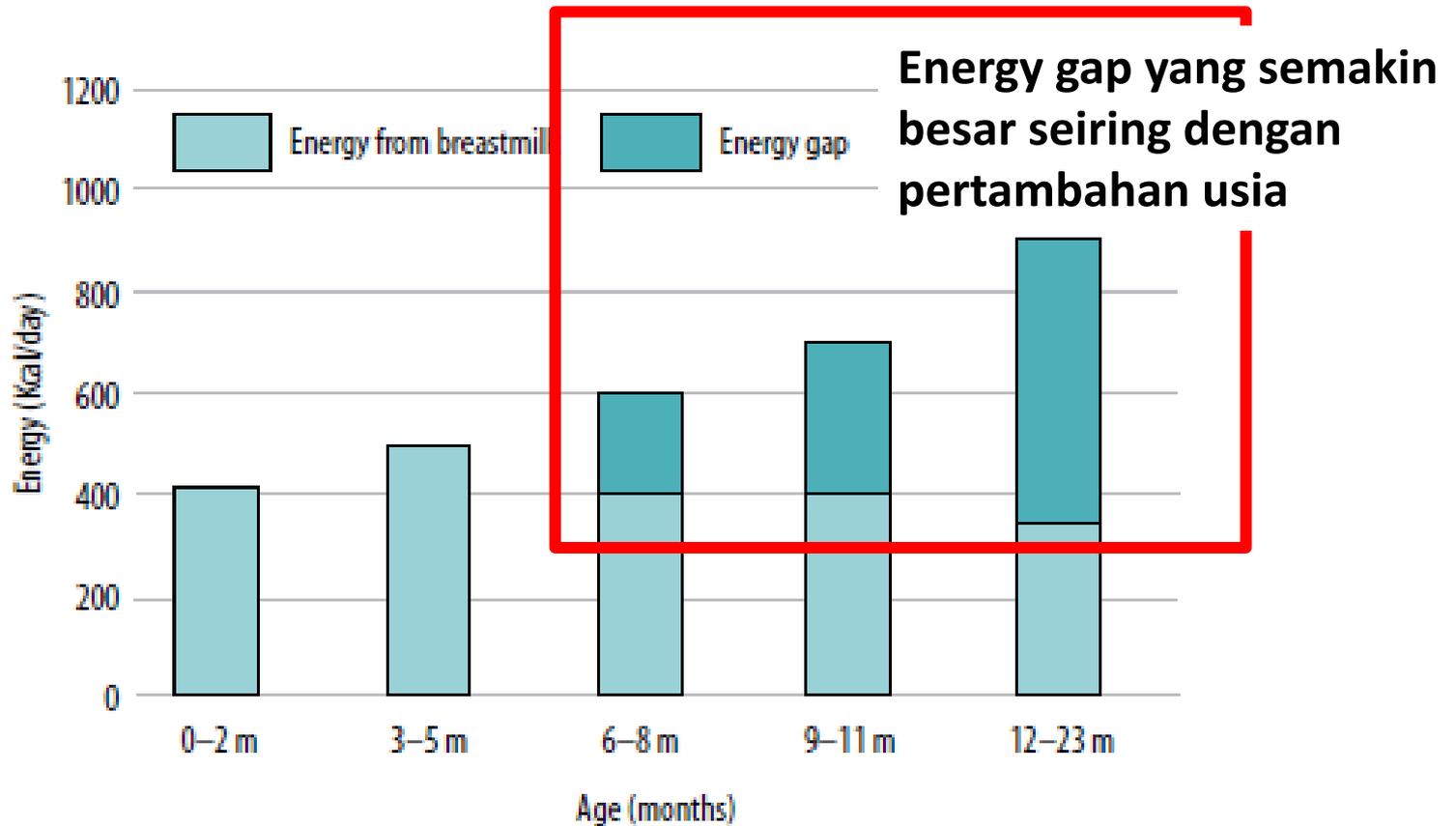
**TRANSISI DARI ASI EKSKLUSIF → MAKANAN KELUARGA**



**KEBUTUHAN ZAT GIZI SANGAT BESAR NAMUN ASUPAN  
SANGAT KURANG**

FIGURE 10

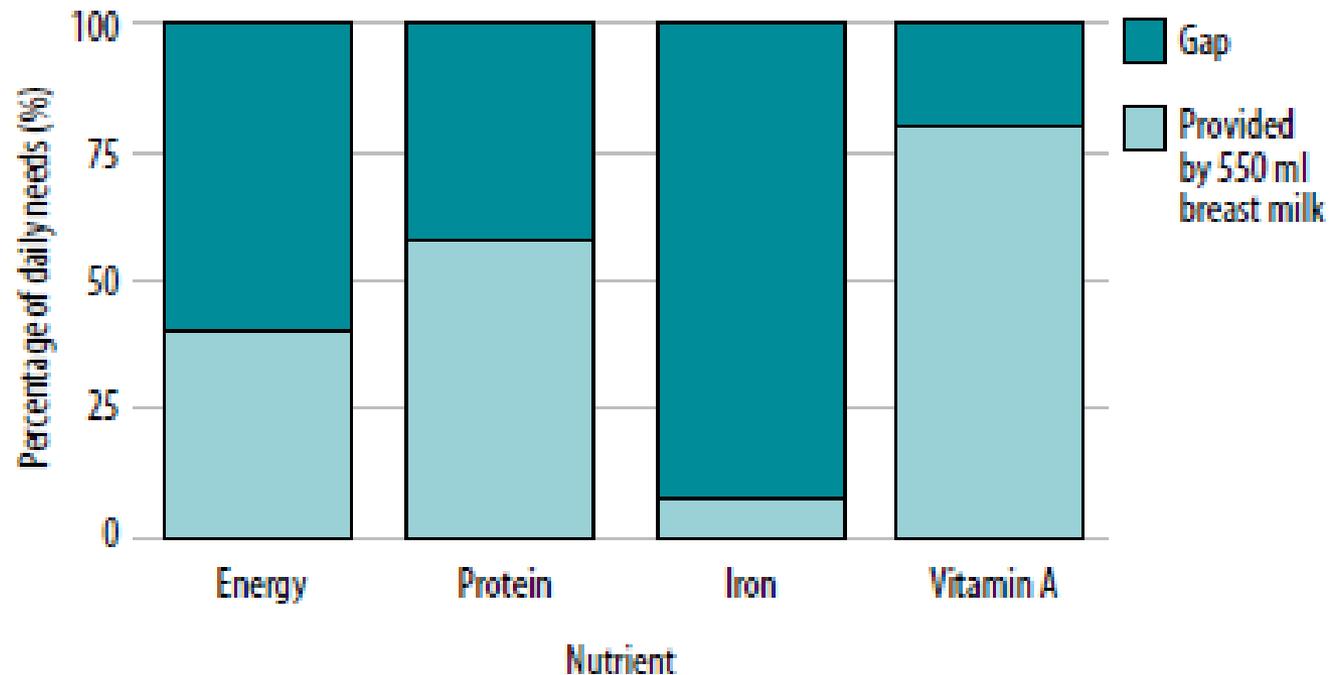
**Energy required by age and the amount from breast milk**



***SETELAH BAYI MENCAPAI USIA 6 BULAN, ASI TIDAK LAGI MENCUKUPI KEBUTUHAN BAYI UNTUK TUMBUH OPTIMAL → MP ASI YANG ADEKUAT UNTUK MENGATASI NUTRIENT GAP YANG ADA***

FIGURE 11

## Gaps to be filled by complementary foods for a breastfed child 12–23 months



**Setiap anak yang mendapatkan ASI sebanyak 550 ml setiap harinya berpotensi besar untuk kekurangan energi, protein, zat besi dan vitamin A bila tidak mendapatkan MP ASI yang adekuat**

Figure 2 Absorbed iron needed (top line) and the amount from breast milk and body stores at birth.



**KELOMPOK USIA YANG RENTAN ANEMIA → GANGGUAN  
PERTUMBUHAN**

# Prinsip pemberian MP ASI

**EXCLUSIVE BREASTFEEDING FOR 6  
MOS**

**FREQUENT, ON DEMAND  
BREASTFEEDING**

**RESPONSIVE FEEDING**

**GOOD HYGIENE AND PROPER  
FOOD HANDLING**

**COMPLEMENTARY FEEDING AT 6  
MOS: INCREASING AMOUNT**

**GRADUALLY INCREASE  
CONSISTENCY AND VARIETY**

**INCREASE FREQUENCY OF  
FEEDING**

**FEED WITH VARIETY OF NUTRIENT  
DENSE FOOD**

**USE FORTIFIED FOOD**

**INCREASE FLUID INTAKE DURING  
ILLNESS**

TABLE 1

**Practical guidance on the quality, frequency and amount of food to offer children 6–23 months of age who are breastfed on demand**

AGE	ENERGY NEEDED PER DAY (KCAL) IN ADDITION TO BREAST MILK	TEXTURE	FREQUENCY	AMOUNT OF FOOD AN AVERAGE CHILD WILL USUALLY EAT AT EACH MEAL*
6–8 months	200 kcal per day	Start with thick porridge, well mashed foods  Continue with mashed family foods	2–3 meals per day  Depending on the child's appetite, 1–2 snacks may be offered	Start with 2–3 tablespoonfuls per feed, increasing gradually to ½ of a 250 ml cup
9–11 months	300 kcal per day	Finely chopped or mashed foods, and foods that baby can pick up	3–4 meals per day  Depending on the child's appetite, 1–2 snacks may be offered	½ of a 250 ml cup/bowl
12–23 months	550 kcal per day	Family foods, chopped or mashed if necessary	3–4 meals per day  Depending on the child's appetite, 1–2 snacks may be offered	¾ to full 250 ml cup/bowl

## JUMLAH MAKANAN YANG DIBUTUHKAN OLEH BAYI DAN ANAK DALAM SEHARI TERGANTUNG PADA:

- Jumlah energi yang dibutuhkan anak
- Jumlah makanan yang dapat dimakan dalam satu kali makan → 30 ml/kgBB
- Densitas energi dari makanan yang diberikan → minimal 0,8 kkal/gram

# TAMBAHKAN BERBAGAI JENIS MAKANAN PADA MAKANAN POKOK SETIAP HARI

- Bahan makanan dari sumber hewani
- Produk susu
- Kacang-kacangan
- Buah-buahan berwarna jingga
- Lemak dan minyak

# **BAHAN MAKANAN NABATI MENGANDUNG ZAT BESI DAN ZINC YANG RENDAH, SELAIN ITU BUKAN MERUPAKAN SUMBER PROTEIN YANG BAIK**

- Perlu menambahkan bahan makanan hewani
- Makanan yang telah difortifikasi
- Memberikan suplemen
- Tambahkan bahan makanan tinggi vitamin C untuk meningkatkan absorpsi

# **JANGAN TAKUT MENAMBAHKAN LEMAK DAN MINYAK PADA MP ASI**

- Meningkatkan densitas energi MP ASI
- Membantu absorpsi vitamin A dan vitamin larut lemak
- Sumber asam lemak esensial

***30 – 45% DARI ASUPAN ENERGI TOTAL (ASI + MP ASI) HARUS BERASAL DARI LEMAK***

# MP ASI YANG BAIK

**KAYA ZAT GIZI**

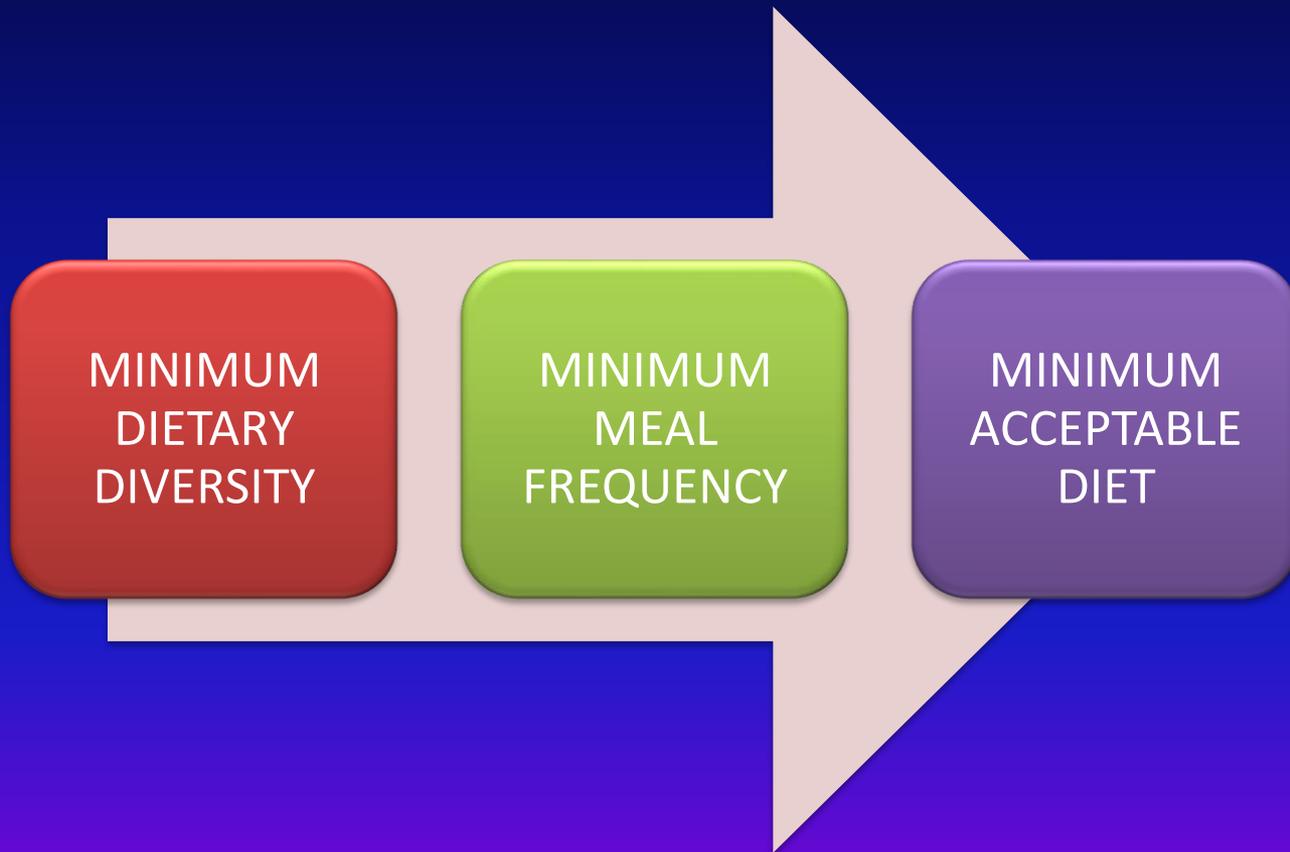
**TIDAK  
BERBUMBU  
TAJAM, TERLALU  
ASIN**

**MUDAH  
DIMAKAN ANAK**

**DISUKAI ANAK**

**BERBASIS  
PANGAN LOKAL**

# MENILAI KECUKUPAN (ADEQUACY) MP ASI



# MINIMUM DIETARY DIVERSITY

**GRAIN, ROOTS, TUBERS**

**LEGUMES AND NUTS**

**DAIRY PRODUCTS**

**FLESH FOODS**

**EGGS**

**VITAMIN A RICH FRUITS  
AND VEGETABLE**

**OTHER FRUITS AND  
VEGETABLES**

**SETIDAKNYA 4 DARI 7 KELOMPOK BAHAN MAKANAN INI HARUS ADA  
DALAM MP ASI ANAK**

# MINIMUM MEAL FREQUENCY

**2 KALI**

- **UNTUK ANAK YANG MENDAPAT ASI USIA 6 – 8 BULAN**

**3 KALI**

- **UNTUK ANAK YANG MENDAPAT ASI USIA 9 – 23 BULAN**

**4 KALI**

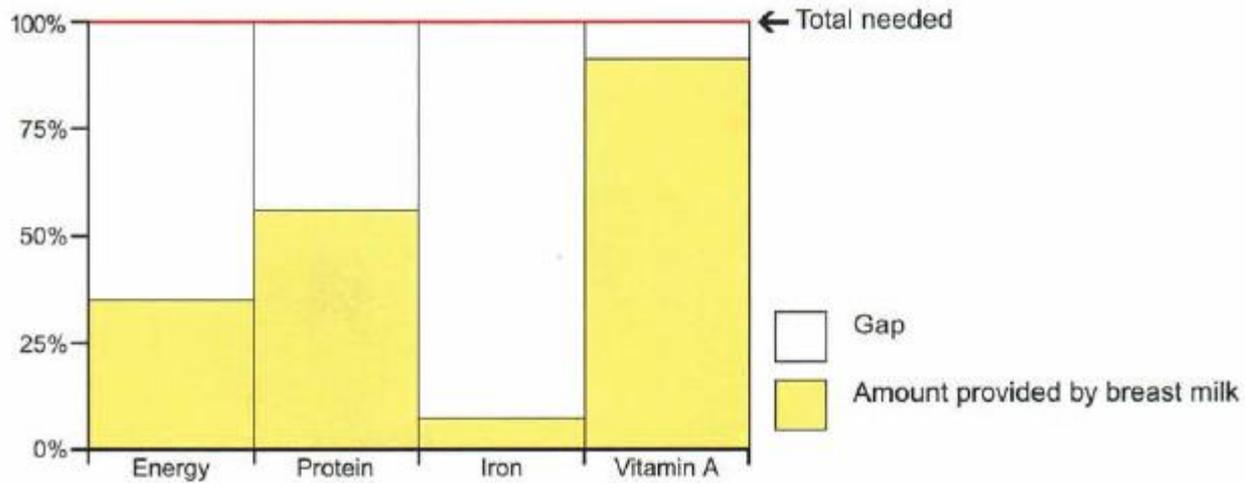
- **UNTUK ANAK YANG TIDAK MENDAPAT ASI USIA 6 – 23 BULAN**

**MEALS: TERMASUK DIDALAMNYA MAKANAN UTAMA DAN SELINGAN**

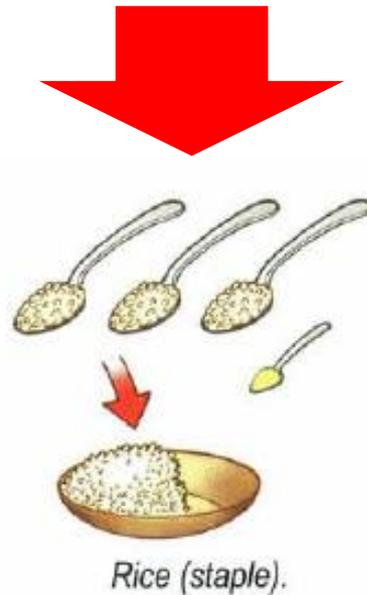
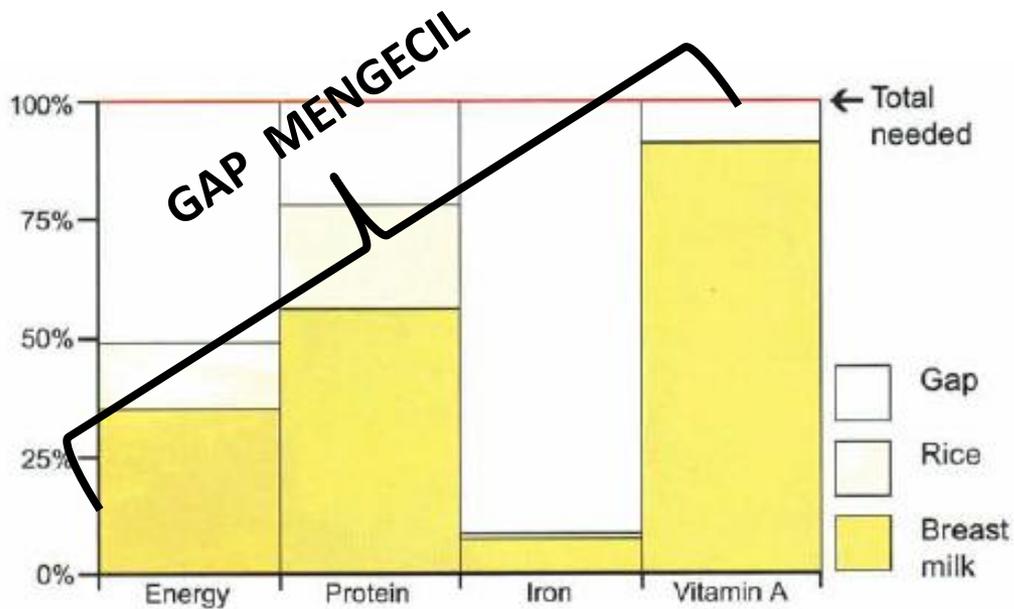
# MINIMUM ACCEPTABLE DIET



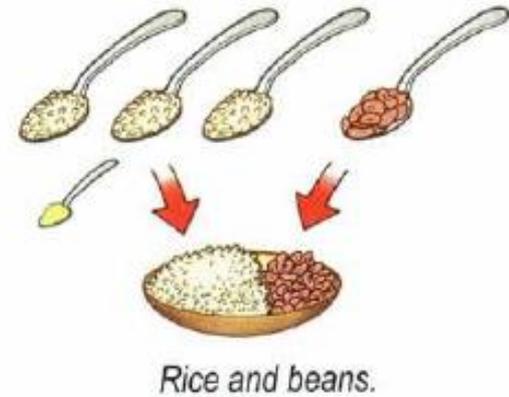
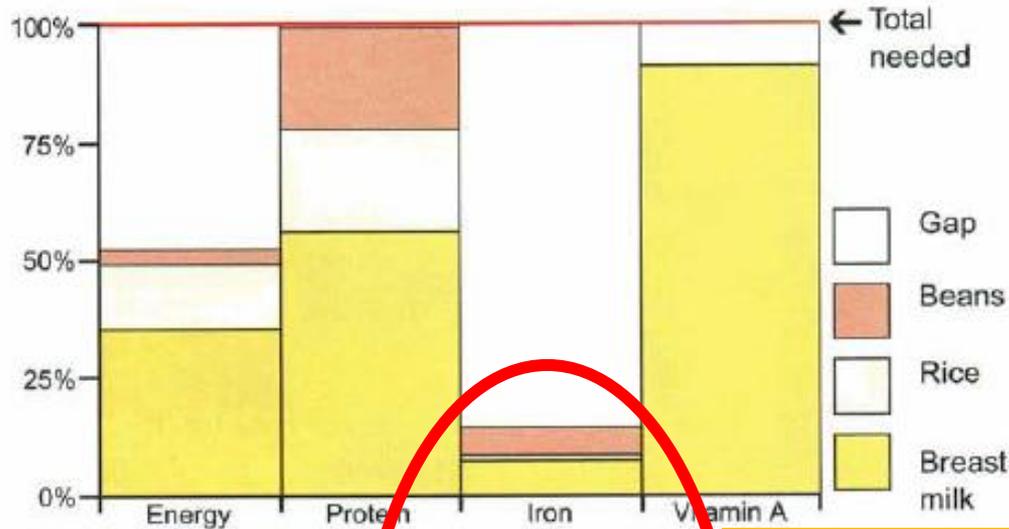
***BAGAIMANA MP ASI MEMENUHI NUTRIENT GAP  
YANG TERJADI PADA BAYI DAN ANAK YANG  
MENDAPATKAN ASI***



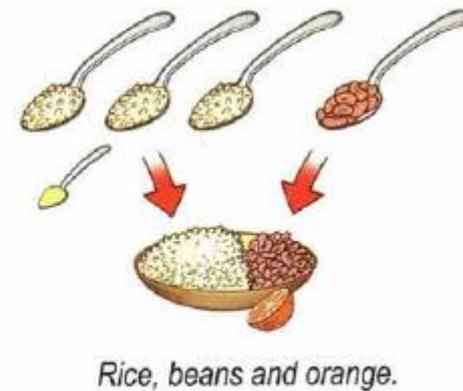
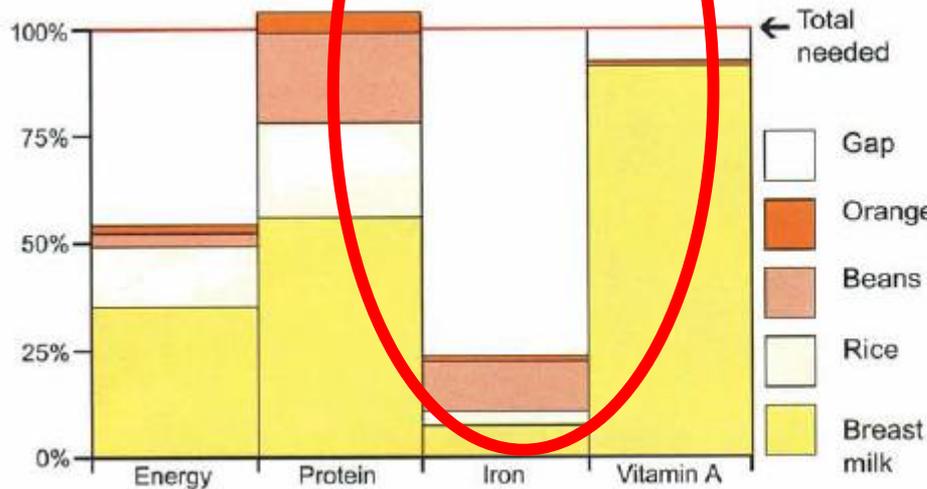
## MAKAN PAGI

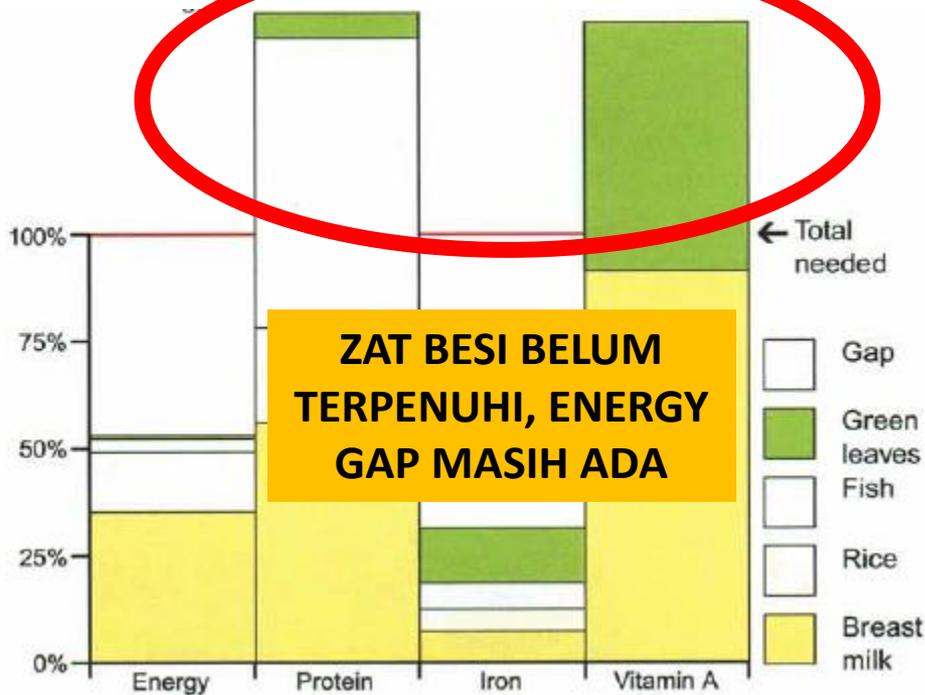
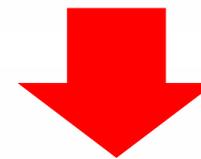
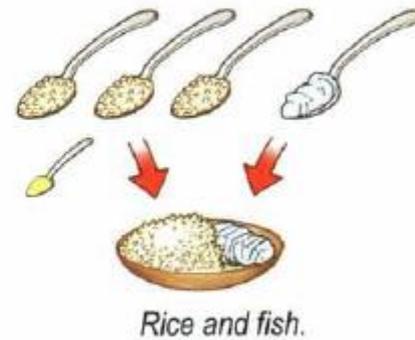


# MENU MP ASI PAGI DENGAN MENAMBAH KACANG DAN ½ BUAH JERUK

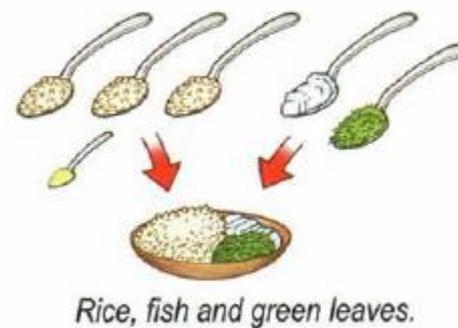


## JERUK MEMPERBAIKI ABSORPSI ZAT BESI

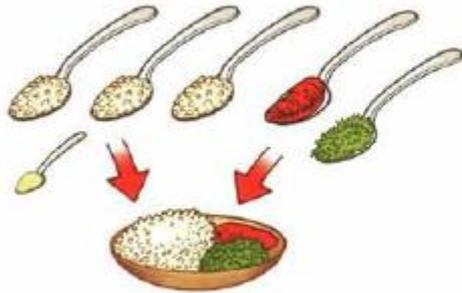




**ZAT BESI BELUM TERPENUHI, ENERGY GAP MASIH ADA**



# MAKAN MALAM DENGAN NASI, HATI, DAN SAYURAN HIJAU



Rice, liver and green leaves.

GAP ZAT BESI SUDAH TIDAK ADA NAMUN ENERGY GAP MASIH ADA

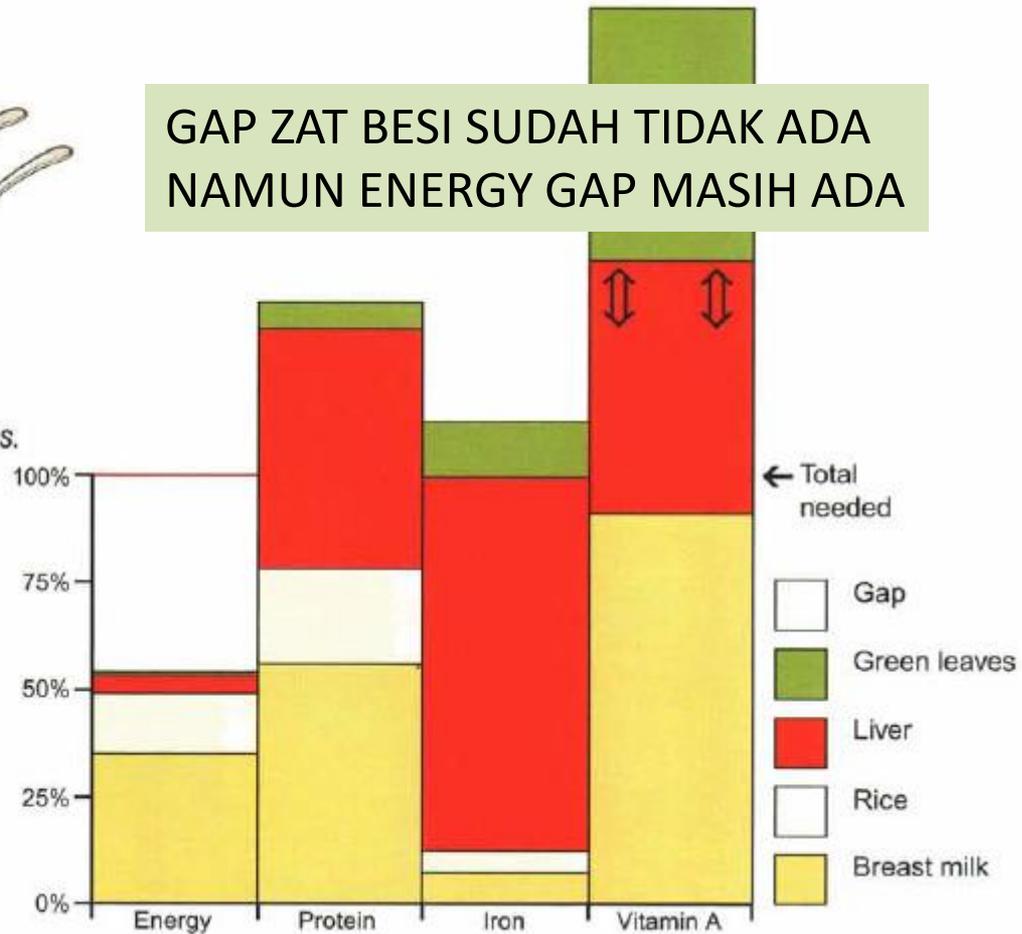
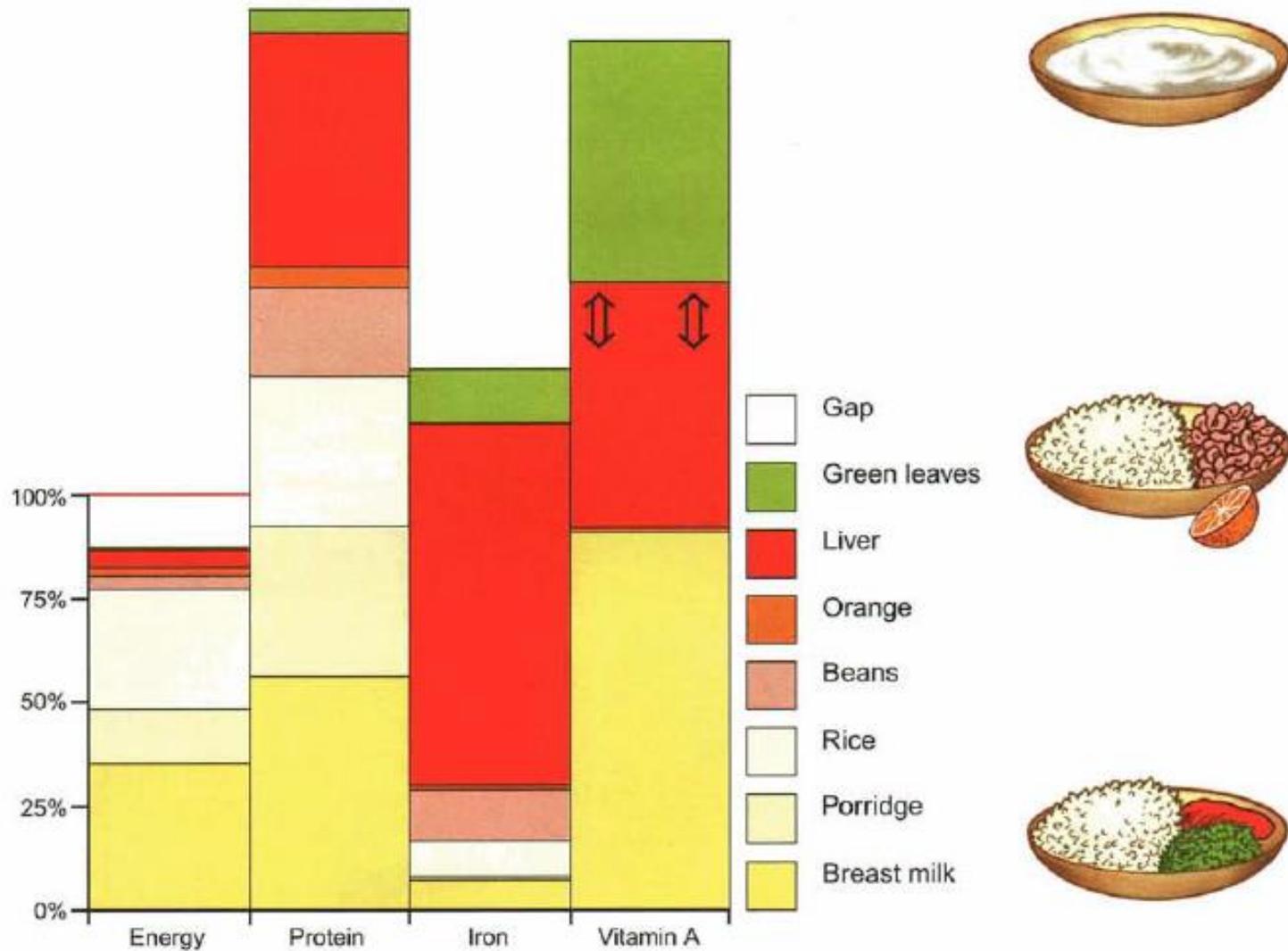
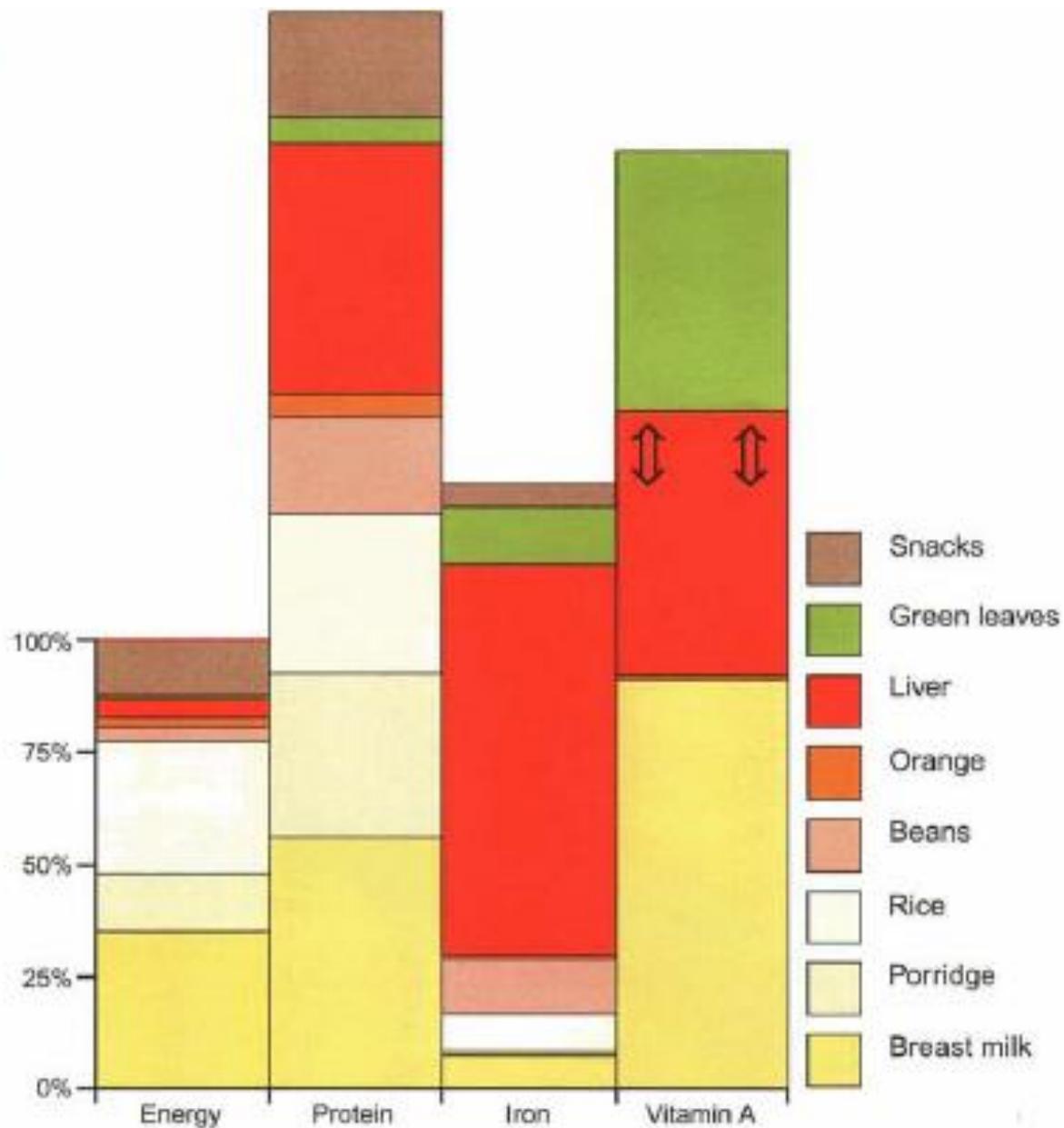
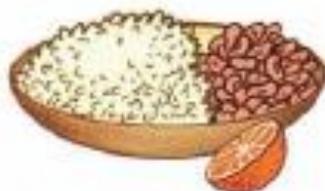


Figure 7 The morning meal + the midday meal + the evening meal containing liver.





# PEDOMAN MP ASI LOKAL



611.49  
Ind  
P

**PEDOMAN UMUM PEMBERIAN  
MAKANAN PENDAMPING AIR SUSU IBU  
(MP-ASI) LOKAL  
TAHUN 2006**

DEPARTEMEN KESEHATAN RI  
2006

## ***1. FORMULA KANJI RUMBI***

<b>BAHAN</b>				
Beras	60	gram	6	sdm
Udang	25	gram	2	sdm
Daging ayam	25	gram	2	sdm
Gula	5	gram	0,5	sdm
Minyak	5	gram	0,5	sdm
Santan	5	gram	0,5	sdm
Wortel	25	gram	2	jari telunjuk
Seledri, Bawang merah, bawang putih, bawang prei, jahe, pala, cengkeh, ketumbar, garam, air				secukupnya

<b>KOMPOSISI ZAT GIZI :</b>		
Hasil	400	g
Energi	310	Kal
Protein	13,5	g
Lemak	7,5	g
NDpE %	7,4	
Densitas	0,8	
PER	2,1	
Fe	0,4	mg
Zn	0,3	mg

**AKG Fe**

**7 – 11 bulan: 7 mg:**

**1 – 3 tahun: 8 mg**

**AKG Zn**

**7 – 11 bulan: 3 mg**

**1 – 3 tahun: 4 mg**

## 12. FORMULA LITEKA

BAHAN				
Tepung jagung	40	gram	4	sdm
Gula merah	5	gram	1	ptg kel
Gula pasir	10	gram	1	sdm
Kacang ijo	20	gram	1	sdm
Susu Full Cream	15	gram		
Garam	¼	sdt		
Air secukupnya				

KOMPOSISI ZAT GIZI :		
Hasil	325	g
Energi	332	Kal
Protein	12,6	g
Lemak	5,09	g
Protein Energi %	15,19	
NDpE %	8,7	
Densitas		
PER	2,2	
Fe	0,5	mg
Zn	0,4	mg

# KESIMPULAN

- MP ASI YANG ADEKUAT SANGAT DIPERLUKAN OLEH KARENA ASI SUDAH TIDAK BISA MEMENUHI ENERGY GAP DAN NUTRIENT GAP YANG TERJADI PADA ANAK USIA 6 – 23 BULAN YANG MENDAPATKAN ASI
- INDIKATOR MP ASI YANG BAIK ADALAH YANG MEMENUHI MDD DAN MMF DAN KARENA MEMENUHI MAD.
- PROTEIN HEWANI MERUPAKAN BAHAN MAKANAN YANG SEBAIKNYA SELALU ADA DALAM MP ASI
- PENAMBAHAN LEMAK DAN MINYAK KE DALAM MP ASI PENTING UNTUK MENINGKATKAN ENERGY DENSE DARI MP ASI TANPA PENAMBAHAN VOLUME.