

Analisis Kandungan Energi dan Zat Gizi Makro “Bubur Bayi Sehat” Dan Kontribusinya Terhadap Pemenuhan Kebutuhan Gizi Bayi 6 – 12 Bulan di Kecamatan Banyumanik

Chatarina Devi Aristi Nugraha¹, Fitriyono Ayustaningwarno¹, Hartanti Sandi Wijayanti¹, Nuryanto¹

ABSTRAK

Latar Belakang: Bubur bayi sehat adalah MP-ASI lokal yang dijual Pedagang Kaki Lima (PKL) dan marak dikonsumsi bayi saat ini. Namun, belum diketahui kandungan gizi dan kontribusinya terhadap pemenuhan kebutuhan gizi bayi.

Tujuan: Penelitian bertujuan untuk mengetahui kandungan energi dan zat gizi makro bubur bayi sehat PKL, kontribusinya terhadap pemenuhan kebutuhan dari MP-ASI pada bayi usia 6 – 12 bulan, dan menu terbaik berdasarkan kandungan gizi.

Metode: Desain penelitian adalah deskriptif kuantitatif. Sampel penelitian adalah bubur bayi sehat PKL dari 6 produsen. Analisis proksimat dilakukan untuk mengetahui kandungan air, abu, protein, lemak, karbohidrat, dan energi. Densitas energi dan zat gizi dibandingkan dengan SNI MP-ASI Siap Santap. Analisis persentase kontribusi energi dan zat gizi ditentukan melalui perbandingan antara kandungan energi dan zat gizi bubur bayi sehat dengan estimasi kebutuhan dari MP-ASI. Penentuan menu terbaik menggunakan metode *additive weighting technique*.

Hasil: Densitas energi antara 0.41 – 0.95 kkal/g, densitas protein 2.09 – 3.28 g/100 kkal dan densitas lemak 1.47 – 2.93 g/100 kkal. Densitas protein dan lemak memenuhi SNI MP-ASI Siap Santap sedangkan densitas energi tidak memenuhi. Kontribusi energi berkisar antara 21% – 54%, protein 33% – 80%, lemak 18% – 50%, dan karbohidrat 20% – 56% dari kebutuhan MP-ASI. Menu terbaik berdasarkan kandungan gizi makro yang tinggi dan harga yang murah adalah bubur dari produsen 1 dan nasi tim dari produsen 3.

Simpulan: Kandungan protein dan lemak bubur bayi sehat memenuhi SNI, tetapi kandungan energi tidak memenuhi. Bubur bayi sehat berkontribusi setidaknya sepertiga (30%) dari total kebutuhan dari MP-ASI. Bubur produsen 1 dan nasi tim produsen 3 merupakan menu terbaik berdasarkan kandungan gizi makro yang tinggi dan harga yang murah.

Kata kunci: Bubur bayi sehat, MP-ASI, Energi, Protein, Lemak, Karbohidrat, Kontribusi, Bayi 6 – 12 bulan