

Pencegahan Stunting melalui Edukasi Ibu dalam Pemberian Makanan Pendamping ASI pada Balita

May Loreнна*¹, Nurisda Eva Irmawati², Allen Rufaida Purianingtyas³

^{1,2,3}Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Semarang, Indonesia

*e-mail: renamaylorena@gmail.com¹, nurisdaeva@poltekkes-smg.ac.id², zonanyaallen@gmail.com³

Abstrak

Berbagai permasalahan gizi muncul hampir di seluruh lapisan ekonomi masyarakat baik di pedesaan maupun perkotaan. Salah satu permasalahan gizi yang menjadi fokus utama yaitu balita yang memiliki postur tubuh pendek (*stunting*). Pencegahan *stunting* pada anak dapat dilakukan dengan menerapkan pola makan dengan gizi seimbang. Asupan gizi seimbang dari makanan memegang peranan penting dalam tumbuh kembang anak. Kurangnya pengetahuan ibu mengenai penyebab dan dampak *stunting* serta bagaimana memberikan makanan dengan gizi seimbang pada balita menjadi permasalahan yang diangkat dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Program yang dilakukan adalah pemberian penyuluhan terkait *stunting* dan pencegahannya melalui peningkatan pengetahuan ibu dalam pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) dengan gizi seimbang pada balita di wilayah kerja Puskesmas Padangsari Kota Semarang. Peserta yang hadir yaitu kader Posyandu dan 30 ibu balita yang memiliki anak usia 6-24 bulan. Hasil dari program ini adalah meningkatnya pengetahuan ibu balita mengenai pencegahan *stunting* dengan pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) dengan gizi seimbang pada balita.

Kata kunci: balita, gizi seimbang, makanan pendamping ASI, *stunting*

Abstract

Various nutritional problems are found to occur in almost all economic strata of society, both in rural and urban areas. One of the nutritional problems that is the main focus is toddlers who have short stature (*stunting*). Prevention of *stunting* in children can be done by implementing a diet with balanced nutrition. Balanced nutritional intake from food plays an important role in the child's growth process. Mothers' lack of knowledge about the causes and impacts of *stunting* as well as how to provide food with balanced nutrition to toddlers are issues raised in this community service activity. The program carried out is providing education regarding *stunting* and its prevention by increasing mothers' knowledge in providing weaning food (MP-ASI) with balanced nutrition to toddlers in the working area of the Padangsari Health Center, Semarang City. Participants who attended were Posyandu cadres and 30 mothers of toddlers who had children aged 6-24 months. The result of this program is that there is an increase in the knowledge of mothers of toddlers regarding preventing *stunting* by providing weaning food (MP-ASI) with balanced nutrition to toddlers.

Keywords: balanced nutrition, *stunting*, toddlers, weaning food

1. PENDAHULUAN

Permasalahan *stunting* atau gagal tumbuh pada anak masih menjadi perhatian khusus dalam perkembangan pertumbuhan balita di Indonesia. *Stunting* adalah gangguan pertumbuhan yang terjadi pada anak sehingga tinggi badan anak lebih rendah dari standar usianya. *Stunting* terjadi sebagai akibat dari beberapa factor seperti status social, ekonomi, status gizi pada ibu hamil, masalah kesehatan bayi, juga kurangnya asupan gizi dalam waktu yang cukup lama [1]. *Stunting* tidak hanya merupakan gangguan pertumbuhan fisik, tetapi juga mengakibatkan anak rentan terserang penyakit, sehingga mempengaruhi perkembangan otak dan kecerdasannya. Oleh sebab itu, *stunting* menjadi salah satu ancaman besar terhadap kualitas sumber daya manusia di Indonesia [2].

Data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) yang dilaporkan oleh Dinas Kesehatan Kota Semarang [3] menunjukkan bahwa di Indonesia, prevalensi balita *stunting* masih berada pada angka 24,4%, di Jawa Tengah sebesar 20,9% dan di Kota Semarang, prevalensi balita *stunting* masih berada pada angka 21,3%. Pemerintah melakukan berbagai upaya sebagai usaha

pencegahan tingginya angka stunting di Indonesia. Pada tahun 2022, Indonesia berhasil menurunkan prevalensi angka stunting dari 24,4% di tahun 2021 menjadi 21,6% di tahun 2022. Namun demikian, angka tersebut belum memenuhi standard WHO terkait prevalensi stunting. Dikutip dari redaksi Sehat Negeriku, dr. Siti Nadia Tarmizi [4] menyatakan bahwa standard WHO terkait prevalensi stunting harus di angka kurang dari 20%.

Beberapa penyebab terjadinya stunting pada anak adalah adanya penyakit infeksi berulang, Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), kurangnya pemberian ASI atau tidak diberikannya ASI eksklusif dan kurangnya pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) [5]. MP-ASI atau makanan pendamping ASI adalah pemberian makanan lain sebagai pendamping ASI kepada bayi dan anak usia 6-24 bulan. MP-ASI harus diberikan setelah anak berusia 6 bulan karena pada masa tersebut jumlah ASI yang diproduksi semakin berkurang sehingga asupan nutrisi dan ASI tidak lagi memenuhi kebutuhan gizi anak yang semakin meningkat. Rekomendasi dari WHO agar ibu memberikan ASI eksklusif pada bayi sampai berusia 6 bulan dan memberikan MP-ASI sejak bayi berusia 6 bulan diteruskan pemberian ASI sampai dengan usia 2 tahun. Pemberian MP-ASI yang kurang tepat pada anak sesuai usianya menyebabkan asupan gizi anak tidak optimal dan mempengaruhi terjadinya masalah gizi [6]. Perbaikan atau peningkatan gizi dapat dilakukan dengan memenuhi kebutuhan gizi pada anak dengan mengatur pola makan anak [7]. Asupan gizi seimbang dari makanan memegang peranan penting dalam proses tumbuh kembang anak [8]. Pengenalan dan pemberian MP-ASI harus dilakukan secara bertahap baik dari segi tekstur maupun jumlah dan harus disesuaikan dengan kemampuan pencernaan bayi. Pemberian MP-ASI yang tepat diharapkan tidak hanya dapat memenuhi kebutuhan nutrisi bayi, namun juga merangsang keterampilan makan dan pengenalan rasa pada bayi. Penerapan pola makan dengan gizi seimbang sangat penting untuk mencegah terjadinya masalah gizi, dalam hal ini adalah masalah stunting.

Kegiatan Posyandu yang dilaksanakan oleh masyarakat dan dibina oleh tenaga kesehatan di sekitar puskesmas menjadi salah satu upaya mendeteksi adanya stunting dan juga pencegahannya. Kegiatan Posyandu juga bertujuan untuk mengurangi angka kematian bayi dan balita [9]. Kegiatan Posyandu biasanya dilakukan secara rutin setiap satu bulan sekali. Pada saat Posyandu, maka dilaksanakan penimbangan berat badan, pengukuran tinggi badan, pengukuran lingkaran kepala dan pemantauan imunisasi anak. Pencegahan stunting melalui Posyandu dapat dilakukan dengan memberikan penyuluhan kepada ibu balita terkait stunting dan pencegahannya, mengingatkan ibu balita untuk memberikan ASI eksklusif, memberikan makanan pendamping ASI (MP-ASI) dengan gizi seimbang pada balita. Stunting dan masalah gizi lainnya dapat dicegah terutama pada 1.000 hari pertama kehidupan [10]. Kegiatan penyuluhan gizi terkait pemberian makanan bayi juga dapat dilakukan pada saat Posyandu sebagai suatu usaha pencegahan stunting pada anak. Juga, pemberian penguatan kepada ibu balita untuk datang ke Posyandu secara rutin setiap bulan untuk memantau pertumbuhan anaknya [11].

Berdasarkan uraian diatas, kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul pencegahan stunting melalui edukasi ibu dalam pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) dengan gizi seimbang pada balita di wilayah kerja Puskesmas Padangsari Kota Semarang ini dilakukan.

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Padangsari Kota Semarang. Responden pada kegiatan ini adalah ibu balita yang memiliki anak usia 6-24 bulan. Kegiatan yang dilaksanakan yaitu melakukan penyuluhan terkait pencegahan stunting melalui edukasi ibu dalam pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) dengan gizi seimbang pada balita. Tahapan pelaksanaan penyuluhan yaitu terdiri dari tahap perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi.

1. Tahap Perencanaan

Pada tahap perencanaan, tim melakukan koordinasi dengan pihak puskesmas dan Posyandu, melakukan pengurusan surat izin yang diperlukan, membahas prosedur kegiatan,

lokasi kegiatan juga sarana prasarana yang diperlukan. Selain itu, tim juga mempersiapkan kuesioner pre-test dan post-test, MMT dan leaflet yang akan dipergunakan saat penyuluhan.

2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan, tim bersama Posyandu melakukan kegiatan Posyandu yang selanjutnya, ibu balita yang memiliki anak usia 6-24 bulan diberikan penyuluhan terkait pencegahan stunting melalui edukasi ibu dalam pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) dengan gizi seimbang pada balita. Sebelum pemaparan materi, peserta terlebih dahulu diberikan pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal terkait pencegahan stunting melalui pemberian MP-ASI dengan gizi seimbang pada balita. Selanjutnya dilakukan penyuluhan dengan menayangkan presentasi, juga leaflet. Metode penyuluhan dilakukan melalui diskusi dan sharing session secara interaktif dan partisipatif. Setelah penyuluhan dan sharing session selesai, peserta diberikan posttest untuk mengetahui perubahan pengetahuan terkait pencegahan stunting melalui edukasi ibu dalam pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) dengan gizi seimbang pada balita.

3. Tahap Evaluasi

Pada tahap evaluasi, tim melakukan koordinasi dengan pihak puskesmas dan Posyandu untuk menilai proses kegiatan dan juga hasil dari kegiatan penyuluhan tersebut.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk pemberian penyuluhan mengenai pencegahan stunting melalui edukasi ibu dalam pemberian makanan pendamping asi (MP-ASI) dengan gizi seimbang pada balita. Kegiatan ini dilakukan di balai RW 1 kelurahan Padangsari kota Semarang pada tanggal 17 Juni 2023. Kegiatan ini diikuti oleh 30 peserta yang terdiri dari ibu balita yang memiliki anak usia 6-24 bulan.



Gambar 1. Pendaftaran Posyandu

Sebelum pemaparan materi dilakukan, peserta diminta untuk mengisi quesioner pre-test yang telah disediakan untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta terkait pencegahan stunting melalui pemberian MP-ASI dengan gizi seimbang pada balita. Setelah semua peserta mengisi pre-test, maka narasumber memulai memberikan penyuluhan, serta setiap peserta diberi leaflet materi agar penyampaian materi dari narasumber lebih efektif.



Gambar 2. Pemberian Pre-Test

Selama pemaparan materi berlangsung, seluruh peserta menyimak dengan baik. Peserta terlihat aktif, partisipatif dan antusias dalam mengikuti kegiatan ini. Setelah pemaparan materi, dibuka diskusi dan sharing session untuk memfasilitasi peserta yang ingin bertanya atau berbagi pengalaman terkait materi yang disampaikan.



Gambar 3. Pemberian Penyuluhan



Gambar 4. Diskusi dan Sharing Session

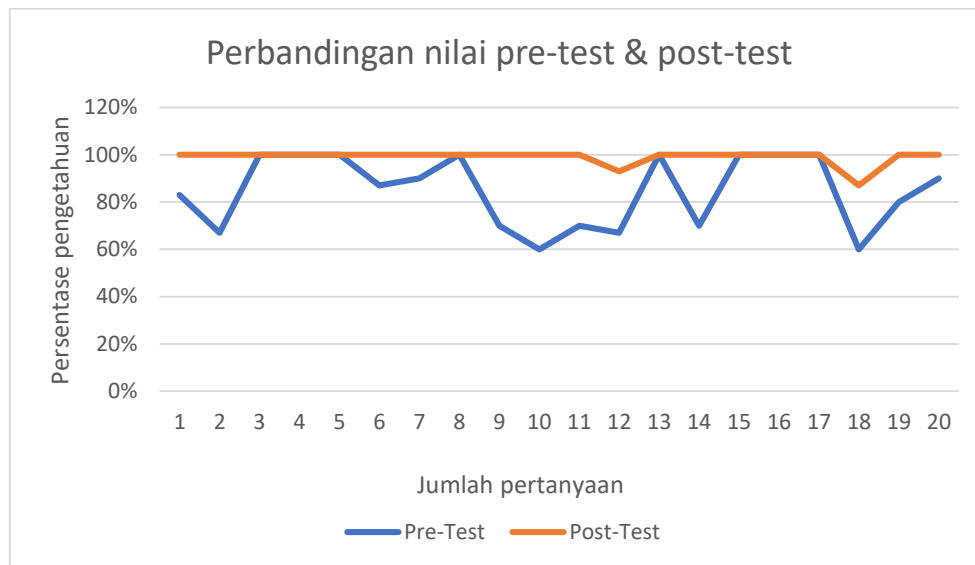
Setelah penyuluhan dan sharing session selesai dilakukan, peserta diberikan kuesioner post-test untuk mengukur perubahan pengetahuan mengenai pencegahan stunting melalui pemberian makanan pendamping asi (MP-ASI) dengan gizi seimbang pada balita.



Gambar 5. Pemberian Post-Test

Hasil dari pemberian edukasi dievaluasi dengan metode pre-test dan post-test. Gambaran evaluasi hasil perubahan pengetahuan ibu balita mengenai pencegahan stunting

melalui pemberian makanan pendamping asi (MP-ASI) dengan gizi seimbang pada balita disajikan pada gambar berikut:



Gambar 6. Perbandingan nilai pre-test dan post-test pengetahuan ibu balita

Dari gambar diatas, dapat dilihat bahwa pengetahuan ibu balita terhadap stunting dan penyebabnya sudah cukup baik. Juga pengetahuan ibu balita terhadap pemberian MP-ASI dengan gizi seimbang dan perhatian ibu kepada perkembangan dan gizi anak juga cukup baik. Hal ini ditunjukkan bahwa setiap item pertanyaan yang diberikan melalui questioner pre-test, responden telah menjawab dengan rerata benar antara 60%-100%. Setelah dilakukan penyuluhan dan dievaluasi melalui pemberian post-test, dapat dilihat bahwa pengetahuan ibu balita meningkat antara 90%-100%.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini sudah terlaksana dengan baik. Hal ini ditunjukkan oleh besarnya dukungan dan partisipasi aktif pihak puskesmas, kader Posyandu dan peserta pada kegiatan ini. Kegiatan bisa berjalan tepat waktu, kehadiran peserta juga sesuai target, yaitu 30 ibu balita dan sarana prasarana juga tidak ada kendala. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini juga tercapai, yaitu meningkatnya pengetahuan ibu balita terkait pencegahan stunting melalui pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) dengan gizi seimbang pada balita.

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terlaksana dengan baik dan mencapai tujuan kegiatan, yaitu meningkatnya pengetahuan ibu balita terkait pencegahan stunting melalui pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) dengan gizi seimbang pada balita. Namun demikian, pemberian penguatan terkait pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan juga pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) setelah bayi berusia 6 bulan perlu dilakukan. Kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan secara rutin akan memberikan pengaruh pada pengetahuan dan sikap ibu balita dalam pemberian MP-ASI. Hal ini akan berdampak baik dalam rangka pencegahan terjadinya stunting pada anak.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan dapat dilanjutkan tidak hanya dalam pemberian penyuluhan kepada ibu balita, namun juga kepada kader Posyandu dan kader desa terkait pemberian makanan dengan gizi seimbang, juga pengolahannya. Dengan itu, kader Posyandu dan kader desa diharapkan dapat memberikan penyuluhan langsung kepada ibu balita pada saat pelaksanaan Posyandu atau pada kegiatan-kegiatan lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] N. O. Nirmalasari, "Stunting Pada Anak: Penyebab dan Faktor Risiko Stunting di Indonesia," *Qawwam J. Gend. Mainstreaming*, vol. 14, no. 1, pp. 19–28, 2020, doi: 10.20414/Qawwam.v14i1.2372.
- [2] O. Mayasari, P. Manajemen, I. Kesehatan, and I. Kesehatan, "Literature Riview Gambaran Kejadian Stunting di Kota Semarang," *J. Rekam Medis dan Manaj. Inf. Kesehatan*, vol. 1, no. 2, p. 12, 2021.
- [3] Dinas Kesehatan Kota Semarang, "Stunting Dicegah Masa Depan Anak Kian Cerah." Accessed: Mar. 07, 2023. [Online]. Available: <https://dinkes.semarangkota.go.id/content/post/325>
- [4] Siti Nadia Tarmizi, "Prevalensi Stunting di Indonesia Turun ke 21,6% dari 24,4%," Redaksi Sehat Negeriku. Accessed: Mar. 05, 2023. [Online]. Available: <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20230125/3142280/>
- [5] R. Purwanti, E. Cahyaningsih, M. R. Al Haedar, N. R. Utami, W. Lisfani, and N. Hidayah, "Program SANATA (Sayang Anak Balita) di Wilayah Posyandu RW 08 Sronдол Kulon," *ETHOS J. Penelit. dan Pengabdi. Kpd. Masy.*, vol. 8, no. 2, pp. 221–228, 2020, doi: 10.29313/ethos.v8i2.5449.
- [6] K. T. Kartinawati and I. M. E. Dwipayana, "Pencegahan Stunting Melalui Penyuluhan Gizi Seimbang Berbasis Kearifan Lokal Di Desa Ban, Karangasem, Bali," *J. Sewaka Bhakti*, vol. 8, no. 2, pp. 95–103, 2022, [Online]. Available: <https://ejournal.unhi.ac.id/index.php/sewakabhakti/article/view/2861>
- [7] S. Mentari and A. Hermansyah, "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Stunting Anak Usia 24-59 Bulan Di Wilayah Kerja Upk Puskesmas Siantan Hulu," *Pontianak Nutr. J.*, vol. 1, no. 1, p. 1, 2019, doi: 10.30602/pnj.v1i1.275.
- [8] J. Saragih and D. W. Damanik, "Edukasi Gizi Sehat dan Seimbang untuk Pencegahan Gizi Buruk pada Anak di Wilayah Kerja Puskesmas Prabumulih Timur," *J. Pengabdi. Masy.*, vol. 2, no. 1, pp. 27–31, 2023, [Online]. Available: <https://jurnal.spada.ipts.ac.id/index.php/adam>
- [9] N. Fauza *et al.*, "Upaya Pencegahan Stunting melalui Kegiatan Posyandu Desa Sungai Manau, Kecamatan Kuantan Mudik, Provinsi Riau," *Poltekita J. Pengabdi. Masy.*, vol. 4, no. 1, pp. 232–238, 2023, doi: 10.33860/pjpm.v4i1.1516.
- [10] F. Kamelia, K. Anam, Y. Anabella, A. Damayanti, and M. Sururi, "Penanganan Stunting di Desa Banjaragung melalui Pemberian Makanan Sehat selama 30 Hari," vol. 3, no. 5, pp. 703–712, 2024.
- [11] I. F. Firlia Ayu Arini, Luh Desi Puspareni, "Prosiding Seminar Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat ISBN : 978-602-73114-5-9 (online) ISBN : 978-602-73114-4-2 (Cetak)," vol. 9, no. 2012, p. 16, 2017.