

EDUKASI CEGAH STUNTING MELALUI MP-ASI OPTIMAL

Annisa Nuradhiani, Ratu Diah Koerniawati, Lili Amaliah

Program Studi Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa

nuradhiani.annisa@gmail.com

Abstract

One of the high health problems in Indonesia is stunting. Stunting is a child growth disorder caused by lack of nutrition, infection, or inadequate stimulation. The prevalence of stunting in Banten Province is 24.5% and the prevalence of stunting in the Serang City is 27.2%. Pondok Kahuru is one of the villages in Ciomas Subdistrict, Serang City which has experienced an increase in stunting prevalence by 7.66% during 2020 to 2021. This activity aims to provide a proper understanding of stunting and how to give the right complementary feeding for children to reduce the stunting rate in Pondok Kahuru Village. The method used is counseling with pre-test and post-test. After being given education, mothers understand more about the importance of preventing stunting through optimal complementary feeding. This is indicated by an increase in the post-test scores of the mothers.

Keywords: Nutrition Education, Stunting, Complementary Food

Abstrak

Salah satu masalah kesehatan yang tinggi di Indonesia adalah stunting. Stunting adalah gangguan pertumbuhan anak yang disebabkan oleh kekurangan gizi, infeksi, atau stimulasi yang tidak memadai. Prevalensi stunting di Provinsi Banten sebesar 24,5% dan prevalensi stunting di Kota Serang sebesar 27,2%. Pondok Kahuru merupakan salah satu desa di Kecamatan Ciomas, Kota Serang yang mengalami peningkatan prevalensi stunting sebesar 7,66% selama tahun 2020 hingga 2021. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang benar tentang stunting dan cara pemberian MP-ASI (Makanan Pendamping ASI) yang tepat kepada anak dalam rangka menurunkan angka stunting di Desa Pondok Kahuru. Metode yang digunakan adalah penyuluhan dengan pre-test dan post-test. Setelah diberikan edukasi, ibu lebih memahami tentang pentingnya mencegah stunting melalui pemberian MP-ASI yang optimal. Hal ini ditunjukkan dengan peningkatan nilai post-test para peserta kegiatan.

Kata kunci: Edukasi Gizi, Stunting, MP-ASI.

PENDAHULUAN

Salah satu masalah kesehatan yang tinggi di Indonesia adalah *stunting*. Menurut WHO (*World Health Organization*), *stunting* merupakan gangguan tumbuh kembang anak yang terjadi akibat kurangnya asupan zat gizi, penyakit infeksi, maupun stimulasi yang kurang memadai (WHO, 2015). *Stunting* digambarkan dengan kondisi balita dengan tinggi badan di bawah rata-rata usia sebayanya serta berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan balita, berpotensi memperlambat perkembangan otak, dengan dampak jangka panjang berupa keterbelakangan mental, kemampuan belajar menjadi rendah, dan risiko terkena penyakit kronis seperti hipertensi, diabetes, hingga obesitas.

Stunting di Indonesia banyak ditemukan di daerah dengan tingkat kemiskinan tinggi dan tingkat pendidikan rendah. Berdasarkan data penelitian PSG (Penilaian Status Gizi) oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2016, diketahui 1 dari 3 anak Indonesia menderita *stunting* atau sekitar 33% (Kemenkes, 2016). Hal ini menunjukkan angka *stunting* yang merupakan dampak kurang gizi pada balita di Indonesia sudah diatas batas yang ditetapkan WHO sesuai dengan pernyataan WHO, bahwa suatu wilayah masuk dalam kategori *high prevalence* atau dianggap kronis jika prevalensi *stunting* berkisar $\geq 30\%$ (UNICEF, WHO, and World Bank, 2019)

Pondok Kahuru merupakan salah satu Desa di Kecamatan Ciomas, Kabupaten Serang, Provinsi Banten. Berdasarkan hasil SSGI (Studi Status Gizi Indonesia) tahun 2021, prevalensi balita *stunted* (pendek) di Provinsi Banten adalah 24,5% dengan prevalensi *stunting* di wilayah Kabupaten Serang sebanyak 27,2% (Kemenkes, 2021).

Berdasarkan data EPPGBM (Evaluasi Pencatatan dan Pelaporan Gizi Berbasis Masyarakat), angka kejadian *stunting* di Kecamatan Ciomas tahun 2021 adalah 9,23% dan dari 11 desa yang berada di Kecamatan Ciomas, Pondok Kahuru merupakan desa yang mengalami kenaikan prevalensi *stunting* sebesar 7,66% selama tahun 2020 hingga 2021 (Pemerintah Kabupaten Serang, 2021). Masyarakat di Desa Pondok Kahuru sebagian besar kepala keluarganya bermata pencaharian petani dan istrinya adalah IRT (Ibu Rumah Tangga).

Untuk mengurangi tingkat *stunting* di suatu wilayah, maka perlunya upaya pencegahan. Beberapa langkah untuk mencegah terjadinya *stunting* antara lain: Memenuhi kebutuhan asupan zat gizi sejak hamil; Memberikan ASI Eksklusif sampai bayi berusia 6 bulan; Memberikan MP-ASI (Makanan Pendamping ASI) dengan gizi seimbang dan sehat; Selalu memantau tumbuh kembang anak; dan Selalu menjaga kebersihan lingkungan (Kemenkes, 2018).

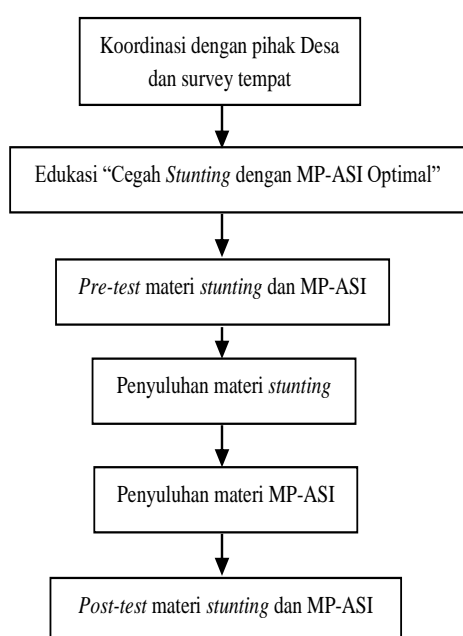
Berdasarkan permaparan di atas, maka perlu dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat melalui penyuluhan, berupa pemberian edukasi cegah *stunting* melalui MP-ASI optimal kepada para kader serta ibu yang memiliki balita di wilayah Desa Pondok Kahuru. Kegiatan ini bertujuan sebagai upaya untuk memberikan edukasi yang tepat tentang *stunting* dan cara pemberian MP-ASI demi mengurangi angka *stunting* di Desa Pondok Kahuru, Kecamatan Ciomas, Kabupaten Serang, Provinsi Banten.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti oleh 15 subjek yang terdiri dari beberapa kader di wilayah Kecamatan Ciomas serta para ibu yang memiliki balita. Kegiatan ini

dilakukan di salah satu rumah warga Desa Pondok Kahuru, Kecamatan Ciomas, Kabupaten Serang, Provinsi Banten. Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah penyuluhan dengan memberikan edukasi tentang *stunting* dan MP-ASI optimal sebagai upaya untuk mengurangi angka *stunting* serta mencegah kejadian *stunting* di Desa Pondok Kahuru.

Alur kegiatan pengabdian masyarakat dapat dilihat melalui diagram berikut :



Gambar 1. Tahap Kegiatan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Pondok Kahuru, Kecamatan Ciomas, Kabupaten Serang, Provinsi Banten dilaksanakan dengan memperhatikan protokol kesehatan, salah satunya adalah wajib menggunakan masker selama kegiatan berlangsung. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah mencegah *stunting* dengan MP-ASI, sehingga pelaksanaannya berisi kegiatan penyuluhan mengenai edukasi *stunting*

dan pemberian MP-ASI yang tepat. Sebelum dilakukan penyuluhan, para peserta yang hadir mengisi 10 soal *pre-test* terkait *stunting* dan MP-ASI, kemudian dilakukan penyuluhan dengan memberikan materi dan diskusi, dan diakhiri dengan para peserta mengisi 10 soal *post-test*.

Pemberian soal *pre-test* dan *post-test* menjadi salah satu cara ukur keberhasilan pelaksanaan pengabdian masyarakat. Berdasarkan hasil *pre-test* diketahui bahwa pengabdian masyarakat, diketahui bahwa sebelum diberikan penyuluhan sebagian besar ibu keliru tentang pengertian *stunting* dan MP-ASI.



Gambar 2. Pemberian materi tentang *stunting*

Sebagian besar ibu (61,5%) menganggap bahwa *stunting* adalah kondisi kurang BB (Berat Badan) terhadap Tinggi Badan (TB) sehingga anak tidak proporsional; hampir seluruh ibu (76,9%) menganggap bahwa MP-ASI merupakan makanan pengganti ASI, bukan makanan pendamping ASI; serta sebagian besar ibu (61,5%) setuju bahwa jus buah dianjurkan untuk dikonsumsi sejak anak berusia kurang dari 1 tahun. Setelah diberikan edukasi dan mengisi *post-test*, diketahui bahwa hampir seluruh ibu (93,3%) mengetahui bahwa *stunting* adalah kondisi anak dengan tinggi badan di bawah rata-rata anak usia sebayanya; seluruh ibu (100%) sudah memahami bahwa MP-ASI merupakan singkatan dari Makanan Pendamping ASI, bukan Makanan

Pengganti ASI; dan sebagian besar ibu (86,7%) memahami bahwa jus buah dianjurkan dikonsumsi oleh anak berusia di atas 1 tahun.



Gambar 3. Pemberian materi tentang MP-ASI

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat di Desa Pondok Kahuru, diketahui terdapat peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi mengenai cegah *stunting* melalui MP-ASI optimal. Pentingnya memberikan MP-ASI yang optimal pada bayi 5-24 bulan dikarenakan asupan zat gizi yang tepat akan dapat mendukung pertumbuhan dan perkembangan balita sesuai dengan usianya serta mencegah terjadinya gagal tumbuh (*growth faltering*) yang mengakibatkan *stunting*. Makanan bayi hingga umur 24 bulan (2 tahun) harus cukup energi, protein, serta asupan zat gizi mikro seperti zat besi (Fe), seng (Zn), dan vitamin A. Asupan zat gizi tersebut harus dapat dipenuhi dalam pemberian MP-ASI yang optimal (Alvita et al, 2021).

Kondisi *stunting* merupakan salah satu masalah gizi kronik yang disebabkan oleh beberapa faktor antara lain: kondisi sosial ekonomi, gizi ibu saat hamil, kesakitan pada bayi, dan kurangnya asupan gizi pada bayi. Menurut WHO (2014), balita yang mengalami *stunting* seiring dengan penambahan usia dapat mengalami kesulitan dalam mencapai perkembangan fisik dan kognitif yang optimal. Selain itu, menurut Bulan et al (2017), MP-ASI diartikan sebagai

makanan dengan kandungan gizi lengkap yang dikonsumsi bayi usia 6-24 bulan sebagai makanan pendamping ASI untuk memenuhi kebutuhan gizinya. MP-ASI yang diberikan secara inadekuat akan berpengaruh pada tumbuh kembang balita. Selain itu, masih banyaknya para ibu yang beranggapan bahwa anak di bawah 1 tahun boleh diberikan jus buah. Pada kenyataannya, menurut AAP (*American Academy of Pediatrics*) pemberian jus buah tidak direkomendasikan bagi anak dibawah 1 tahun karena pada usia ini kebutuhan cairan anak masih sangat terbatas, selain itu juga kapasitas lambung anak masih sangat terbatas. Para orang tua dianjurkan untuk memberikan buah asli jika ingin memperkenalkan rasa buah pada anak sejak umur 6 bulan (Rukhan, 2020).

Pada pemberian MP-ASI, selain zat-zat gizi yang dibutuhkan untuk tumbuh kembang anak harus terpenuhi dalam makanan yang disajikan, tekstur MP-ASI pun harus diperhatikan sesuai dengan umur anak. Selain itu, terdapat 4 strategi dalam pemberian MP-ASI agar mampu mencegah *stunting* pada baduta, diantaranya adalah pemberian MP-ASI tepat waktu (sejak umur 6 bulan), MP-ASI yang diberikan harus adekuat (asupan zat gizi makro dan mikro terpenuhi), proses persiapan hingga pembuatan MP-ASI aman dan higienis, serta MP-ASI diberikan secara konsisten sesuai dengan jadwal makan atau sinyal kenyang dan lapar dari sang anak (IDAI, 2018).

SIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat kepada para ibu kader posyandu serta para ibu yang memiliki balita di Desa Pondok Kahuru, Kecamatan Ciomas, Kabupaten Serang, Provinsi Banten berjalan dengan lancar dan baik sesuai dengan rencana yang

telah disusun. Para peserta yang hadir antusias mengikuti kegiatan. Terdapat peningkatan pengetahuan tentang *stunting* dan pencegahannya melalui pemberian MP-ASI yang optimal berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test*. Kegiatan ini juga memberikan pengalaman yang baik kepada para peserta untuk lebih mempersiapkan serta memberikan MP-ASI yang optimal demi tumbuh kembang bayi hingga usia 2 tahun agar mampu menurunkan prevalensi *stunting* di Desa Pondok Kahuru ke depannya. Selanjutnya dapat dilakukan praktik pembuatan MP-ASI dengan resep gizi seimbang dan tekstur sesuai dengan umur anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Himpunan Mahasiswa Gizi (HIMAZI) UNTIRTA dan pihak Desa Pondok Kahuru, serta seluruh pihak yang membantu dalam kelancaran pelaksanaan pengabdian masyarakat di Desa Pondok Kahuru.

DAFTAR PUSTAKA

- Alvita G W., Winarsih B W., Hartini S., dan Faidah N. 2021. Peningkatan Pemahaman Masyarakat Pentingnya ASI dan MP-ASI yang Tepat dalam Pencegahan Stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari di Desa Cranggang. Jurnal Pengabdian Masyarakat STIKES Cendekia Utama Kudus Vol. 4, No. 2 :123-135.
- Bulan BU, Hendra A, Rahmad A.2017. Pemberian ASI dan MP-ASI terhadap Pertumbuhan Bayi Usia 6-24 Bulan. Jurnal Kedokteran Syiah Kuala Vol. 17, No. 1:4-14.
- Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI). 2018. Pemberian MP-ASI. <https://www.idai.or.id/artikel/kli-nik/asi/pemberian-makanan-pendamping-air-susu-ibu-mpasi> (diakses 15 November 2021)
- Kementerian Kesehatan RI. 2016. Buku Saku Pemantauan Status Gizi Tahun 2016. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2016.
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. Warta KESMAS Edisi 02 : Cegah Stunting itu Penting!. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. 2021. Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Kabupaten/Kota Tahun 2021. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI..
- Pemerintah Kabupaten Serang. 2021. Grafik Prevalensi Balita Stunting Perdesa di Kecamatan Ciomas Kabupaten Serang Tahun 2018-2021. <https://serangkab.go.id/detail/grafik-prevalensi-balita-stunting-perdesa-di-kecamatan-ciomas-kabupaten-serang-tahun-2018-2021> (diakses 27 Desember 2021).
- Ristekdikti. 2016. Pengabdian Masyarakat. https://research.ui.ac.id/research/wp-content/uploads/2016/05/PM_20160421.pdf (diakses 15 November 2021)
- Rukhan A. 2020. Kata Dokter, Bayi di Bawah 1 Tahun Tak Boleh Minum Jus Buah. <https://www.ayahbunda.co.id/bayi-gizi-kesehatan/kata-dokter-bayi-di-bawah-1-tahun-tak-boleh-minum-jus-buah> (diakses 15 November 2021).
- UNICEF, WHO, and World Bank. 2019. Levels and Trends in Child Malnutrition.

- <https://www.who.int/nutgrowthd/bjme-2019-key-findings.pdf>
(diakses 27 Desember 2021).
- World Health Organization. 2014. WHA Global Nutrition Targets 2025: Stunting Policy Brief. https://www.who.int/nutrition/topics/globaltargets_stunting_policybrief.pdf (diakses pada 15 November 2021)
- World Health Organization. 2015. Stunting in a Nutshell. <https://www.who.int/news/item/19-11-2015-stunting-in-a-nutshell> (diakses 27 Desember 2021).