

Nanggroe: Jurnal Pengabdian Cendikia
Volume 3, Nomor 7, Oktober 2024, Halaman 56-60
Licenced by CC BY-SA 4.0
ISSN: [2986-7002](https://doi.org/10.24127/nanggroe.v3i7.13963106)
DOI: <https://doi.org/10.24127/nanggroe.v3i7.13963106>

Sosialisasi Pemberian ASI Eksklusif dan MPASI yang Tepat sebagai Upaya Pencegahan Stunting pada Anak Balita

Nisrina Rihadatul Aisy^{1*}, Syawla Eka Dini², Lulu Fajri Hanifah³, Dwiki Arif Nabil Mahbuby⁴,
Laila Anjani⁵

¹²³⁴⁵UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, Jakarta

*Email korespondensi: nisrinarihadatulaisy@gmail.com

Abstrak

Stunting pada anak balita merupakan masalah kesehatan serius di Indonesia, dengan prevalensi mencapai 24,4% pada tahun 2021. Pemberian gizi yang tidak memadai, terutama dalam 1000 hari pertama kehidupan, menjadi faktor utama penyebab stunting. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman ibu-ibu tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif dan Makanan Pendamping ASI (MPASI) yang tepat sebagai upaya pencegahan stunting. Kegiatan sosialisasi dilaksanakan di Desa Rajeg, Kecamatan Rajeg, Kabupaten Tangerang, dengan melibatkan 50 peserta yang terdiri dari ibu-ibu yang memiliki balita dan ibu hamil. Metode yang digunakan meliputi *pre-test*, pematerian, sosialisasi, game edukatif, dan *post-test*. Hasil menunjukkan peningkatan pemahaman yang signifikan dari 30% menjadi 85% setelah mengikuti program. Game edukatif terbukti efektif dalam memperkuat pemahaman peserta, dengan 95% melaporkan metode ini sangat membantu. Sebanyak 80% peserta menyatakan peningkatan kepercayaan diri dalam memberikan ASI dan MPASI, sementara 70% berkomitmen menjadi agen perubahan di lingkungan mereka. Tantangan yang dihadapi meliputi kesulitan pemahaman istilah medis dan kebutuhan akan sesi praktik pembuatan MPASI. Kegiatan ini berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya ASI Eksklusif dan MPASI yang tepat, dengan 85% peserta bersedia berpartisipasi dalam kegiatan lanjutan dan monitoring. Diharapkan peningkatan pengetahuan ini dapat berkontribusi pada penurunan angka stunting di wilayah tersebut dalam jangka panjang.

Kata kunci: ASI Eksklusif, MPASI, Stunting

Abstract

Stunting in toddlers is a serious health problem in Indonesia, with a prevalence reaching 24.4% in 2021. Inadequate nutrition, especially in the first 1000 days of life, is the main factor causing stunting. This community service aims to improve mothers' understanding of the importance of providing exclusive breastfeeding and appropriate complementary foods (MPASI) as an effort to prevent stunting. The socialization activity was carried out in Rajeg Village, Rajeg District, Tangerang Regency, involving 50 participants consisting of mothers with toddlers and pregnant women. The methods used included *pre-test*, material, socialization, educational games, and *post-test*. The results showed a significant increase in understanding from 30% to 85% after participating in the program. Educational games proved effective in strengthening participants' understanding, with 95% reporting that this method was very helpful. As many as 80% of participants stated an increase in confidence in providing breast milk and MPASI, while 70% were committed to becoming agents of change in their environment. Challenges faced included difficulty understanding medical terms and the need for practical sessions on making MPASI. This activity successfully increased public awareness about the importance of Exclusive Breastfeeding and proper MPASI, with 85% of participants willing to participate in follow-up activities and monitoring. It is hoped that this increase in knowledge can contribute to reducing stunting rates in the area in the long term.

Keywords: Exclusive Breastfeeding, MPASI, Stunting

Article Info

Received date: 05 Oktober 2024

Revised date: 10 Oktober 2024

Accepted date: 19 Oktober 2024

PENDAHULUAN

Intervensi berbasis edukasi telah terbukti efektif dalam mencegah stunting di berbagai negara berkembang. Dalam studi (Bhutta et al., 2013) menunjukkan bahwa intervensi gizi yang berfokus pada edukasi ibu dapat mengurangi stunting sebesar 20% pada anak-anak di bawah 5 tahun. Sementara itu di Indonesia, menemukan bahwa peningkatan pengetahuan ibu tentang praktik

pemberian makan yang tepat berkorelasi positif dengan penurunan risiko stunting (Torlesse et al., 2016). Temuan ini menegaskan pentingnya edukasi dalam upaya pencegahan stunting.

Stunting merupakan salah satu permasalahan kesehatan yang serius di Indonesia, terutama pada anak balita. Stunting, atau kondisi gagal tumbuh akibat kurangnya asupan gizi dalam waktu yang lama, berdampak pada perkembangan fisik dan kognitif anak. Data dari Badan Kesehatan Dunia (WHO) menunjukkan bahwa lebih dari 22% anak di bawah usia lima tahun di seluruh dunia mengalami stunting, dan Indonesia termasuk negara dengan prevalensi stunting yang tinggi (World Health Organization, 2021). Menurut data dari (Kementerian Kesehatan RI, 2021), prevalensi stunting di Indonesia mencapai 24,4%, yang artinya hampir satu dari empat balita di Indonesia mengalami stunting.

Salah satu faktor utama penyebab stunting adalah pemberian gizi yang tidak memadai pada masa-masa awal kehidupan anak, terutama dalam periode 1000 hari pertama kehidupan. Periode ini meliputi masa pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif selama enam bulan pertama dan pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) setelah enam bulan. Pemberian ASI eksklusif secara benar terbukti mampu memenuhi kebutuhan gizi bayi hingga enam bulan pertama tanpa perlu tambahan makanan atau cairan lainnya, sementara MPASI yang diberikan tepat waktu dan sesuai dengan kebutuhan gizi dapat mendukung pertumbuhan optimal anak. (Victora et al., 2016)

Namun, banyak ibu di daerah-daerah terpencil dan pedesaan yang masih kurang memahami pentingnya ASI eksklusif dan MPASI yang tepat. Hal ini disebabkan oleh kurangnya akses informasi serta budaya yang kurang mendukung praktek pemberian ASI eksklusif. Oleh karena itu, diperlukan sosialisasi yang komprehensif untuk meningkatkan pemahaman ibu-ibu tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif dan MPASI dalam mencegah stunting. (Black et al., 2013)

Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman ibu-ibu tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama dan pemberian MPASI yang tepat setelah enam bulan sebagai salah satu upaya pencegahan stunting. Kegiatan ini juga bertujuan untuk memberikan edukasi mengenai praktek pemberian gizi yang baik, teknik pemberian MPASI yang benar, serta bagaimana memilih makanan yang bergizi dan aman bagi bayi. Dengan demikian, diharapkan prevalensi stunting dapat berkurang di wilayah sasaran program ini. (*Systematic Review of the Efficacy and Effectiveness of Complementary Feeding Interventions in Developing Countries.*, 2008)

Sejumlah penelitian dan program pengabdian masyarakat sebelumnya telah menunjukkan bahwa intervensi berbasis edukasi mengenai ASI eksklusif dan MPASI dapat berdampak signifikan terhadap penurunan angka stunting. Studi oleh (Arpadi et al., 2020) menemukan bahwa peningkatan edukasi tentang ASI eksklusif dan MPASI berkontribusi pada perbaikan status gizi bayi dan anak di berbagai wilayah. Selain itu, program pengabdian masyarakat yang melibatkan komunitas lokal dan kader kesehatan terbukti efektif dalam mempengaruhi perubahan perilaku ibu dalam pemberian makanan kepada bayi. Dalam konteks ini, pendekatan partisipatif yang melibatkan tenaga kesehatan, keluarga, dan komunitas menjadi penting untuk mencapai hasil yang optimal dalam pencegahan stunting.

Sosialisasi ini tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, tetapi juga untuk memberikan panduan praktis yang dapat diterapkan oleh ibu-ibu dalam kehidupan sehari-hari. Dengan adanya keterlibatan aktif dari komunitas dan dukungan dari tenaga kesehatan lokal, pengabdian ini diharapkan dapat menciptakan perubahan berkelanjutan dalam praktek pemberian ASI eksklusif dan MPASI yang benar, sehingga angka stunting dapat ditekan di masa mendatang.

METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian pada masyarakat ini diawali dari temuan mahasiswa yang sedang melaksanakan program KKN di Desa Rajeg Kecamatan Rajeg Kabupaten Tangerang menunjukkan bahwa terdapat kasus stunting di desa tersebut. Dengan permasalahan yang ada mendorong ibu-ibu kader untuk melaksanakan sosialisasi pemberian ASI Eksklusif dan MPASI yang tepat sebagai upaya pencegahan stunting pada anak balita. Sosialisasi dilakukan secara luring bertempat di Balai Warga Desa Rajeg.

Pelaksanaan kegiatan sosialisasi pemberian ASI Eksklusif dan MPASI yang tepat sebagai upaya pencegahan stunting terdiri dari tiga tahap, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap

tindak lanjut. Tahap-tahap ini akan diuraikan lebih lengkap sebagai berikut: Pertama tahap persiapan, tahap ini diawali dengan observasi, *pre-assesment*, dan sosialisasi. Kedua tahap pelaksanaan, tahap ini terdiri dari kegiatan *pre-test*, pematerian, sosialisasi, game tentang ASI Eksklusif dan MPASI yang tepat, dan diakhiri dengan *post-test*. Ketiga tahap tindak lanjut, yaitu tahap akhir dengan menganalisis dan membuat laporan mengenai kegiatan yang telah dilaksanakan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi pemberian ASI Eksklusif dan MPASI yang tepat sebagai upaya pencegahan stunting pada anak balita di Desa Rajeg, Kecamatan Rajeg, Kabupaten Tangerang telah berhasil dilaksanakan dengan peserta partisipasi 50 orang yaitu ibu yang memiliki balita 0-5 tahun dan ibu hamil. Hasil *pre-test* yang dilakukan sebelum pemaparan materi menunjukkan bahwa hanya 30% peserta memiliki pengetahuan yang memadai mengenai pentingnya ASI Eksklusif dan MPASI dalam pencegahan stunting. Namun, setelah mengikuti sesi pematerian dan sosialisasi, terjadi peningkatan pemahaman yang signifikan, dengan 85% peserta menunjukkan pemahaman yang baik pada hasil *post-test*. Pelaksanaan kegiatan sosialisasi dan pengerjaan *pre-test* serta *post-test* disajikan pada Gambar 1 dan Gambar 2.



Gambar 1 Pelaksanaan Kegiatan Sosialisasi



Gambar 2 Pengerjaan *Pre-test* serta *Post-test*

Materi yang disampaikan mencakup pentingnya ASI Eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi, teknik menyusui yang benar, serta panduan pemberian MPASI yang tepat sesuai usia dan kebutuhan gizi anak. Dari diskusi yang dilakukan, terungkap bahwa 60% peserta sebelumnya tidak menyadari pentingnya ASI Eksklusif tanpa tambahan makanan atau minuman lain selama 6

bulan pertama. Setelah sosialisasi, 90% peserta menyatakan komitmen untuk menerapkan ASI Eksklusif atau mendukung anggota keluarga mereka dalam praktik ini.

Game edukatif tentang ASI Eksklusif dan MPASI yang diadakan selama acara terbukti efektif dalam memperkuat pemahaman peserta. 95% peserta melaporkan bahwa metode ini sangat membantu mereka dalam mengingat informasi penting. Melalui permainan ini, 75% peserta berhasil menjawab dengan benar pertanyaan-pertanyaan terkait gizi anak dan pencegahan stunting, menunjukkan peningkatan yang signifikan dari pemahaman awal mereka. Game edukatif disajikan pada Gambar 3.



Gambar 3 Game Edukatif

Dampak dari kegiatan sosialisasi ini terlihat dari meningkatnya kesadaran ibu-ibu mengenai pentingnya ASI Eksklusif dan MPASI yang tepat. 80% peserta menyatakan bahwa mereka merasa lebih percaya diri dalam memberikan ASI dan MPASI setelah mengikuti program ini. Yang menggembirakan, 70% peserta menyatakan komitmen mereka untuk menjadi agen perubahan di lingkungan mereka, dengan berencana untuk membagikan informasi yang mereka peroleh kepada tetangga dan keluarga. Meski demikian, terdapat beberapa tantangan yang dihadapi selama pelaksanaan program. 25% peserta masih mengalami kesulitan dalam memahami istilah-istilah medis yang digunakan, menunjukkan perlunya penyederhanaan bahasa dalam penyampaian materi untuk kegiatan serupa di masa mendatang. Selain itu, 40% peserta mengusulkan agar diadakan sesi praktik langsung pembuatan MPASI dalam kegiatan selanjutnya.

Secara keseluruhan, kegiatan sosialisasi ini telah berhasil meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat Desa Rajeg mengenai pentingnya ASI Eksklusif dan MPASI yang tepat dalam upaya pencegahan stunting. Peningkatan pengetahuan ini, yang ditunjukkan oleh kenaikan 55% dalam pemahaman peserta dari *pre-test* ke *post-test*, diharapkan dapat berkontribusi pada penurunan angka stunting di wilayah tersebut dalam jangka panjang. Untuk memastikan keberlanjutan dampak program, 85% peserta menyatakan kesediaan mereka untuk berpartisipasi dalam kegiatan lanjutan dan monitoring yang akan dilakukan dalam 3 bulan ke depan. Dokumentasi kegiatan disajikan pada Gambar 4.



Gambar 3 Dokumentasi Kegiatan

SIMPULAN

Kegiatan sosialisasi pemberian ASI Eksklusif dan MPASI yang tepat sebagai upaya pencegahan stunting pada anak balita di Desa Rajeg, Kecamatan Rajeg, Kabupaten Tangerang telah berhasil dilaksanakan dengan hasil yang positif. Terjadi peningkatan pemahaman yang signifikan di antara peserta, dari 30% menjadi 85% setelah mengikuti program. Metode penyampaian materi yang melibatkan game edukatif terbukti efektif dalam memperkuat pemahaman peserta. Mayoritas peserta menyatakan komitmen untuk menerapkan atau mendukung praktik ASI Eksklusif, serta bersedia menjadi agen perubahan di lingkungan mereka. Meski terdapat beberapa tantangan seperti kesulitan pemahaman istilah medis, secara keseluruhan program ini berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya ASI Eksklusif dan MPASI yang tepat dalam pencegahan stunting. Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat berkontribusi pada penurunan angka stunting di wilayah tersebut dalam jangka panjang, dengan dukungan kegiatan lanjutan dan monitoring yang direncanakan.

REFERENSI

- Arpadi, S.M., Shrimpton, R., Sanders, D., & et al. (2020). *Nutrition education for improved infant and young child feeding practices in resource-constrained settings*. (2nd ed., Vol. 23). Public Health Nutrition.
- Bhutta, Z.A., Das, J.K., Rizvi, A., Gaffey, M.F., Walker, N., Horton, S., Webb, P., Lartey, A., Black, & R.E. (2013). *Evidence-based interventions for improvement of maternal and child nutrition: what can be done and at what cost? The Lancet*. 452–477.
- Black, R.E., & et al. (2013). *Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries*. 427–451.
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) 2021*.
- Systematic review of the efficacy and effectiveness of complementary feeding interventions in developing countries*. (Vol. 4). (2008). Maternal & Child Nutrition.
- Torlesse, H., Cronin, A.A., Sebayang, S.K., Nandy, & R. (2016). *Determinants of stunting in Indonesian children: evidence from a cross-sectional survey indicate a prominent role for the water, sanitation and hygiene sector in stunting reduction*. . 16(1), 669.
- Victora, C.G., Bahl, R., Barros, A.J., & et al. (2016). *Breastfeeding in the 21st century: epidemiology, mechanisms, and lifelong effect*. 475–490.
- World Health Organization. (2021). *Stunting in a nutshell*.