

EDUKASI MP-ASI DAN MAKANAN BERGIZI SEBAGAI STRATEGI PENCEGAHAN STUNTING

Kholilah Lubis^{1,3}, Desri Nova H², Indah Putri Ramadhanti^{1,3}

¹) Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Kebidanan, Universitas Prima Nusantara Bukittinggi

²) Program Studi D-III Kebidanan, Fakultas Kebidanan, Universitas Prima Nusantara Bukittinggi

³) Pusat Unggulan Riset Stunting Universitas Prima Nusantara Bukittinggi

e-mail: lilazgreeny@gmail.com, desrinova@yahoo.co.id, indahputriramadhanti1305@gmail.com

Abstrak

Stunting atau severely stunting merupakan permasalahan malnutrisi (kekurangan nutrisi) dan menyumbang 22,2% dari anak di dunia. Prevalensi stunting di Indonesia 21,6% dan menurun dari tahun sebelumnya. Di Sumatera Barat, prevalensi stunting 25,2% di tahun 2022 dan di Kota Bukittinggi mengalami penurunan, dari 19% di tahun 2021 menjadi 16,8% di tahun 2022. Penyebabnya asupan energi dan nutrisi harian yang tidak adekuat khususnya protein hewani. Menurut World Health Organization, dengan mengkonsumsi protein hewani sebanyak 10-15% perharinya dapat mencegah stunting pada balita. Dampak stunting sangat luas pada individu, masyarakat bahkan negara. Anak yang menderita stunting mengalami keterlambatan di sekolah menunjukkan pembelajaran dan kemampuan intelektual yang buruk, memiliki intelligent quotient (IQ) rendah, mengulang kelas di sekolah dan kecil kemungkinannya untuk lulus periode waktu normal. Anak-anak tidak mencapai kapasitas genetik maksimum pada tahap kehidupan selanjutnya sehingga membebani sumber daya manusia dalam hal produktivitas ekonomi yang rendah yang akhirnya mempengaruhi negara. Tujuan pengabdian adalah meningkatkan pengetahuan orangtua (ibu) mengenai penerapan MP-ASI baik dan makanan bergizi pada balita sebagai alternatif pencegahan stunting. Sasarannya adalah orangtua (ibu) balita sebanyak 21 orang di Posyandu Dahlia, Kelurahan Campago Guguk Bulek, Kota Bukittinggi. Tahapan pengabdian ini yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi/ pelaporan. Kegiatan ini memberi efek baik terhadap pengetahuan orangtua (ibu) dibuktikan dengan hasil evaluasi bahwa adanya peningkatan rerata pengetahuan sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan.

Kata kunci: MP-ASI, Makanan Bergizi, Stunting

Abstract

Stunting or severe stunting was problem of malnutrition (lack of nutrition) and accounts for 22.2% of children in the world. The prevalence in Indonesia is 21.6%, its decreased from the previous year. In West Sumatra, the prevalence is 25.2% in 2022 and it's decreased in Bukittinggi, from 19% in 2021 to 16.8% in 2022. An inadequate daily intake of energy and nutrients, especially animal protein sources was the causing. Consuming animal protein sources 10-15% daily can prevent stunting. Children with stunted delays in school show poor learning and intellectual ability, have a low intelligence quotient, repeat grades at school, and are less likely to pass the normal time period. They don't reach maximum genetic capacity at later stages of life straining human resources in terms of low economic productivity thus affecting country. The aims to increase the knowledge of mothers regarding the application of complementary feeding and nutritious food as an alternative to preventing stunting. The target was the mothers (21 people) at Posyandu Dahlia, Campago Guguk Bulek Sub-District, Bukittinggi. The stages of the community service program are preparation, implementation, and evaluation/ reporting. The results that the community service program had a good effect on the knowledge of parents (mothers) as evidenced by the results of the evaluation that there was an increase in the average knowledge before and after counseling was carried out.

Keywords: Complementary feeding, Nutritious food, Stunting

PENDAHULUAN

Stunting atau severely stunting (pendek atau sangat pendek) merupakan permasalahan malnutrisi (kekurangan nutrisi) yang terjadi pada anak-anak di seluruh dunia (Lubis, Kustanto, et al., 2022). Berdasarkan data yang diperoleh dari UNICEF dan WHO, jumlah anak stunting sekitar 151 juta, menyumbang 22,2% dari anak-anak di dunia. Selain itu, proporsi anak stunting berada di negara yang berpenghasilan rendah (16%) dan berpenghasilan menengah ke bawah (47%) dibandingkan

dengan negara berpenghasilan menengah ke atas (27%) dan berpenghasilan tinggi (10%). Negara dengan konsentrasi sekitar 83,8 juta anak stunting tinggal di Asia, terutama di Asia Selatan dan Tenggara, 58,7 juta di Afrika dan 5,1 juta di Amerika Latin dan Karibia (Mulyaningsih et al., 2021; Nabwera et al., 2022).

Di Asia Tenggara, Indonesia berada pada peringkat ketiga tertinggi stunting. Berdasarkan Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) tahun 2021, menunjukkan prevalensi stunting di Indonesia 5,33 juta balita atau 24,4% balita di Indonesia. Sedangkan di tahun 2022, prevalensi stunting pada balita sebanyak 21,6%. Prevalensi ini sudah menurun 2,8 poin dibanding tahun sebelumnya. Akan tetapi, Pemerintah Indonesia menargetkan penurunan stunting hingga di angka 14% pada tahun 2024 (Margawati et al., 2022). Permasalahan stunting menjadi permasalahan yang kompleks di seluruh dunia dan Indonesia sehingga memberi perhatian di dalam SDG's (Tujuan Pembangunan Berkelanjutan) tahun 2030 yaitu target ke-2 "Mengakhiri kelaparan, mencapai ketahanan pangan dan gizi yang lebih baik serta mempromosikan pertanian berkelanjutan". Target ini adalah satu-satunya yang menyebutkan konsep gizi yang berarti konsumsi makanan yang tidak berkelanjutan menyebabkan kekurangan gizi. (Lubis, Ramadhanti, et al., 2022).

Di Provinsi Sumatera Barat, prevalensi stunting di sebanyak 25,2% di tahun 2022. Sedangkan di Kota Bukittinggi prevalensi stunting mengalami penurunan, dari 19% di tahun 2021 menjadi 16,8% di tahun 2022. Hal ini tidak luput dari upaya percepatan penurunan stunting yang disebut dengan "8 aksi konvergensi dalam upaya pencegahan dan penurunan prevalensi stunting" oleh Pemerintah Daerah Kota Bukittinggi yang berkolaborasi dengan sektor kesehatan. Upaya-upaya tersebut meliputi intervensi sasaran ibu hamil, yaitu dengan pemberian edukasi/ penyuluhan mengenai 1000 HPK (Hari Pertama Kehidupan), program *Ante Natal Care* terpadu, dan program pemberian makanan Tinggi Kalori, Protein dan Mikronutrient (TKPM). Intervensi dengan sasaran ibu menyusui dan anak usia 0-6 bulan, yaitu edukasi/ penyuluhan mengenai ASI eksklusif, gizi ibu menyusui, dan edukasi mengenai MP-ASI dan makanan bergizi untuk bayi. Intervensi dengan sasaran anak usia 6-24 bulan berupa pemantauan pertumbuhan, perkembangan balita dan stimulasi perkembangan anak. Sedangkan intervensi gizi spesifik ditujukan pada anak dalam 1000 HPK yang berupa program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada balita (Khadija et al., 2022; Lubis, Kustanto, et al., 2022).

Penyebab stunting itu sendiri dikarenakan asupan energi dan nutrisi harian yang tidak adekuat (kekurangan gizi) khususnya pada protein hewani. Menurut WHO, dengan mengkonsumsi protein hewani sebanyak 10-15% perharinya dapat mencegah stunting pada balita (Furuta et al., 2021). Selain itu, infeksi berulang, stimulasi psikososial yang tidak memadai, faktor genetik, janin dengan gizi kurang optimal, dan KMK "Kecil Masa Kehamilan" dikaitkan dengan penyebab stunting lainnya, diikuti dengan faktor risiko lain seperti gizi buruk, sanitasi dan diare pada anak-anak (Ali, 2021). Ditinjau dari efek yang ditimbulkan, dampak stunting sangat luas pada individu dan masyarakat. Anak-anak yang menderita stunting mengalami keterlambatan di sekolah menunjukkan pembelajaran dan kemampuan intelektual yang buruk, memiliki *intelligent quotient* (IQ) rendah, mengulang kelas di sekolah dan kecil kemungkinannya untuk lulus periode waktu normal. Anak-anak tidak mencapai kapasitas genetik maksimum pada tahap kehidupan selanjutnya sehingga membebani sumber daya manusia dalam hal produktivitas ekonomi yang rendah. Stunting pada masa kanak-kanak bersifat jangka panjang berdampak pada hasil ekonomi di kemudian hari (Gansaonré et al., 2022; Zhou et al., 2021). Beberapa penelitian menyatakan bahwa anak yang menderita stunting kurang produktif dan berpenghasilan sekitar 20% lebih sedikit saat dewasa. Oleh karena itu, investasi yang dilakukan dalam mengembangkan program intervensi nutrisi yang tepat sangat berharga untuk kemakmuran dan kesuksesan masa depan negara (Shahid et al., 2021).

Untuk pendataan anak-anak stunting, Pemerintah Indonesia menggerakkan tenaga kesehatan, sektor internal maupun eksternal dalam pencegahan stunting. Pengkategorian berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan RI tentang standar antropometri anak tahun 2020 dengan cara mengukur tinggi badan menurut umur (TB/U) di grafik z-score berwarna biru (anak laki-laki) dan grafik z-score berwarna merah muda (anak perempuan). Kategori sangat pendek (*severely stunting*) dengan TB di kategori grafik z score $< -3SD$, kategori pendek (stunting) $-3 SD \leq z < -2 SD$, kategori normal $-2 SD \leq z < +3 SD$, dan kategori tinggi $> +3 SD$ (RI, 2020).

Data yang diperoleh oleh penulis di Kota Bukittinggi, umumnya anak-anak yang menderita stunting justru diikuti dengan permasalahan gizi lainnya seperti berat badan sangat kurang (*severely underweight*) atau dengan kondisi berat badan kurang (*underweight*). Selain itu, berdasarkan

wawancara singkat dengan orangtua (ibu) yang memiliki balita stunting di daerah kegiatan umumnya tidak mengetahui bagaimana penerapan MP-ASI baik dan makanan bergizi. Menurut Andriani et al., (2022), edukasi MPASI lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan Ibu sehingga kedepannya permasalahan gizi bisa dihindarkan. Oleh karena itu, penulis tertarik melakukan kegiatan penyuluhan dengan topik penerapan MP-ASI dan makanan bergizi sebagai strategi pencegahan stunting. Kegiatan ini juga merupakan kegiatan lanjutan dari Penelitian Dosen Pemula yang dilakukan penulis di tahun 2021 dan tahun 2022 mengenai stunting dan permasalahan gizi di Kota Bukittinggi. Kegiatan ini juga merupakan sarana mendukung program Pemerintah Daerah dalam program percepatan penurunan angka stunting di Kota Bukittinggi.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan oleh dosen Fakultas Kebidanan dan mahasiswa kebidanan Universitas Prima Nusantara Bukittinggi pada bulan desember tahun 2022 di Posyandu Dahlia. Posyandu Dahlia merupakan posyandu yang berada kelurahan Campago Guguk Bulek dan binaan Puskesmas Mandiangin Koto Selayan Kota Bukittinggi.

Adapun metode yang digunakan pada kegiatan ini adalah pendidikan masyarakat atau penyuluhan dengan media power point dan leaflet dengan tahapan-tahapan sebagai berikut :

1. Tahap persiapan
Pada tahap ini dilakukan pengecekan tempat (posyandu) dan kepengurusan surat menyurat. Selain itu, dilakukan juga wawancara singkat dengan orangtua (ibu) anak mengenai pengetahuan awal dalam hal pembuatan MP-ASI dan makanan bergizi untuk anak. Wawancara singkat ditujukan untuk mengetahui hal-hal apa saja yang mempengaruhi orangtua (ibu) dalam penyajian MP-ASI dan makanan bergizi. Kemudian diberikan kuesioner (*pre-test*) berupa soal pilihan ganda berjumlah 20 soal yang sudah valid di penelitian sebelumnya.
2. Tahap pelaksanaan
Pada tahap ini merupakan kegiatan inti yang meliputi pelaksanaan penyuluhan dan penyampaian materi. Adanya sesi tanya jawab membantu ibu-ibu peserta lebih memahami mengenai materi penyuluhan yang diajarkan. Kemudian dilakukan pemberian kuesioner (*post-test*) dengan soal yang sama dengan sebelumnya.
3. Tahap evaluasi dan pelaporan
Pada tahap evaluasi dilakukan feedback yang diperoleh oleh peserta, berisi saran dan kesan terhadap materi yang sudah diajarkan. Kuesioner sebelum penyuluhan (*pre-test*) dan kuesioner setelah diberikan penyuluhan (*post-test*) diolah secara statistik dengan metode kualitatif dan kuantitatif kemudian di sajikan dalam bentuk laporan kegiatan pengabdian masyarakat/ penyuluhan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Posyandu Dahlia merupakan posyandu di bawah naungan Puskesmas Mandiangin Koto Selayan yang berada di kelurahan Campago Guguk Bulek dengan luas wilayah 1,720 Km². Jumlah kepadatan penduduk 6.711 jiwa terdiri dari 3.309 laki-laki dan 3.402 perempuan, serta 1591 rumah tangga (Palanta, 2020).



Gambar 1. Peta Kelurahan Campago Guguk Bulek

Kegiatan pengabdian masyarakat/ penyuluhan dihadiri oleh 21 orangtua. Adapun karakteristik orangtua seperti dalam tabel berikut :

Tabel 1. Karakteristik orangtua (Ibu) balita

Karakteristik	Jumlah	%
Umur		
< 20 tahun	0	0
21-35 tahun	14	66,67
>36 tahun	7	33,33
Agama		
Islam	14	66,67
Kristen Protestan	7	33,33
Pendidikan terakhir (Ibu)		
SD	2	9,52
SMP	2	9,52
SMA	13	61,90
Diploma III	1	4,76
Sarjana	3	14,29
Pekerjaan Kepala Rumah Tangga		
Buruh	4	19,05
Karyawan swasta	2	9,52
Pedagang	3	14,29
Pegawai negeri	6	28,57
Wiraswasta	6	28,57

Pada tabel 1 terlihat bahwa mayoritas umur orangtua (ibu) balita berada di rentang umur 21-35 tahun dengan mayoritas bergama Islam yaitu sebanyak 14 orang (66,67%). Mayoritas pendidikan terakhir ibu adalah tamatan SMA sebanyak 13 orang (16,90%). Sedangkan untuk pekerjaan Kepala Rumah tangga paling banyak adalah pegawai negeri dan wiraswasta yang masing-masing berjumlah 6 orang (28,57%).

Rerata pengetahuan sebelum diberikan penyuluhan (*pre-test*) dan sesudah diberikan penyuluhan (*post-test*) sebagai berikut :

Tabel 2. Rerata pengetahuan orangtua sebelum dan sesudah diberikan edukasi

Kelompok	N	Mean \pm SD	Min - Max	p-value
Pre-test	21	57,25 \pm 14,28	40 - 90	0,001*
Post-test	21	71,75 \pm 12,17	60 - 90	

Dari hasil uji statistik dapat disimpulkan bahwa pemberian edukasi memberi efek positif dalam meningkatkan pengetahuan orang tua mengenai MP-ASI dan makanan bergizi dengan nilai p-value 0,001.

Pada kegiatan pengabdian masyarakat/ penyuluhan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Andriani et al., (2022) mengenai efektivitas edukasi melalui MP-ASI terhadap pengetahuan ibu dan Aprillia et al., (2019) mengenai efektifitas kelas edukasi Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) dalam peningkatan pengetahuan ibu bayi. Masing-masing penelitian tersebut menyatakan bahwa dengan edukasi MP-ASI dapat meningkatkan pengetahuan ibu mengenai MP-ASI. Dengan memberikan edukasi maupun penyuluhan sangat berpengaruh terhadap pengetahuan, dimana telah terjadi perubahan pengetahuan seperti yang diharapkan yaitu dari tidak tahu menjadi tahu. Peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh dari pendidikan formal saja, tetapi juga dapat diperoleh dari pendidikan non formal. Pengetahuan akan suatu objek mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan aspek negatif. Kedua aspek ini akan menentukan sikap seseorang yang dimana semakin banyak aspek positif dan objek yang diketahui, maka akan menimbulkan sikap semakin positif terhadap objek tertentu.

Dalam proses peningkatan pengetahuan diawali dengan rasa ingin tahu, memahami, mengaplikasikan, analisis, sintesis sampai dapat mengevaluasi pengetahuan tersebut. Namun, hal yang diharapkan dari kegiatan ini adanya perubahan perilaku atau sikap orangtua dari proses evaluasi dalam pemberian MP-ASI dan makanan bergizi pada balita sehingga kedepannya tercipta penurunan kasus stunting. Akan tetapi, proses ini sebaiknya dilakukan secara berulang-ulang dikarenakan dalam proses perubahan perilaku dan sikap yang berasal dari peningkatan pengetahuan tidak bisa hanya dilakukan dengan pembelajaran hanya sekali saja tetapi harus berulang-ulang.

SIMPULAN

Pada pelaksanaan kegiatan ini memberi efek yang baik terhadap pengetahuan ibu-ibu peserta dibuktikan dengan hasil evaluasi bahwa adanya peningkatan rerata pengetahuan sebelum dilakukan penyuluhan dan setelah dilakukan pengabdian masyarakat/ penyuluhan.

SARAN

Diharapkan adanya kegiatan pengabdian masyarakat/ penyuluhan di posyandu-posyandu lainnya secara berulang-ulang atau tidak dengan sekali pembelajaran saja. Karena, dalam proses proses perubahan perilaku dan sikap yang berasal dari peningkatan pengetahuan tidak bisa hanya dilakukan dengan pembelajaran hanya sekali saja tetapi harus berulang-ulang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas Mandiangin Koto Selayan karena telah memfasilitasi dalam kepengurusan izin penyuluhan di Posyandu Dahlia. Kemudian ucapan terima kasih terhadap LP2M Universitas Prima Nusantara Bukittinggi yang telah memberi dukungan finansial terhadap kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, A. (2021). Current Status of Malnutrition and Stunting in Pakistani Children: What Needs to Be Done? *Journal of the American College of Nutrition*, 40(2), 180–192. <https://doi.org/10.1080/07315724.2020.1750504>
- Andriani, R., Anggarini, I. A., & Valencia, F. V. (2022). Efektivitas Edukasi Melalui MP-ASI Terhadap Pengetahuan Ibu. *Jurnal Delima Harapan*. <https://doi.org/https://doi.org/10.31935/delima.v9i1.151>
- Aprillia, Y. T., Nugraha, S., & Mawarni, E. S. (2019). Efektifitas Kelas Edukasi Makanan

- Pendamping Asi (MP-ASI) Dalam Peningkatan Pengetahuan Ibu Bayi. *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*, 9(2), 126–133.
- Furuta, C., Sato, W., Murakami, H., Suri, D. J., Otoo, G. E., Tano-Debrah, K., & Ghosh, S. A. (2021). Changes of Plasma Amino Acid Profiles in Infants With a Nutrient-Fortified Complementary Food Supplement: Evidence From a 12-Month Single-Blind Cluster-Randomized Controlled Trial. *Frontiers in Nutrition*, 8(September), 1–10. <https://doi.org/10.3389/fnut.2021.606002>
- Gansaonré, R. J., Moore, L., Bleau, L. P., Kobiané, J. F., & Haddad, S. (2022). Stunting, age at school entry and academic performance in developing countries: A systematic review and meta-analysis. *Acta Paediatrica, International Journal of Paediatrics*, 111(10), 1853–1861. <https://doi.org/10.1111/apa.16449>
- Khadija, U., Mahmood, S., Ainee, A., Quddoos, M. Y., Ahmad, H., Khadija, A., Zahra, S. M., & Hussain, A. (2022). Nutritional health status: association of stunted and wasted children and their mothers. *BMC Pediatrics*, 22(1), 1–13. <https://doi.org/10.1186/s12887-022-03309-y>
- Lubis, K., Kustanto, D. R., Fetrisia, W., & Nataria, D. (2022). Analisis Geospasial Sebaran Stunting Di Kota Bukittinggi. *Jurnal Kesehatan*, 13(1), 41–45. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.35730/jk.v13i1.576>
- Lubis, K., Ramadhanti, I. P., & Kustanto, D. R. (2022). Mapping Geographical Of Children's Nutritional Disorders In Bukittinggi. *Jurnal Kesehatan*, 3(2022), 478–483. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.35730/jk.vl.3i3.756>
- Margawati, A., Noer, E. R., Syauqy, A., Fitrianti, D. Y., Purwanti, R., & Utami, A. (2022). Variasi Menu Balita Stunting (Vol. 1, Issue 1). Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang. <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203>
- Mulyaningsih, T., Mohanty, I., Widyaningsih, V., Gebremedhin, T. A., Miranti, R., & Wiyono, V. H. (2021). Beyond personal factors: Multilevel determinants of childhood stunting in Indonesia. *PLoS ONE*, 16(11 November), 1–19. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0260265>
- Nabwera, H. M., Mwangome, M. K., & Prentice, A. M. (2022). Stunting of Growth in Developing Countries. *World Review of Nutrition and Dietetics*, 125, 14–27. <https://doi.org/10.1159/000521775>
- Palanta, A. (2020). Kelurahan Campago Guguk Bulek, Mandiingin Koto Selayan, Kota Bukittinggi.
- RI, K. K. (2020). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak. In Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Vol. 2).
- Shahid, N., Salman, F., & Makhdam, M. (2021). Major factors responsible for child malnutrition: A review. *Journal of the Pakistan Medical Association*, 71(2 B), 729–733. <https://doi.org/10.47391/JPMA.1243>
- Zhou, E., Hauser, B. R., & Jee, Y. H. (2021). Genetic evaluation in children with short stature. *Current Opinion in Pediatrics*, 33(4), 458–463. <https://doi.org/10.1097/MOP.0000000000001033>