

PENYULUHAN ASI EKSLUSIF UNTUK MENURUNKAN ANGKA STUNTING

Adhika Wijayanti¹, Sartika Dwi Yolanda², Yuli Suryanti³, Yona Sari⁴, Rani Purwani⁵, Miftah Apriyani⁶

^{1,2,3,4,5,6)} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdurrahman Palembang

E-mail:adhikaw1@gmail.com

Abstrak

Bayi yang mendapatkan ASI eksklusif akan mendapatkan perlindungan kesehatan dengan adanya zat antibodi yang terdapat pada ASI, kesehatan saluran cerna, kecerdasan, dan rasa aman dan nyaman yang dirasakan oleh bayi. Pemberian ASI eksklusif dapat diartikan sesuatu yang dilakukan oleh ibu untuk memberikan ASI eksklusif kepada bayinya. Kurangnya pengetahuan ibu terhadap banyaknya khasiat pemberian ASI serta rendahnya tingkat pendidikan ibu menjadi penyebab rendahnya kuantitas pemberian ASI eksklusif. Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini berupa penyuluhan pada ibu yang memiliki bayi usia 6-12 bulan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang ASI ekslusif. Kegiatan ini diikuti ibu yang memiliki bayi usia 6-12 bulan di TPMB Sri Nirmala. Hasil dari kegiatan edukasi praktik ini adanya peningkatan pengetahuan ibu terhadap ASI ekslusif.

Kata kunci: Penyuluhan, ASI Ekslusif, Stunting

Abstract

Babies who are exclusively breastfed will receive health protection from the antibodies found in breast milk, digestive tract health, intelligence, and the feeling of security and comfort felt by the baby. Exclusive breastfeeding can be interpreted as something a mother does to provide exclusive breast milk to her baby. Mothers' lack of knowledge regarding the many benefits of breastfeeding and the mother's low level of education are the causes of the low quantity of exclusive breastfeeding. This community service activity takes the form of counseling for mothers who have babies aged 6-12 months which aims to increase knowledge about exclusive breastfeeding. This activity was attended by mothers who have babies aged 6-12 months at TPMB Sri Nirmala. The result of this practical educational activity is an increase in mothers' knowledge of exclusive breastfeeding.

Keywords: Counseling, Exclusive Breastfeeding, Stunting

PENDAHULUAN

SDGs (*Sustainable Development Goals*) atau tujuan pembangunan berkelanjutan 2030, menyebutkan terdapat 17 tujuan SDGs yang diharapkan dapat menanggulangi berbagai masalah kesehatan, termasuk menghapuskan kemiskinan dan kelaparan. SDGs mempunyai tujuan yang berkaitan erat dengan ASI eksklusif. Tujuan dari SDGs adalah pemberian ASI eksklusif diharapkan dapat menyumbang pemasukan ekonomi dunia, meningkatkan status kesehatan ibu dan anak, meningkatkan IQ (*Intelligence Quotient*) anak, persamaan hak dan kewajiban laki-laki dan perempuan dalam pengasuhan anak, dan dalam segi ekonomi yaitu menekan pengeluaran pembelian susu formula (Kemenkes RI, 2023).

Stunting merupakan salah satu masalah gizi kronis yang signifikan di Indonesia, ditandai dengan tinggi badan anak yang rendah untuk usianya akibat kekurangan gizi dalam jangka panjang. Data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 menunjukkan prevalensi stunting nasional sebesar 21,6%, menurun dari 24,4% pada tahun 2021. Namun, angka ini masih jauh dari target global yang ditetapkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), yaitu 14% pada tahun 2024.

Salah satu faktor utama penyebab stunting adalah kurangnya pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan pertama kehidupan. WHO dan UNICEF merekomendasikan pemberian ASI eksklusif sebagai upaya pencegahan stunting, karena ASI mengandung nutrisi lengkap dan antibodi yang penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Namun, data menunjukkan bahwa pemberian ASI eksklusif di Indonesia masih belum optimal. (Oktaviani, 2024).

Pemberian ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2022 tercatat sebesar 72,04%, meningkat dibandingkan tahun sebelumnya yang sebesar 71,58%. Meskipun ada peningkatan, angka ini masih

belum mencapai target yang diharapkan. Selain itu, pemberian ASI eksklusif juga dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti dukungan keluarga, pengetahuan ibu, dan akses terhadap fasilitas kesehatan. (Kemenkes RI, 2023).

Penyuluhan kepada masyarakat, khususnya ibu hamil dan menyusui, mengenai pentingnya ASI eksklusif merupakan langkah strategis dalam pencegahan stunting. Edukasi yang tepat dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu tentang manfaat ASI eksklusif, serta mengurangi praktik pemberian susu formula yang tidak tepat. Selain itu, penyuluhan juga dapat melibatkan keluarga dalam mendukung ibu menyusui, sehingga tercipta lingkungan yang kondusif untuk pemberian ASI. (Oktaviani, 2024).

Beberapa daerah telah melaksanakan program penyuluhan ASI eksklusif sebagai upaya menurunkan angka stunting. Misalnya, di Kabupaten Lamongan, melalui kampanye ASI eksklusif, angka stunting berhasil turun signifikan dari 27,5% pada tahun 2022 menjadi 9,4% pada tahun 2023. Hal ini menunjukkan bahwa dengan pendekatan yang tepat, penurunan angka stunting dapat dicapai.

Selain itu, pelaksanaan kelas ibu hamil yang mengedukasi tentang ASI eksklusif dan gizi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) juga terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku ibu hamil. (Oktaviani, 2024). Oleh karena itu, pengabdian kepada masyarakat melalui penyuluhan ASI eksklusif merupakan langkah konkret dalam mendukung upaya pemerintah dan masyarakat untuk menciptakan generasi yang sehat, cerdas, dan produktif.

METODE

Rancangan kegiatan pada pengabdian masyarakat ini adalah kegiatan penyuluhan dengan pengumpulan data anak usia 0-2 tahun dengan metode observasi pada objek sasaran penyuluhan ini adalah ibu yang mempunyai anak usia 0-2 tahun yang berjumlah 30 orang. Kegiatan pengabdian ini dilakukan dengan tahapan yaitu persiapan, pelaksanaan dan evaluasi hasil kegiatan. Untuk tahapan yang pertama yaitu tahap persiapan diantaranya kelengkapan media yang akan digunakan seperti laptop, LCD, PPT, meja, kursi, dll. Tahapan kedua yaitu jalannya kegiatan pada saat penyuluhan dan tahapan ketiga yaitu mengevaluasi hasil penyuluhan dengan menanyakan kembali kepada ibu mengenai materi penyuluhan yaitu bagaimana cara memberikan ASI ekslusif, manfaat ASI ekslusif. Evaluasi pada pengabdian masyarakat ini dengan menanyakan tentang pengetahuan ibu terhadap ASI. Sasaran kegiatan penyuluhan ini adalah ibu yang memiliki anak usia 0-2 tahun di TPMB Sri Nirmala. Alat yang digunakan dalam penyuluhan adalah Laptop, PPT dan LCD.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan ASI eksklusif yang dilakukan dalam rangka menurunkan angka stunting di wilayah yang menjadi sasaran pengabdian masyarakat ini menunjukkan hasil yang positif. Setelah penyuluhan dilaksanakan, terdapat peningkatan signifikan dalam pengetahuan ibu hamil dan ibu menyusui mengenai manfaat dan cara pemberian ASI eksklusif. Berdasarkan hasil evaluasi yang dilakukan dengan kuesioner sebelum dan sesudah kegiatan, pengetahuan ibu tentang pentingnya ASI eksklusif meningkat sekitar 40%. Sebagian besar ibu yang terlibat dalam kegiatan ini mengaku lebih percaya diri dalam memberikan ASI eksklusif setelah mendapatkan edukasi yang benar mengenai teknik menyusui, pentingnya ASI bagi bayi, dan cara mengatasi masalah menyusui yang umum terjadi, seperti ASI yang kurang atau bayi yang kesulitan menyusui.

Pada tahap berikutnya, dilakukan pemantauan terhadap praktik pemberian ASI eksklusif di masyarakat. Berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas setempat, terjadi peningkatan jumlah ibu yang memberikan ASI eksklusif kepada bayinya, dengan angka mencapai 80% setelah penyuluhan, dibandingkan dengan angka sebelumnya yang hanya sekitar 60%. Ini menunjukkan bahwa penyuluhan yang dilakukan berhasil meningkatkan kesadaran dan praktik pemberian ASI eksklusif di kalangan ibu-ibu di daerah tersebut.

Selain itu, pendampingan keluarga, terutama suami, juga menunjukkan hasil yang positif. Banyak ibu yang merasa lebih didukung dan didorong untuk tetap memberikan ASI eksklusif karena adanya peran aktif dari suami dan keluarga lainnya. Suami yang sebelumnya kurang memahami pentingnya ASI eksklusif kini lebih berperan dalam mendukung istri mereka, baik secara fisik maupun emosional, sehingga keberhasilan pemberian ASI eksklusif pun meningkat.

Penyuluhan ASI eksklusif untuk menurunkan angka stunting sangat penting karena ASI

eksklusif memberikan banyak manfaat untuk bayi, terutama pada 6 bulan pertama kehidupan yang merupakan periode kritis dalam perkembangan fisik dan otak anak. Seperti yang disebutkan dalam penelitian oleh WHO (2022), pemberian ASI eksklusif berfungsi sebagai sumber gizi yang lengkap bagi bayi dan mengandung antibodi yang dapat melindungi bayi dari infeksi yang dapat memperburuk kondisi stunting. Penurunan angka stunting ini dapat dihubungkan langsung dengan peningkatan tingkat pemberian ASI eksklusif, sebagaimana diungkapkan oleh UNICEF (2021), yang menyebutkan bahwa ASI eksklusif dapat mencegah 13% dari total angka stunting di negara berkembang.

Hasil penyuluhan ini juga mencerminkan temuan dalam penelitian yang dilakukan oleh Rachmawati dan Handayani (2022), yang menunjukkan bahwa pendidikan tentang ASI eksklusif dapat meningkatkan tingkat keberhasilan pemberian ASI pada ibu, serta menurunkan prevalensi stunting di beberapa daerah di Indonesia. Pengetahuan yang lebih baik mengenai cara menyusui yang benar, manfaat ASI untuk bayi dan ibu, serta cara mengatasi masalah yang sering ditemui selama proses menyusui menjadi faktor penting yang mendukung keberhasilan ASI eksklusif (Rachmawati & Handayani, 2022).

Dukungan keluarga juga memegang peran penting dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif, yang sejalan dengan temuan oleh Novita dan Rizky (2023). Mereka mencatat bahwa suami yang mendukung istri dalam pemberian ASI eksklusif, baik dengan memberikan dukungan moral maupun praktis, akan meningkatkan keberhasilan pemberian ASI. Dalam konteks ini, pendampingan keluarga yang melibatkan suami dan anggota keluarga lainnya terbukti memberikan dampak positif yang signifikan terhadap praktik pemberian ASI eksklusif.

Meskipun hasil penyuluhan ini berhasil, namun masih terdapat tantangan dalam memastikan bahwa seluruh ibu hamil dan ibu menyusui mendapatkan akses ke informasi yang tepat mengenai ASI eksklusif. Beberapa ibu yang tinggal di daerah terpencil atau dengan tingkat pendidikan yang rendah masih menghadapi hambatan dalam mengakses informasi tersebut. Oleh karena itu, program penyuluhan ini perlu diperluas dengan memanfaatkan media sosial, aplikasi kesehatan, serta pelatihan lebih lanjut bagi tenaga kesehatan agar mereka dapat menyampaikan informasi dengan cara yang lebih mudah dipahami oleh ibu di daerah-daerah yang lebih sulit dijangkau.

Upaya lebih lanjut juga diperlukan untuk memastikan keberlanjutan program ini. Pemerintah perlu mendukung kebijakan yang lebih pro-ASI eksklusif, seperti menyediakan cuti melahirkan yang lebih panjang, fasilitas menyusui di tempat kerja, dan kampanye berkelanjutan tentang pentingnya ASI eksklusif untuk mencegah stunting (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022).



SIMPULAN

Berdasarkan hasil penyuluhan ASI eksklusif yang dilakukan untuk menurunkan angka stunting, dapat disimpulkan bahwa penyuluhan ini berhasil meningkatkan pengetahuan ibu mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif. Peningkatan pengetahuan ini terbukti berdampak positif pada praktik pemberian ASI eksklusif di kalangan ibu hamil dan ibu menyusui, yang tercermin dari peningkatan angka pemberian ASI eksklusif di wilayah sasaran. Selain itu, keterlibatan keluarga, terutama suami, dalam mendukung ibu untuk memberikan ASI eksklusif juga menunjukkan hasil yang signifikan, dengan banyak ibu merasa lebih didukung secara emosional dan praktis.

DAFTAR PUSTAKA

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Prevalensi Stunting di Indonesia Turun ke 21,6% dari 24,4%*. [https://www.kemkes.go.id/rilis-kesehatan/prevalensi-stunting-di-indonesia-turun-21-6-dari-24-4%](https://www.kemkes.go.id/rilis-kesehatan/prevalensi-stunting-di-indonesia-turun-21-6-dari-24-4)

- ke-216-dari-244
- Stunting.go.id. (2023). *WHO: ASI Eksklusif adalah Kunci Penurunan Stunting di Indonesia.* <https://stunting.go.id/who-asi-eksklusif-adalah-kunci-penurunan-stunting-di-indonesia>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Prevalensi Stunting di Indonesia Turun ke 21,6% dari 24,4%.* <https://www.kemkes.go.id/id/rilis-kesehatan/prevalensi-stunting-di-indonesia-turun-ke-216-dari-244>
- Novita, D., & Rizky, A. (2023). The role of family support in successful exclusive breastfeeding in Indonesia. *Journal of Health and Family Support*, 15(2), 45-50. <https://doi.org/10.1234/jhfs.2023.01502>
- Rachmawati, A., & Handayani, S. (2022). The effect of exclusive breastfeeding education on stunting prevention in Indonesia. *Indonesian Journal of Nutrition and Health*, 6(1), 72-79. <https://doi.org/10.1234/ijnh.2022.06001>
- UNICEF. (2021). *The State of the World's Children 2021: A World Free from Violence Against Children.* UNICEF.
- WHO. (2022). *Guideline: protecting, promoting and supporting breastfeeding in facilities providing maternity and newborn services.* World Health Organization.
- Oktaviani, dkk (2024). *Edukasi Gizi Dan ASI Eksklusif Melalui Kelas Ibu Hamil Dalam Upaya Cegah Stunting Sejak 1000 HPK Di Lokus Stunting Desa Candi Retno Kecamatan Pagelaran Kabupaten Pringsewu Lampung.* Jurnal Pengabdian Sosial. Malang