

## PENCEGAHAN STUNTING PADA PERIODE GOLDEN AGE MELALUI PENINGKATAN EDUKASI PENTINGNYA MPASI

Mella Yuria R.A.<sup>1\*</sup>, Irwanti Gustina<sup>2</sup>

Program Studi Kebidanan, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Binawan, Jakarta, Indonesia

\* Penulis Korespondensi : [cillachantika@gmail.com](mailto:cillachantika@gmail.com)

### Abstrak

Salah satu masalah gizi di Indonesia dan berdampak pada generasi yang akan datang yaitu stunting. Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi stunting di Indonesia adalah 30,8%. Angka tersebut masih cukup jauh dari target WHO yaitu sebesar 20%. Stunting pada balita salah satunya disebabkan oleh masih minimnya pengetahuan ibu tentang gizi. Stunting akan berdampak pada penurunan kecerdasan dan kerentanan terhadap penyakit. Salah satu upaya pencegahan stunting yaitu dengan pemberian MPASI khususnya pada periode golden age usia 6-24 bulan. Hasil wawancara diperoleh informasi bahwa sebagian besar ibu-ibu yang memiliki balita di wilayah Cililitan Kecil Jakarta Timur kurang memahami tentang pengolahan MPASI. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk mengedukasi ibu yang memiliki bayi pada periode golden age mengenai pemberian MPASI yang baik dan benar. Peserta pengabdian masyarakat ini adalah 30 orang ibu yang memiliki anak usia 6 bulan – 24 bulan. Metode yang diterapkan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa pemberian penyuluhan seputar MPASI dan dilakukan pre dan posttest untuk mengevaluasi kegiatan tersebut. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada tanggal 31 Mei 2022 bertempat di Universitas Binawan. Penyuluhan tentang pemberian MPASI secara berkesinambungan dapat meningkatkan pengetahuan para ibu dalam mencegah stunting.

**Kata kunci:** Stunting, Golden Age, Pengetahuan Ibu, MPASI

### Abstract

One of the nutritional problems in Indonesia that has an impact on future generations is stunting. The results of the 2018 Basic Health Research show that the prevalence of stunting in Indonesia is 30.8%. This figure is still quite far from the WHO target of 20%. One of the causes of stunting in toddlers is the mother's lack of knowledge about nutrition. Stunting will have an impact on decreasing intelligence and susceptibility to disease. One of the efforts to prevent stunting is by giving complementary foods, especially during the golden age period, aged 6-24 months. The results of the interviews obtained information that most of the mothers who have toddlers in the Cililitan Kecil area, East Jakarta, do not understand about MPASI processing. The purpose of this community service is to educate mothers who have babies in the golden age period regarding proper and correct complementary feeding. Participants in this community service were 30 mothers who had children aged 6 months – 24 months. The method applied to this community service activity is in the form of providing counseling about complementary foods and conducting pre and post-tests to evaluate these activities. This community service activity was carried out on May 31, 2022 at Binawan University. Counseling on continuous complementary feeding can increase mothers' knowledge in preventing stunting.

**Keywords:** Stunting, Golden Age, Mother's Knowledge, Complementary Food for Breastfeeding

## 1. PENDAHULUAN

Salah satu masalah gizi di dunia dan juga di Indonesia yaitu stunting atau balita pendek. Stunting dialami oleh sekitar 150,8 juta balita (22,2%) di dunia pada tahun 2017. Selama tiga tahun terakhir, angka kejadian balita pendek memiliki prevalensi tertinggi dibandingkan dengan masalah gizi lainnya seperti gizi kurang, kurus, dan gemuk berdasarkan data Pemantauan Status Gizi (PSG). Menurut World Health Organization (WHO), Indonesia termasuk ke dalam negara ketiga dengan prevalensi tertinggi di regional Asia Tenggara/South-East Asia Regional (SEAR). Rata-rata prevalensi balita stunting di Indonesia tahun 2005-2017 adalah 36,4%. Prevalensi angka stunting pada balita mengalami penurunan dari 32,6% pada tahun 2000 menjadi 27,5% pada tahun 2016 namun sempat mengalami peningkatan Kembali pada tahun 2017 sebesar 29,6% (Isnri & Dinni, 2020).

World Health Organization (WHO) memiliki target untuk menurunkan angka kejadian stunting di dunia yaitu sebesar < 20%. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, prevalensi stunting di Indonesia adalah sebesar 30,8%. Angka tersebut diketahui turun dari tahun 2013, yaitu sebesar 37,2%. Pada tahun 2018, jumlah balita gizi kurang dan gizi buruk di Indonesia sebesar 17,7%, pendek 30,8% dan kurus serta sangat kurus sebesar 10,2%. Hal ini menggambarkan bahwa 1 dari 3 anak di Indonesia telah mengalami stunting dan 8,9 juta anak di Indonesia mengalami pertumbuhan yang tidak maksimal. Selain itu lebih dari 1/3 anak berusia di bawah 5 tahun di Indonesia tinggi badannya di bawah rata-rata. Untuk itulah maka pemerintah menitik beratkan persoalan stunting dan gizi buruk menjadi skala prioritas program pemerintah di bidang kesehatan (Laili & Andriani, 2019).

Berdasarkan hasil SSGI 2021 yang dirilis oleh Kementerian Kesehatan bahwa prevalensi stunting di Indonesia menunjukkan penurunan dari 27,7% di tahun 2019 menjadi 24,4%. Namun, prevalensi underweight mengalami peningkatan dari 16,3% menjadi 17% dan angka kejadian stunting di Jakarta tahun 2019 dari 20% turun menjadi 16,8 %.

Periode emas (*golden age*) adalah masa dalam dua tahun pertama kehidupan seorang anak. Masa ini dapat tercapai optimal apabila ditunjang dengan asupan nutrisi yang tepat sejak di dalam kandungan sampai dengan lahir dan mencapai optimal pada usia 24 bulan. WHO dan pemerintah Indonesia merekomendasikan bahwa Air Susu Ibu (ASI) merupakan satu-satunya nutrisi bayi sampai usia enam bulan dan berperan penting untuk tumbuh kembang bayi. Setiap orang tua harus mengerti stautus gizi pada balitanya. Kekurangan gizi pada periode golden age tidak dapat dipulihkan secara maksimal, untuk itulah perlunya bagi orang tua untuk memberikan perhatian lebih dalam proses tumbuh kembang di usia balita. Periode emas dapat diwujudkan apabila pada masa bayi dan anak memperoleh asupan gizi yang tepat. Sebaliknya jika pada usia 0-24 bulan tidak memperoleh asupan gizi yang tepat, maka periode emas ini akan berubah menjadi periode

kritis yang akan mengganggu tumbuh kembang bayi dan anak di masa selanjutnya (Isni & Dinni, 2020).

Gizi memegang peranan penting dalam siklus hidup manusia. Stunting disebabkan karena sejak dalam kandungan maupun setelah lahir bayi dan balita mengalami kekurangan asupan yang diserap oleh tubuh. Peningkatan resiko kejadian morbiditas dan mortalitas akan semakin meningkat pada anak yang mengalami malnutrisi yang salah satu penyebabnya dikarenakan pemberian nutrisi yang tidak tepat. Kekurangan gizi pada balita tidak hanya berdampak terhadap pertumbuhan fisik saja namun juga terhadap kesehatan mental anak. Anak dengan stunting akan terlihat lebih pendek dan kurus dibandingkan teman-teman sebayanya dengan pertumbuhan normal dan saat memasuki usia sekolah anak akan mengalami keterlambatan dalam mencapai prestasi yang optimal karena konsentrasi belajarnya terganggu. Anak akan terlihat lemah, letih dan lesu (Isni & Dinni, 2020).

Asupan yang kurang tersebut akan menyebabkan masalah gizi buruk. Padahal kurangnya asupan gizi sejak dalam kandungan hingga usia dini akan berdampak pada perkembangan otak dan rendahnya kemampuan kognitif yang dapat mempengaruhi prestasi belajar. Masalah gizi buruk sendiri secara umum disebabkan oleh dua faktor, yaitu faktor langsung dan faktor tidak langsung. Asupan makanan dan penyakit penyerta merupakan faktor langsung penyebab gizi buruk. Sedangkan tingkat pengetahuan, tingkat pendidikan, tingkat pendapatan, pola asuh, sosial budaya, ketersediaan pangan, pelayanan kesehatan dan faktor lingkungan merupakan faktor tidak langsung penyebab bayi dan balita mengalami gizi buruk (Yunita et al., 2019).

Kekurangan gizi pada bayi dan balita dapat dihindari bila pengetahuan orang tua yang baik tentang cara pemeliharaan gizi dan pola makan anak. Penyebab utama terjadinya masalah gizi kurang dan infeksi pada anak secara langsung dan tidak langsung disebabkan karena ketidaktahuan tentang cara pemberian makanan bayi dan anak usia di bawah 2 tahun dan adanya kebiasaan yang merugikan kesehatan (Isni & Dinni, 2020).

Saat bayi dan balita berusia 6-24 bulan dapat diberikan MPASI atau makanan pendamping ASI. Produksi ASI semakin menurun setelah anak berusia 6 bulan sehingga asupan zat gizi dan ASI tidak lagi cukup untuk memenuhi kebutuhan gizi anak yang semakin meningkat untuk itu diperlukan pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) yang membantu melengkapi pemenuhan kebutuhan gizi pada bayi dan balita. Apabila terlambat dalam waktu pemberian, maka akan menyebabkan masalah gizi bagi bayi dan balita. Praktek pemberian MP-ASI dini di Indonesia khususnya masih banyak diberikan sebelum usia enam bulan. Hal ini akan berdampak terhadap peningkatan angka kejadian infeksi yang tinggi seperti diare, infeksi saluran napas, alergi hingga gangguan pertumbuhan (Mufida et al., 2015).

Pemberian MPASI dini sebelum usia 6 bulan masih terjadi di beberapa provinsi di Indonesia. Untuk itu maka pemerintah Indonesia memprioritaskan pentingnya penanggulangan gizi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) merupakan masa penting

yang diawali sejak dalam kandungan sampai usia 24 bulan dan bila terjadi kesalahan gizi pada periode tersebut maka akan mempengaruhi permasalahan ada masa-masa berikutnya (Mufida et al., 2015).

Berdasarkan hasil wawancara sebagai suvey pendahuluan diperoleh informasi bahwa sebagian besar ibu-ibu di wilayah Cililitan Kecil Jakarta Timur yang memiliki balita 6-24 bulan kurang memahami tentang pengolahan MPASI yang baik dan benar. Beberapa diantara mereka masih memberikan MPASI sebelum usia 6 bulan atau ada juga ibu-ibu yang belum memberikan MPASI setelah bayi berusia 6 bulan.

## **2. BAHAN DAN METODE**

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan oleh dua orang dosen dan 3 orang mahasiswa program studi Kebidanan Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas Binawan pada tanggal 31 Mei 2022 bertempat di Universitas Binawan dengan cara tatap muka langsung (*luring*) kepada peserta, namun tetap memperhatikan protokol kesehatan. Adapun peserta pengabdian masyarakat ini adalah ibu yang mempunyai balita di wilayah Cililitan Kecil Jakarta Timur sebanyak 30 orang peserta. Fokus materi kegiatan pengabdian masyarakat mengenai pemberian MP-ASI berdasarkan standar WHO yang tepat sesuai usia. Langkah-langkah yang diterapkan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah sebagai berikut:

### **1) Pretest**

Untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta, maka sebelum diberikan penyuluhan peserta diberikan *pre-test* terlebih dahulu dengan beberapa pertanyaan menggunakan *google form*. Pertanyaan yang diberikan terdiri dari 10 pertanyaan seputar MP-ASI.

### **2) Tahap selanjutnya adalah pemberian edukasi berupa penyuluhan sebagai awal proses pemberdayaan masyarakat. Pemberian edukasi ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang manajemen pemberian MP-ASI yang tepat sesuai usia anak berdasarkan standar WHO.**

### **3) Diskusi dan tanya jawab seputar materi yang telah diberikan.**

Pada tahap ini peserta mengajukan beberapa pertanyaan seputar materi MPASI.

### **4) Evaluasi.**

Setelah penyuluhan selesai, tahap selanjutnya adalah peserta diberikan *post-test* dengan pertanyaan yang sama saat *pre-test*. Hasil evaluasi akan menjadi acuan dalam menilai capaian keberhasilan kegiatan dalam penyelenggaraan upaya-upaya peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai stunting dan MPASI.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Secara dilakukan intervensi berupa pemberian penyuluhan tentang MPASI maka dapat terlihat bahwa pengabdian kepada masyarakat dari berbagai aspek antara lain:

3.1. Keberhasilan target jumlah peserta pelatihan dapat dikatakan sangat baik.

Peserta yang hadir berjumlah 30 orang peserta yang keseluruhannya adalah ibu-ibu yang memiliki bayi usia 6 bulan-24 bulan.



Gambar 1: Peserta Penyuluhan Ibu-Ibu yang Memiliki bayi 6-24 bulan

3.2. Ketercapaian tujuan pelatihan

Berdasarkan hasil *pre-test*, diketahui bahwa sekitar 25% (8 orang) peserta kurang memahami MPASI dan cara pemberian yang tepat, 60% (18 orang) telah mempunyai pengetahuan yang cukup mengenai MPASI dan cara pemberian yang tepat dan 15 % (4 orang) memiliki pengetahuan yang baik. Setelah dilakukan kegiatan penyuluhan, 90% (27 orang) telah memiliki pengetahuan yang baik dan 10 % ibu memiliki pengetahuan yang cukup tentang MPASI dan cara pemberian yang tepat dengan nilai rata-rata 82,5 dari nilai 100. Selain *pre-test* dan *post-test*, penyuluh juga mengadakan tanya jawab serta diskusi, yang mendapatkan respon positif para peserta. Hal ini membuktikan bahwa penyuluhan cukup efektif dalam meningkatkan pengetahuan kelompok ibu di wilayah Cililitan Kecil Jakarta Timur mengenai pemberian MPASI sebagai upaya pencegahan stunting di Indonesia dan peserta terlihat sangat antusias terlihat dari respon mereka dalam memberikan pertanyaan-pertanyaan seputar materi.

3.3. Kemampuan peserta dalam penguasaan materi

Kemampuan peserta dalam penguasaan materi dapat dikatakan baik (90%), mengalami peningkatan dari hasil *pre-test* sebelum pemberian edukasi. Penyampaian materi oleh tim dosen Prodi DIII Kebidanan Universitas Binawan melalui media ceramah,

diskusi dan pemberian leaflet dinilai mampu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman materi ibu-ibu yang memiliki bayi dan balita yang sebelumnya memiliki pemahaman yang kurang.



Gambar 2. Pemberian Materi Penyuluhan

Salah satu upaya promotive yang dapat dilakukan untuk mencegah stunting di masa *golden age* yaitu dengan cara pemberian MPASI untuk bayi usia diatas 6 bulan-24 bulan. Dari data di atas, penyebab tidak langsung dari terjadi stunting yaitu kurangnya pengetahuan pentingnya pemberian MPASI pada bayi diatas 6 bulan - 24 bulan, maka bidan sebagai tenaga kesehatan pada garda terdepan mempunyai peranan penting dalam hal pemberian informasi dan edukasi tentang pemberian MPASI yang tepat sesuai dengan usia bayi dan balita. Memberikan penyuluhan pada ibu akan sangat berguna untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang pentingnya pemberian MPASI untuk mencegah stunting di masa *golden age*, pemberian informasi atau nasehat yang ditujukan pada individu, keluarga atau bahkan kelompok masyarakat. Selain itu, pemberian MPASI dapat dikembangkan dengan mengolah hasil alam yang berasal dari masing-masing daerah.

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengabdian tersebut, penyuluhan tentang pemberian MPASI standar WHO sebagai upaya pencegahan stunting menunjukkan hasil sesuai dengan tujuan kegiatan. Untuk itu maka perlu diadakan kegiatan promotive berupa edukasi secara berkesinambungan, agar ibu-ibu yang memilik bayi dan balita dapat memahami MPASI sebagai upaya pencegahan stunting. Kedepannya, hal ini diharapkan dapat membantu meningkatkan pengetahuan ibu-ibu yang memiliki balita dalam menyiapkan MPASI sehingga ibu-ibu di Indonesia dapat berperan dalam menurunkan angka kejadian stunting.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Binawan yang telah memberikan dukungan penuh selama proses pengabdian masyarakat ini dan juga pihak Pemerintahan khususnya wilayah Cililitan Kecil Jakarta Timur atas ijin dan berbagai dukungan baik moril ataupun materiil yang diberikan untuk kelancaran kegiatan pengabdian masyarakat ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Danaei, G., Andrews, K. G., Sudfeld, C. R., Fink, G., McCoy, D. C., Peet, E., Sania, A., Smith Fawzi, M. C., Ezzati, M., & Fawzi, W. W. (2016). Risk Factors for Childhood Stunting in 137 Developing Countries: A Comparative Risk Assessment Analysis at Global, Regional, and Country Levels. *PLoS Medicine*, 13(11), 1–18. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1002164>
- Fikawati, S., Syafiq, A., & Veratamala, A. (2017). *Gizi anak dan remaja*. PT Raja Grafindo Persada.
- Isni, K., & Dinni, S. M. (2020). Pencegahan Stunting melalui Pelatihan Pemberian ASI Eksklusif dan Makanan Pendamping ASI (MP ASI). *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 5(1), 133–140. <https://doi.org/10.30653/002.202051.266>
- Kemendes RI. (2018). Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan: Situasi Balita Pendek di Indonesia. *Kementerian Kesehatan RI*, 20.
- Laili, U., & Andriani, R. A. D. (2019). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat IPTEKS*, 5(1), 8. [https://doi.org/10.32528/pengabdian\\_iptek.v5i1.2154](https://doi.org/10.32528/pengabdian_iptek.v5i1.2154)
- Lestari, W., Margawati, A., & Rahfiludin, Z. (2014). Faktor Risiko Stunting pada Anak Umur 6- 24 Bulan di Kecamatan Penanggalan Kota Subulussalam Provinsi Aceh. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 3(1), 37–45. <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/jgi/article/view/8752/7081>
- Mufida, L., Widyaningsih, T. D., & Maligan, J. M. (2015). Prinsip Dasar Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) untuk Bayi 6 - 24 Bulan : Kajian Pustaka. Basic Principles of Complementary Feeding for Infant 6 - 24 Months : A Review. *Jurnal Pangan Dan Agroindustri*, 3(4), 1646–1651.
- Musaidah, Mangemba, D., & Rosdiana. (2020). Faktor yang Berhubungan dengan Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Bontomatene Kabupaten Selayar. *Promotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(July 2020), 28–32. <https://jurnal.unismuhpalu.ac.id/index.php/PJKM/article/view/1113>
- Pangaribuan, H., Mangemba, D., Musaidah, M., & Appulembang, I. (2021). Perkembangan

- Motorik dan Psikososial dengan Stunting pada Anak Prasekolah. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 7(Khusus), 45. <https://doi.org/10.33490/jkm.v7ikhusus.510>
- Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi, K. D. (2017). *Buku Saku Desa Dalam Penanganan Stunting. Buku Saku Desa Dalam Penanganan Stunting*, 42. [https://siha.kemkes.go.id/portal/files\\_upload/Buku\\_Saku\\_Stunting\\_Desapdf](https://siha.kemkes.go.id/portal/files_upload/Buku_Saku_Stunting_Desapdf)
- Rahmawati, S., Wulan, A. J., & Utami, N. (2021). Edukasi Pemberian Makanan Pendamping Asi ( MPASI ) Sehat Bergizi Berbahan Pangan Lokal Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Kalisari Kecamatan Natar Lampung Selatan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Ruwai Jurai*, 47-50.
- Rehena, Z., & Hukubun, M. (2020). Edukasi Gizi Dan Praktek Pengolahan Mp-Asi Lokal Untuk Cegah Gizi Buruk Dan Stunting Di Kabupaten Seram Bagian Barat. *MAREN: Jurnal Pengabdian Dan ...*, 1(2), 153-162. <http://ojs.ukim.ac.id/index.php/maren/article/view/514>
- Rusyantia, A. (2018). Pelatihan Pembuatan Mp-Asi Who Berbasis Pangan Lokal Bagi Kader Posyandu Dan Ibu Baduta Di Desa Sidosari. *Sakai Sambayan Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 69. <https://doi.org/10.23960/jss.v2i2.67>
- Unicef Indonesia. (2020). *Situasi Anak di Indonesia*. <https://www.unicef.org/indonesia/sites/unicef.org.indonesia/files/2020-07/Situasi-Anakdi-Indonesia-2020.pdf>
- Wijianto, W., Galenso, N., Sahid, R., Subchan, D., Hasan, S. M., Riyanto, E., Mangemba, D., & Aswati, A. (2022). Pelatihan Pembuatan Makanan Tambahan Lokal untuk Pencegahan Stunting. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 93-99. <https://doi.org/10.33860/pjpm.v3i1.718>
- Yunita, F. A., Hardiningsih, H., & Yuneta, A. E. N. (2019). Model Pemberdayaan Ibu Balita Tentang Mp-Asi Di Kelurahan Wonorejo Kabupaten Karanganyar. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 7(1), 14. <https://doi.org/10.13057/placentum.v7i1.26384>