

**OPTIMALISASI PENGETAHUAN IBU DALAM MENEGAH STUNTING PADA BAYI
USIA 6-24 BULAN MELALUI KONSELING GIZI**

Yulia Arifin¹, Gina Muthia², Farida Ariyani³

^{1,2}Program Studi S1 Kebidanan, STIKes Mercubaktijaya Padang

³Program Studi DIII Kebidanan, STIKes Mercubaktijaya Padang

Email: youlee24@gmail.com

ABSTRAK

Gizi memegang peranan penting dalam siklus hidup manusia. Kelompok balita usia 0-24 bulan menjadi salah satu fase yang sangat menentukan kelangsungan hidup seseorang di masa yang akan datang. Gizi Kurang atau *undernutrition* diperkirakan terkait dengan 2,7 juta kematian anak setiap tahun atau 45% dari semua kematian anak. Indonesia saat ini mencatat prevalensi gizi kurang sebesar 19,6%. Permasalahan yang dihadapi adalah ibu-ibu belum memiliki pengetahuan yang baik dalam penyiapan makanan pendamping ASI yang tepat sesuai kebutuhan dan perkembangan anaknya dan masih rendahnya kemampuan ibu-ibu dalam mendeteksi masalah gizi pada bayi. Tujuan konseling ini adalah meningkatnya pengetahuan ibu-ibu dalam pemberian MP-ASI yang tepat sesuai tumbuh dan kembang bayi. Kegiatan telah dilaksanakan di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Ikur Koto Kota Padang pada tanggal bulan September - November 2019. Hasil dari kegiatan adalah semua ibu-ibu yang memiliki bayi usia 6-24 bulan sudah tersosialisasi tentang frekuensi, porsi dan, cara pemberian MP-ASI, serta mampu mendeteksi masalah gizi pada bayi.

Kata Kunci : Konseling, Pengetahuan, MP-ASI

ABSTRACT

Nutrition plays an important role in the human life cycle. The group of children aged 0-24 months is one of the phases that will determine a person's survival in the future. Undernutrition or nutrition is estimated to be related to 2.7 million child deaths every year or 45% of all child deaths. Indonesia currently records a prevalence of malnutrition of 19.6%. The problem faced is that mothers do not have good knowledge in preparing appropriate complementary feeding according to the needs and development of their children and the low ability of mothers to detect nutritional problems in infants. The purpose of this counseling is to increase the knowledge of mothers in giving the right breast milk supplement for the baby's growth and development. The activity has been carried out at the Posyandu Public Health Center Ikur Koto working area in Padang in September - November 2019. The results of the activity are all mothers who have babies aged 6-24 months have been socialized about the frequency, portion and method of giving MP-ASI, and able to detect nutritional problems in infants.

Keywords: *Counselling, Knowledge, Complementary Food*

1. PENDAHULUAN

Gizi memegang peranan penting dalam siklus hidup manusia. Kelompok balita usia 0-24 bulan menjadi salah satu fase yang sangat menentukan kelangsungan hidup seseorang di masa yang akan datang. Menurut Depkes RI (2006), usia 0-24 bulan merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, sehingga sering diistilahkan sebagai periode emas sekaligus periode kritis. Periode emas dapat diwujudkan apabila pada masa ini, bayi dan anak memperoleh asupan gizi yang sesuai untuk tumbuh kembang yang optimal. Sebaliknya apabila bayi dan anak pada masa ini tidak memperoleh makanan sesuai kebutuhan gizinya, maka periode emas akan berubah menjadi periode kritis yang akan mengganggu tumbuh kembang bayi dan anak, baik pada saat ini maupun masa selanjutnya (Depkes RI, 2006).

Setiap tahun kurang lebih 130 juta bayi lahir dan kurang lebih 4 juta bayi meninggal pada minggu pertama kelahiran. Kebanyakan dari bayi yang meninggal ini terjadi dinegara berkembang. Gizi Kurang atau *undernutrition* diperkirakan terkait dengan 2,7 juta kematian anak setiap tahun atau 45% dari semua kematian anak. Indonesia saat ini mencatat prevalensi gizi kurang sebesar 19,6%. Jika dibandingkan dengan angka prevalensi nasional tahun 2007 sebesar 18,4% dan tahun 2010 sebesar 17,9%, angka ini terlihat meningkat setiap tahunnya. Perubahan terutama terjadi pada prevalensi gizi buruk yaitu 5,4% pada tahun 2007, 4,9% pada tahun 2010 dan meningkat menjadi 5,7% pada tahun 2013 (Risikesdas 2013).

Pemerintah terus berupaya khususnya dalam menangani masalah gizi balita karena hal ini berpengaruh terhadap pencapaian salah satu tujuan *Sustainable Development Goals* (SDGs). Pemberian makanan bayi dan anak merupakan area kunci untuk meningkatkan kelangsungan hidup anak dan meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan kesehatan. Dua tahun pertama kehidupan anak sangat penting, karena nutrisi optimal selama periode ini menurunkan morbiditas dan mortalitas, mengurangi risiko penyakit kronis, dan mendorong perkembangan yang lebih baik secara keseluruhan (WHO, 2014).

Sekitar usia 6 bulan, kebutuhan akan energi dan nutrisi bayi mulai melebihi apa yang disediakan oleh ASI, dan makanan tambahan diperlukan untuk memenuhi kebutuhan tersebut. Bayi usia ini juga sudah siap untuk makanan lain. Jika makanan pelengkap tidak diperkenalkan sekitar usia 6 bulan, atau jika diberikan secara tidak tepat, pertumbuhan bayi mungkin akan goyah. Pada masa ini apabila mengalami kekurangan gizi mengakibatkan terjadinya keterlambatan atau terganggunya proses pertumbuhan tubuh, perkembangan otak dan menurunnya daya tahan tubuh terhadap infeksi. Oleh karena itu kekurangan gizi pada masa balita mengakibatkan kejadian *stunted* atau balita pendek. Angka kejadian *stunting* di Indonesia pada tahun 2013 sebesar 37,2% (Risikesdas 2013).

Dari beberapa hasil penelitian menyatakan bahwa keadaan kurang gizi pada bayi dan anak disebabkan karena kebiasaan pemberian MP-ASI yang tidak tepat. Dalam pemberian MP-ASI, yang perlu diperhatikan adalah usia pemberian MP-ASI, jenis MP-ASI, frekuensi dalam pemberian MP-ASI, porsi pemberian MP-ASI, dan cara pemberian MP-ASI. Pemberian MP-ASI yang

tepat diharapkan tidak hanya dapat memenuhi kebutuhan gizi bayi, namun juga merangsang keterampilan makan dan merangsang rasa percaya diri pada bayi.

Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Barat tahun 2016 dari 327.159 bayi usia 0-24 bulan yang ada, 40,08% sudah diberi Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) dini. Sedangkan di kota Padang, dari 17.065 bayi, sebanyak 63,6% bayi telah mendapatkan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) secara dini. Kejadian gizi buruk di Kota Padang pada tahun 2015 terdapat 104 orang. Kasus gizi buruk banyak mengalami penurunan pada tahun 2016 yaitu sebanyak 68 orang dimana balita laki-laki 46 orang lebih banyak dibandingkan balita perempuan sebanyak 22 orang (Profil Kota Padang Tahun 2016).

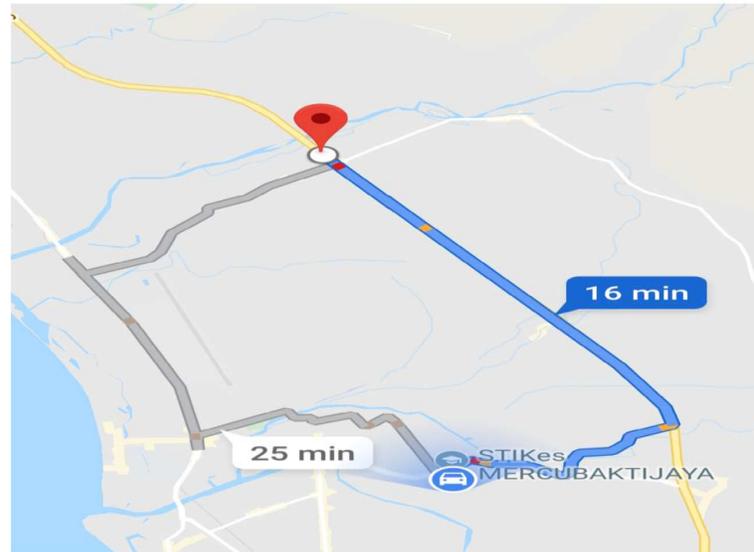
Masalah ini merupakan masalah yang sangat penting dan harus dicarikan solusi untuk menangani agar dapat menurunkan angka gizi kurang dan gizi buruk di kota Padang. Maka dari itu kami akan melakukan implementasi dengan memberikan konseling gizi serta demonstrasi secara langsung tentang bagaimana cara pemberian MP-ASI yang baik untuk balita usia 6-24 bulan.

2. MASALAH

Puskesmas Ikur Koto merupakan salah satu wilayah yang masuk ke dalam bagian Kecamatan Koto Tengah dengan permasalahan kesehatan yang juga patut untuk diperhatikan. Salah satu masalah yang terlihat berdasarkan survey adalah kurangnya pengetahuan ibu-ibu tentang cara pemberian makanan pendamping ASI yang baik dimana didalam program ini diberikan bekal dan pengetahuan kepada ibu-ibu yang memiliki balita usia 6-12 bulan.

Kejadian gizi buruk di Kota Padang pada tahun 2015 terdapat 104 orang. Kasus gizi buruk banyak mengalami penurunan pada tahun 2016 yaitu sebanyak 68 orang dimana balita laki-laki 46 orang lebih banyak dibandingkan balita perempuan sebanyak 22 orang (Profil Kota Padang Tahun 2016). Bayi masih sangat tergantung pada perawatan dan pengasuhan yang dilakukan oleh orang tua terutama oleh ibu. Peran ibu sangatlah dominan untuk mengasuh dan mendidik anak agar tumbuh dan berkembang menjadi anak yang berkualitas. Pengasuhan kesehatan dan makanan pada awal kehidupan sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Dalam pemberian MP-ASI, yang perlu diperhatikan adalah usia pemberian MP-ASI, jenis MP-ASI, frekuensi dalam pemberian MP-ASI, porsi pemberian MP-ASI, dan cara pemberian MP-ASI.

Namun yang lebih penting lagi adalah mengupayakan ibu-ibu secara mandiri untuk dapat memberikan MP-ASI yang tepat sesuai kebutuhan dan perkembangan anaknya. Mengingat selama ini, daerah tersebut sulit untuk dijangkau dan aksesnya sangat jauh. Maka disinilah letaknya peran pengabdian masyarakat (penyuluhan) ini, dalam meningkatkan pengetahuan sekaligus mengubah perilaku ibu dalam pemberian MP-ASI yang baik.



Gambar 2.1 Lokasi konseling Gizi Puskesmas Ikur Koto Kota Padang

3. METODE

1. Persiapan

Kegiatan-kegiatan yang dilakukan pada tahap persiapan adalah:

- a) Koordinasi dengan bidan wilayah untuk pelaksanaan kegiatan Konseling Gizi di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Ikur Koto Kota Padang,
- b) Koordinasi dengan kader-kader setempat untuk pelaksanaan kegiatan konseling gizi,
- c) Koordinasi dengan fasilitator untuk pelaksanaan kegiatan konseling gizi.

2. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan dalam kegiatan ini berupa pemberian informasi dan edukasi kepada ibu-ibu yang hadir di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Ikur Koto Padang dalam bulan September sampai November 2019.

Kegiatan-kegiatan yang dilakukan dalam implementasi program ini adalah: Mengumpulkan ibu-ibu yang memiliki balita usia 6-24 bulan yang hadir di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Ikur Koto, *Briefing* dengan TIM Pelaksana, Melakukan pemberian informasi dan edukasi kepada ibu-ibu yang memiliki balita usia 6-24 bulan yang menjadi sasaran kegiatan konseling gizi, sesuai dengan jadwal yang telah ditetapkan, Memberikan informasi dan edukasi tentang tumbuh kembang serta cara mendeteksi masalah tumbuh kembang pada balita usia 6-24 bulan, Membagikan leaflet kepada setiap ibu-ibu yang memiliki balita usia 6-24 bulan yang menjadi sasaran konseling gizi.

3. Evaluasi

a. Struktur

Peserta hadir sebanyak 20 orang yang terdiri dari orang ibu-ibu yang memiliki bayi balita. Setting tempat sudah sesuai dengan rencana yang

dibuat dan perlengkapan yang dilakukan untuk konseling sudah tersedia dan sudah digunakan sebagaimana mestinya. Peran yang dilakukan sudah sesuai dengan tugas yang telah ditetapkan, baik sebagai penanggung jawab, moderator, notulen, observasi, fasilitator dan dokumentasi. Penggunaan bahasa yang dipraktikkan sudah komunikatif dalam penyampaian, ibu-ibu yang memiliki bayi balita dapat memahami materi yang sudah disampaikan dan mahasiswa/i dapat memfasilitasi audiensi selama berjalannya penyuluhan dan diskusi.

b. Proses

Pelaksanaan kegiatan pukul 09.00 s/d 10.15 wib. Sesuai dengan jadwal yang telah direncanakan.

c. Hasil

1. Peserta dapat memahami dan mengerti tentang pengertian MP-ASI
2. Peserta dapat memahami dan mengerti tentang usia dan jenis MP-ASI
3. Peserta dapat memahami dan mengerti tentang frekuensi dan porsi dalam pemberian MP-ASI
4. Peserta dapat memahami dan mengerti tentang cara pemberian MP-ASI

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi dilakukan di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Ikur Koto Kota Padang dengan sasaran 56 orang ibu-ibu yang memiliki bayi balita serta 4 orang kader. Kegiatan berlangsung lancar dengan peserta yang hadir sebanyak 20 orang. Dilakukan konseling gizi secara individu dengan ibu-ibu yang memiliki bayi tersebut, sehingga ketercapaian sosialisasi adalah 100 persen.

Berikut adalah dokumentasi dari kegiatan tersebut :



Gambar 4.1 Foto Pemberian Materi kepada Kelompok Sasaran



Gambar 4.2 Foto Pemberian Materi kepada Kelompok Sasaran

5. SIMPULAN

Hasil dari kegiatan ini adalah semua ibu-ibu yang memiliki bayi usia 6-24 bulan memberikan respon yang baik terhadap materi yang disampaikan tentang Pemberian Makanan Pendamping ASI dan permasalahan gizi pada bayi usia 6-24 bulan. Adanya peningkatan pengetahuan ibu-ibu yang memiliki bayi usia 6-24 bulan terhadap Pemberian Makanan Pendamping ASI dan permasalahan gizi pada bayi usia 6-24 bulan.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Departemen Kesehatan RI. 2006. *Profil Kesehatan Indonesia 2005*.
- Dinas Kesehatan RI. 2009. Rencana Kerja Program Perbaikan Gizi, Tahun 2009
- Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat. 2015. *Profil Kesehatan Sumatera Barat Tahun 2014*.
- Kementerian Kesehatan RI. 2014. *Pedoman Proses Asuhan Gizi Terstandar (PAGT)*. Jakarta
- Kementerian Kesehatan RI. 2017. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2016*.
- Riset Kesehatan Dasar (*RISKESDAS*) Tahun 2013.
- Soetjiningsih. Ranuh, IG. 2015. *Tumbuh Kembang Anak*. Edisi 2. Jakarta; EGC.
- Supariasa, IDN. Bakri, B. Fajar, I. (2013). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta; EGC.

WHO.1998. *The State Of The World's Children 1998: Focus On Nutrition*.
New York: Oxford University Press.

WHO.2015. *Guiding Principles For Feeding Non Breastfed Children 6-24
months of Age*. New York: Oxford University Press.