

EDUKASI PENTINGNYA ASI EKSKLUSIF SEBAGAI UPAYA MENCEGAH STUNTING

Ade Krisna Ginting^{1*}, Dewi Rubi², Rina Dwi Anggraeni³, Euis Atikah⁴,
Desty Lismayanti⁵, Sarini⁶, Anisah Fauziah Azahra⁷, Fitria Ayu Wulandari⁸,
Mutiara Balqis⁹, Debbi Novita¹⁰

¹⁻¹⁰Universitas Sehati Indonesia

Email Korespondensi: krisnaade7777@gmail.com

Disubmit: 22 Juni 2025

Diterima: 10 Juli 2025

Diterbitkan: 17 Juli 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v8i8.21240>

ABSTRAK

Pemberian ASI Eksklusif merupakan salah satu upaya untuk mengatasi permasalahan stunting di Indonesia. Namun, masih ada daerah-daerah dimana menyusui eksklusif belum optimal. Mengacu data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Karawang pada kuartal kedua tahun 2023, cakupan menyusui eksklusif hanya mencapai 40,4%. Kegiatan PKM di Desa Cengkong Karawang ini bertujuan untuk mendidik ibu hamil pada trimester ketiga mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif dalam mencegah stunting pada balita. Metode kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, diberikan dengan ceramah dan tes pra dan pasca edukasi kepada 23 ibu hamil pada trimester III. Analisis data dilakukan dengan bantuan *Microsoft Office*. Pengetahuan ibu hamil meningkat selama trimester III, seperti yang ditunjukkan oleh respons yang antusias dalam hasil pre test (43,4 persen (10 orang) memiliki pengetahuan yang baik dan pengetahuan meningkat, terlihat ibu hamil pada trimester III, 65,2% (15 orang) menunjukkan pengetahuan yang baik berdasarkan hasil tes pasca edukasi. Memberikan pendidikan kesehatan kepada wanita hamil tentang manfaat menyusui eksklusif meningkatkan pemahaman ibu hamil trimester III tentang pentingnya menyusui eksklusif. Pendidikan Kesehatan ini diharapkan mampu memberikan dampak positif untuk mendorong perubahan perilaku positif ibu hamil sebagai langkah penting dalam upaya pencegahan stunting.

Kata Kunci: Edukasi, Ibu Hamil, Asi Eksklusif, Stunting

ABSTRACT

Exclusive breastfeeding is one of the efforts to overcome the problem of stunting in Indonesia. However, there are still areas where exclusive breastfeeding is not optimal. Referring to data from the Karawang District Health Service in the second quarter of 2023, exclusive breastfeeding coverage only reached 40.4%. This PKM activity in Cengkong Karawang Village aims to educate pregnant women in the third trimester about the importance of exclusive breastfeeding in preventing stunting in toddlers. This community service activity method was given through lectures and pre- and post-education tests to 23 pregnant women in the third trimester. Data analysis was carried out with the help of Microsoft Office. Pregnant women's knowledge increased during the third trimester, as shown by the enthusiastic response in the pre-test results (43.4 percent (10 people) had good knowledge and knowledge increased. It can

be seen that in the third trimester, 65.2% (15 people) of pregnant women showed good knowledge based on the results of the post-education test. Providing health education to pregnant women about the benefits of exclusive breastfeeding increases understanding of pregnant women in the third trimester about the importance of exclusive breastfeeding. This health education is expected to have a positive impact in encouraging positive behavioral changes in pregnant women as an important step in efforts to prevent stunting

Keywords: Education, Pregnant Women, Exclusive Breastfeeding, Stunting

1. PENDAHULUAN

Perkembangan sosial dan ekonomi suatu negara dapat diukur melalui kesuksesan kesehatan dan pertumbuhan anak-anaknya. Gizi buruk pada anak berumur di bawah lima tahun (bayi) masih menjadi masalah besar yang menurunkan kualitas sumber daya manusia secara global. Kurangnya kesehatan dan gizi yang optimal dapat menyebabkan pertumbuhan terhambat, yang didefinisikan sebagai ketidakmampuan mencapai potensi pertumbuhan linear penuh (WHO, 2019) Di selatan tinggi rata-rata populasi acuan, yang dua standar deviasi lebih rendah (UNICEF, 2019). Di Indonesia, prevalensi stunting masih menunjukkan angka yang cukup tinggi meskipun mengalami penurunan dalam satu decade terakhir. Prevalensi stunting mencapai puncaknya sebesar 37,6% pada tahun 2013, menurut data survei nasional, dan diperkirakan akan menurun menjadi 19,8% pada tahun 2024. Stunting mempengaruhi 14,4% anak berumur kurang dari lima tahun di Kabupaten Karawang, sementara stunting berat mempengaruhi 3,2%. (Kemenkes RI, 2025)

Peningkatan kasus stunting di Indonesia menyoroti adanya saling keterkaitan antara masalah gizi di negara ini dengan konteks sosial, ekonomi, dan lingkungan. Tingginya angka stunting disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk akses yang tidak memadai terhadap makanan sehat, tindakan pemberian makan yang tidak tepat, kondisi hidup yang tidak higienis, dan kurangnya pengetahuan umum tentang apa yang termasuk dalam gizi yang baik. Faktor-faktor lain yang memperparah penyebaran stunting, terutama di daerah perkotaan dan pedesaan yang rentan, meliputi ketidaksetaraan pendapatan dan kurangnya akses terhadap layanan kesehatan. Menurut penelitian yang telah membahas topik ini, terdapat faktor-faktor tambahan yang berkontribusi terhadap stunting, seperti status pekerjaan ibu, tinggi badan ayah, pendapatan ibu, jumlah anggota keluarga yang tinggal dalam rumah tangga, gaya pengasuhan, dan praktik pemberian ASI eksklusif. Untuk berbagai alasan, intervensi yang paling penting diperlukan selama 1000 hari pertama kehidupan atau HPK. Penelitian telah menunjukkan bahwa stunting dapat disebabkan oleh kekurangan nutrisi selama kehamilan, yang pada gilirannya menyebabkan bayi mulai menyusui terlalu dini (kurang dari satu jam setelah lahir) atau tidak sama sekali, menghentikan menyusui sebelum usia enam bulan, atau tidak menyusui cukup sering, atau memperkenalkan makanan pendamping sebelum usia enam bulan atau setelah usia dua belas bulan (Rahayu et al., 2023), (Sumarni et al., 2024).

Beberapa faktor yang berkontribusi terhadap stunting di Indonesia meliputi; berat badan lahir; tinggi badan ibu; tingkat pendidikan; pendapatan bulanan rumah tangga; dan prevalensi pemberian ASI eksklusif

(Beal et al., 2018). Beberapa faktor lain juga berperan, termasuk tingkat pendidikan ibu, ketersediaan air bersih dan sanitasi, Pemberian ASI eksklusif, penggunaan makanan pendamping, program imunisasi, berat badan lahir rendah, kualitas dan kuantitas gizi, aksesibilitas fasilitas kesehatan, dan kondisi ekonomi keluarga. (Rossi Septina et al., 2024)

Menyusui secara eksklusif adalah salah satu cara untuk secara drastis mengurangi angka stunting. Menurut penelitian, bayi yang disusui secara eksklusif memiliki peluang lebih besar untuk mencapai potensi perkembangan penuh mereka saat memasuki usia prasekolah. Bayi yang diberi susu formula sejak usia dini berisiko menjadi overweight, meskipun penelitian menunjukkan bahwa mereka mengalami penambahan berat badan dan panjang tubuh lebih banyak dibandingkan bayi yang disusui. Selain itu, negara-negara dengan sanitasi yang buruk berisiko untuk terkontaminasinya air dengan bakteri serta racun yang dipergunakan saat membuat susu formula. Oleh karena itu, membeli ASI Eksklusif merupakan salah satu pilihan utama untuk melindungi anak-anak dari stunting di negara-negara berkembang. Penelitian sebelumnya oleh (Hadi et al., 2021). Banyak penelitian telah menemukan hubungan antara stunting dan tidak menyusui secara eksklusif, menunjukkan bahwa stunting lebih umum terjadi pada balita yang tidak disusui secara eksklusif. Menyusui secara eksklusif dapat mengurangi risiko stunting pada bayi. (Agustin & Rahmawati, 2021) mencatat bahwa pemerintah Indonesia telah menetapkan target untuk mengurangi insiden stunting, dan salah satu intervensi gizi spesifik yang dirancang oleh WHO adalah mendorong pemberian ASI eksklusif (UNICEF, 2019), (Agustin & Rahmawati, 2021)

Gizi prenatal dan gizi pada masa kanak-kanak yang tidak memadai, riwayat penyakit kronis, dan gaya hidup kurang aktif merupakan faktor-faktor yang berpotensi menyebabkan stunting (WHO, 2019). Manfaat menyusui sebagai cara memberikan gizi kepada bayi sangatlah besar. Menyusui adalah pilihan terbaik untuk kesehatan dan perkembangan bayi selama enam bulan pertama kehidupannya. Ketika seorang ibu memberikan ASI kepada anaknya, hal ini meningkatkan kesehatan, perkembangan, dan kualitas hidup anak tersebut mulai dari saat lahir hingga usia dua tahun. (Rossi Septina et al., 2024)

Berdasarkan data Risdas ditemukan 52,5% dari 2,3 juta bayi di Indonesia yang berusia di bawah enam bulan mendapatkan nutrisi ini pada tahun 2021, turun 12% dibandingkan dengan tahun 2019. Selain itu, terdapat penurunan dari 58,2% pada tahun 2019 menjadi 48,6% pada tahun 2021 dalam persentase bayi yang mulai menyusui pada usia dini. Tujuan strategis tahun 2015 telah tercapai oleh 29 dari 33 provinsi, namun masih ada hambatan dalam mencapai tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs) 2030 untuk menghilangkan malnutrisi secara total, serta target internasional tahun 2025 untuk mengurangi stunting dan wasting pada anak di bawah lima tahun. Di Provinsi Jawa Barat, cakupan ASI eksklusif dari Tahun 2020 hingga 2022 menunjukkan peningkatan kecil: 76,11% pada tahun 2020, 76,46% pada tahun 2021 (Rossi Septina et al., 2024). Kegiatan Edukasi ASI Eksklusif yang dilakukan sebelumnya, sasarannya mayoritas berfokus pada ibu yang memiliki bayi usia 0-6 bulan, serta kader selain itu pemberian edukasi tanpa disertai media pendukung seperti video edukasi sehingga penyerapan materi kurang optimal. Edukasi kesehatan yang dilakukan menggunakan media video edukasi secara signifikan dapat mempengaruhi peningkatan pengetahuan dan sikap ibu hamil trimester III tentang ASI Eksklusif.

(Damayanti et al., 2023), oleh karena itu tim pelaksana PKM melaksanakan kegiatan PKM dengan sasaran ibu hamil khususnya trimester III tentang ASI Eksklusif dengan media video edukasi tentang ASI Eksklusif dan stunting dengan video edukasi sebagai upaya pencegahan stunting yang dimulai sejak masa kehamilan.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Rendahnya cakupan ASI Eksklusif pada tahun 2024, hanya 74,73% anak Indonesia berusia 0-6 bulan yang disusui secara eksklusif. Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat menunjukkan bahwa pada kuartal kedua tahun 2023, 70,3% bayi berusia di bawah enam bulan disusui secara eksklusif. Target provinsi adalah 55%, dan angka ini telah tercapai. Namun, di satu kabupaten di Provinsi Jawa Barat—Kabupaten Karawang—tingkat pemberian ASI eksklusif masih rendah sebesar 40,4%, yang lebih rendah dari rata-rata provinsi dan kota. (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2023)

Selain itu, pada trimester ketiga kehamilan, banyak wanita masih belum sepenuhnya memahami pentingnya pemberian ASI eksklusif dalam mencegah stunting pada balita. Sebagai bagian dari upaya untuk mengurangi stunting, Kegiatan ini diharapkan akan dapat membantu meningkatkan persentase perempuan di Kabupaten Karawang yang memberikan ASI eksklusif kepada anak-anak mereka. Besarnya permasalahan tersebut maka hal ini menjadi sangat penting bagi tim pelaksana pengabdian kepada masyarakat untuk memberikan layanan masyarakat di Desa Cengkong, Purwasari, Kabupaten Karawang yaitu dengan memberikan edukasi kepada ibu hamil pada trimester ketiga tentang cara mencegah stunting dengan harapan dapat meningkatkan pengetahuan serta adanya mendorong ibu hamil untuk memiliki kesadaran dan sikap positif sebagai upaya pencegahan stunting di Desa Cengkong, Purwasari Kabupaten Karawang.



Gambar 1. Lokasi Kantor Desa Cengkong, Purwasari, Kabupaten Karawang

3. KAJIAN PUSTAKA

a. ASI Eksklusif

1) Defenisi Asi Eksklusif

Pada usia 0 hingga 6 bulan, bayi yang pola makannya terdiri sepenuhnya dari ASI dianggap sebagai bayi yang diberi ASI eksklusif. ASI adalah satu-satunya nutrisi yang tepat untuk bayi berusia di bawah

enam bulan, tanpa pemberian makanan dan cairan lainnya bahkan tidak juga air putih, kecuali pada bayi sedang dalam keadaan sakit yang mengharuskan bayi untuk mengonsumsi obat-obatan, vitamin, ataupun larutan rehidrasi secara oral yang boleh diberikan kepada bayi. (Kemenkes RI, 2019), (Meliana, 2023).

Menyusui sebaiknya dilakukan selama enam bulan, tanpa bantuan makanan pendamping, sesuai dengan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 450/Menkes/2004 yang dikeluarkan oleh Menteri Kesehatan Republik Indonesia. Setelah itu, ibu sebaiknya terus menyusui hingga anak berusia dua tahun. Berdasarkan Pasal 6 Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian ASI Eksklusif, setiap ibu wajib memberikan ASI eksklusif kepada bayinya yang baru lahir setelah melahirkan.

2) Komposisi ASI

ASI terdiri dari beberapa komponen utama yang mendukung pertumbuhan dan kesehatan bayi:

- a) Karbohidrat Laktosa sebagai sumber energi utama dan membantu penyerapan kalsium.
- b) Protein Whey lebih mudah dicerna dibanding kasein, serta mengandung
- c) imunoglobulin untuk kekebalan tubuh.
- d) Lemak Kaya DHA dan AA yang penting bagi perkembangan otak dan retina bayi.
- e) Vitamin & Mineral Vitamin A, D, E, K serta kalsium, fosfor, dan zat besi untuk pertumbuhan optimal.
- f) Komponen Bioaktif Antibodi (IgA, IgG, IgM), enzim, hormon, dan sel hidup yang mendukung imunitas serta metabolisme bayi.

3) Manfaat ASI

a. Manfaat bagi bayi

- 1) Memperkuat sistem kekebalan tubuh: Antibodi yang terdapat dalam ASI membantu bayi dalam melawan penyakit dan infeksi.
- 2) Otak bayi berkembang secara lebih optimal dengan bantuan nutrisi yang terdapat dalam ASI.
- 3) Mengurangi risiko penyakit: ASI dapat mengurangi risiko penyakit seperti diare, infeksi saluran pernapasan, dan penyakit lainnya.
- 4) Membantu mengatur berat badan: ASI dapat membantu mengatur berat badan bayi dan mengurangi risiko obesitas.
- 5) Memperkuat ikatan ibu dan anak: Menyusui dikaitkan dengan ikatan ibu dan anak yang lebih kuat.

b) Manfaat bagi Ibu

- 1) Membantu mengurangi perdarahan pasca melahirkan
- 2) Mempercepat proses rahim kembali ke ukuran semula
- 3) Memudahkan ibu, karena dapat memberikan ASI pada bayi dengan suhu yang tepat.
- 4) Membantu mengurangi risiko kanker payudara: Menyusui dapat membantu mengurangi risiko kanker payudara.
- 5) Membantu mengurangi stres: Menyusui dapat membantu mengurangi stres dan meningkatkan rasa bahagia.
- 6) Membantu mengatur berat badan: Menyusui dapat membantu mengatur berat badan ibu dan mengurangi risiko obesitas.
- 7) Merupakan salah satu metode KB (MAL). (Kemenkes RI, 2019)

- 4) Teknik Pemberian ASI
 - a) Perlekatan yang Benar
 - 1) Mulut bayi terbuka lebar dengan bibir bawah
 - 2) Mencengkeram lebih banyak bagian areola
 - 3) Lidah bayi berada di bawah puting, membantu proses hisapan yang efektif.
 - 4) Tidak boleh ada suara kecap atau nyeri pada ibu saat menyusui
 - b) Tanda Perlekatan yang Salah
 - 1) Pipi bayi cekung ke dalam saat menghisap
 - 2) Terdengar suara decak atau klik
 - 3) Nyeri pada puting saat menyusui
 - 4) Puting terlihat gepeng atau berubah bentuk setelah menyusui
 - 5) Bayi rewel dan sering melepaskan puting
- 5) Tanda Bayi Cukup ASI
 - 1) Bayi tampak tenang dan puas setelah menyusui
 - 2) Tidur nyenyak di antara waktu menyusui (2-3 jam)
 - 3) Aktif dan responsif saat bangun
 - 4) Kulit terlihat sehat dan tidak kering
 - 5) Mulut dan bibir lembap, tidak kering
- 6) Dampak Tidak Mendapatkan ASI

Jika bayi tidak mendapatkan ASI, beberapa dampak yang bisa terjadi meliputi:

 - a) Peningkatan Risiko Infeksi

Bayi lebih terlindungi dari gangguan pencernaan, infeksi pernapasan, dan alergi ketika mereka minum ASI karena ASI mengandung antibodi. Bayi lebih mudah sakit ketika mereka tidak mendapatkan cukup ASI.
 - b) Gangguan Pencernaan

ASI lebih mudah dicerna dibandingkan susu formula. Tanpa ASI, bayi bisa mengalami lebih banyak kasus kolik, konstipasi, atau gangguan pencernaan lainnya.
 - c) Perkembangan Otak dan Saraf Bisa Terpengaruh

ASI mengandung DHA dan AA yang mendukung perkembangan otak. Kurangnya ASI bisa berdampak pada perkembangan kognitif bayi.
 - d) Risiko Obesitas dan Penyakit Metabolik

Bayi yang tidak mendapatkan ASI memiliki risiko lebih tinggi mengalami obesitas, diabetes tipe 2, dan hipertensi di masa mendatang.
 - e) Kurangnya Ikatan Emosional dengan Ibu

Menyusui membantu membangun bonding antara ibu dan bayi melalui kontak kulit, yang berkontribusi pada kenyamanan dan kestabilan emosional bayi.
- b. Stunting
 - 1) Defenisi Stunting

Kerdil pada anak terjadi ketika tinggi badan seorang anak lebih dari 2 standar deviasi di bawah rata-rata untuk usianya sebagai akibat dari gangguan pertumbuhan yang disebabkan oleh gizi buruk, penyakit menular berulang, dan stimulasi psikososial yang tidak memadai selama 1.000 hari pertama kehidupan (WHO, 2015).
 - 2) Penyebab
 - a) Kurangnya asupan gizi sejak dalam kandungan.

- b) Pola makan yang tidak sehat dan kurang bergizi.
 - c) Sanitasi yang buruk yang menyebabkan penyakit dan gangguan penyerapan gizi.
 - d) Faktor ekonomi dan sosial yang membatasi akses terhadap makanan bergizi dan layanan kesehatan.
- 3) Dampak buruk yang dapat ditimbulkan oleh stunting:
- a) Dalam jangka pendek, hal ini dapat mempengaruhi hal-hal seperti gangguan metabolisme, pertumbuhan fisik, kecerdasan, dan perkembangan otak.
 - b) Dampak jangka panjang, seseorang mungkin mengalami penurunan fungsi kognitif dan prestasi akademik seiring bertambahnya usia, sistem kekebalan tubuh yang melemah sehingga lebih rentan terhadap penyakit, serta risiko lebih tinggi untuk menderita diabetes, obesitas, penyakit kardiovaskular, kanker, stroke, dan kecacatan. (Sandjojo, 2017)
- 4) Pencegahan
- Berikut merupakan pencegahan Stunting yaitu:
- a) Aktif minum Tablet Tambah Darah (TTD)
Dosis mingguan yang dianjurkan untuk TTD pada remaja putri adalah satu tablet. Satu tablet per hari (atau total 90 tablet) adalah dosis yang dianjurkan untuk TTD selama kehamilan.
 - b) Bumil teratur periksa kehamilan minimal 6 kali
Periksa kehamilan minimal 6 (enam) kali, 2 (dua) kali oleh dokter menggunakan USG.
 - c) Cukupi konsumsi protein hewani
Konsumsi protein hewani setiap hari bagi bayi usia di atas 6 bulan.
 - d) Datang ke Posyandu setiap bulan
Datang dan lakukan pemantauan pertumbuhan (timbang dan ukur) dan perkembangan, serta imunisasi balita ke Posyandu setiap bulan.
 - e) ASI Eksklusif 6 bulan
ASI eksklusif (hanya konsumsi ASI saja) selama 6 bulan pertama, dilanjutkan hingga usia 2 tahun dengan melengkapi Makanan Pendamping ASI (MP ASI) tepat setelah berusia 6 bulan. (Kemenkes RI, 2019)

4. METODE

Dalam rangka upaya mengatasi stunting di Desa Cengkong, Karawang, dilaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat dengan menggunakan metode pendidikan kesehatan yang disertai pemberian video edukasi sebagai alat bantu pembelajaran untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif. Sasaran pada kegiatan PKM ini adalah ibu hamil pada trimester ketiga yang hadir dan mengikuti kegiatan Posyandu di Desa Cengkong. Kegiatan PKM dilaksanakan pada hari Senin, 26 Mei 2025 yang ditujukan pada ibu hamil yang berada pada trimester ketiga dan hadir dalam acara layanan masyarakat ini. Secara keseluruhan, sebanyak 23 ibu hamil pada trimester ketiga hadir dalam acara edukasi PKM ini.

Persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi merupakan tiga fase utama yang membentuk metodologi yang digunakan dalam kegiatan pelayanan masyarakat ini.

- a. Persiapan
Tahap persiapan merupakan langkah awal yang mencakup identifikasi kebutuhan, perencanaan program, dan pengorganisasian tim pelaksana.
- b. Identifikasi Kebutuhan
Melakukan survei awal dalam untuk mengidentifikasi tingkat pengetahuan ibu hamil trimester III terkait pemberian ASI Eksklusif.
- c. Perencanaan Program
 - 1) Menyusun materi edukasi ASI Eksklusif Dan Stunting
 - 2) Menyediakan alat bantu edukasi, seperti poster, video edukasi
- d. Pengorganisasian Tim Pelaksana PKM
 - 1) Membentuk tim pengabdian masyarakat yang terdiri dari bidan, perawat dan mahasiswa.
 - 2) Melakukan pembagian tugas dan tanggung jawab tim pelaksana.
- e. Pelaksanaan
Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dalam beberapa tahap, yang meliputi:
 - 1) Sosialisasi
Melaksanakan sosialisasi mengenai terkait kegiatan PKM kepada seluruh tim pelaksana PKM
 - 2) Penyuluhan (Edukasi) dengan memberikan Edukasi interaktif yang terdiri dari:
 - a) Penjelasan tentang pentingnya Asi Eksklusif kepada seluruh ibu hamil trimester III terkait pemberian ASI Eksklusif.
 - b) Menampilkan video edukasi tentang ASI Eksklusif dan Stunting
 - 3) Diskusi dan Tanya Jawab
 - a) Mengadakan sesi diskusi interaktif dimana ibu hamil dapat melakukan tanya jawab terkait ASI Eksklusif dan Stunting
 - b) Melibatkan Tim PKM untuk menjawab berbagai pertanyaan dan memberikan solusi atas permasalahan yang dihadapi oleh ibu hamil.
- f. Evaluasi
Tahap evaluasi dilakukan untuk menilai efektivitas program edukasi yang telah dilaksanakan, dengan fokus pada peningkatan pengetahuan ibu hamil trimester III yang terdiri dari:
Pre-Test dan Post-Test
 - 1) Melakukan pre-test sebelum dilakukan edukasi untuk mengukur tingkat pengetahuan awal ibu hamil dan ibu yang memiliki bayusia 0-6 bulan terkait ASI Eksklusif
 - 2) Setelah pelatihan selesai, dilakukan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan. Hasil pre-test dan post-test akan dibandingkan untuk melihat seberapa besar peningkatan yang terjadi.
- g. Pelaporan dan Rekomendasi
Hasil evaluasi akan disusun dalam bentuk laporan yang mencakup data peningkatan pengetahuan terkait ASI Eksklusif sebagai upaya pencegahan Stunting di Desa Cengkong Karawang.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Pada hari Senin, 26 Mei 2025, pukul 09.00 - 11.30 WIB, di Desa Cengkong, Kecamatan Purwasari, Kabupaten Karawang, telah dilaksanakan kegiatan pengabdian kepada Masyarakat terhadap ibu hamil trimester III. Sebanyak 23 ibu hamil pada trimester ketiga ikut serta dalam kegiatan PKM ini. Pelaksanaan kegiatan PKM tentang stunting dan menyusui eksklusif dilaksanakan dengan metode ceramah disertai dengan diskusi kelompok dan sesi tanya jawab. Kegiatan edukasi ini diterima dengan antusias oleh ibu hamil yang hadir pada kegiatan tersebut. Beberapa ibu hamil bertanya mengenai hubungan antara stunting pada balita dan menyusui eksklusif. Hal ini menunjukkan penerimaan yang positif terhadap kegiatan edukasi tentang topik tersebut dari semua ibu hamil yang hadir pada kegiatan pengabdian kepada Masyarakat tersebut. Pada dasarnya ibu hamil memahami sedikit tentang manfaat ASI Eksklusif tetapi banyak dari ibu hamil tidak memahami keterkaitannya dengan Stunting pada balita. Kemudian setelah diberikan edukasi tentang ASI Eksklusif serta manfaatnya dalam pencegahan stunting maka ibu hamil menjadi mengerti, termotivasi untuk mempersiapkan diri agar setelah persalinan nanti dapat memberikan secara ASI Eksklusif pada bayinya yang merujuk pada satu diantara upaya dalam menghambat kasus Stunting pada balita di Desa Cengkong. Selain itu, dengan adanya edukasi tentang ASI Eksklusif, wawasan ibu hamil trimester III menjadi lebih meningkat yang berdampak pada meningkatnya kesadaran ibu hamil dalam memberikan ASI Eksklusif pasca melahirkan. Sebagai bagian dari upaya berkelanjutan dalam memerangi stunting, yang dimulai sejak masa kehamilan, hal ini memiliki dampak positif secara tidak langsung.

Hasil evaluasi yang dilakukan oleh tim implementasi layanan pada akhir kegiatan pelayanan masyarakat ini menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil trimester ketiga meningkat sebesar 21,8%. Ketika ibu hamil pada trimester ketiga mengikuti tes pra-edukasi, 43,4% (10 orang) memiliki pengetahuan yang baik; setelah tes pasca-edukasi, 65,8% (15 orang) memiliki pengetahuan yang lebih baik. Terjadi peningkatan pengetahuan sebesar 21,8% setelah ibu hamil menerima pendidikan kesehatan selama trimester ketiga.





Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan PKM Edukasi ASI Eksklusif Pada Ibu Hamil

b. Pembahasan

Bayi mendapatkan semua nutrisi yang mereka butuhkan dari ASI selama enam bulan pertama kehidupan mereka. Oleh karena itu, untuk mengurangi risiko stunting, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) merekomendasikan pemberian ASI eksklusif. Menurut Kementerian Kesehatan Indonesia (2019), angka kematian dan kesakitan bayi lebih tinggi ketika ASI dicampur dengan susu dari sumber lain pada usia ini. (Kemenkes RI, 2019)

Meskipun Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) telah memasukkan pemberian ASI eksklusif sebagai intervensi gizi dan pemerintah Indonesia telah memasukkannya ke dalam Tujuan Strategis untuk menurunkan angka stunting, sebuah tinjauan sistematis dan meta-analisis tahun 2015 menemukan bahwa hal ini tidak secara signifikan mempengaruhi perubahan panjang dan berat badan bayi berumur kurang dari 4 bulan. Namun, pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi dan mencegah insiden serta keparahan penyakit menular, terutama infeksi saluran pernapasan dan diare, yang dapat mempengaruhi pertumbuhan anak. Beberapa studi telah membahas masalah ini, termasuk Lestari (Lestari et al., 2018), Himawati & Fitria (Himawati & Fitria, 2020), dan Mishra (Mishra et al., 2020).

Namun, hormon pertumbuhan, faktor pertumbuhan serupa insulin, dan leptin hanyalah beberapa dari hormon yang terdapat dalam ASI yang mendukung perkembangan sehat pada bayi, yang menjelaskan mengapa terdapat korelasi positif antara pemberian ASI eksklusif dan penurunan tingkat stunting. ASI juga mencegah stunting karena mengandung nutrisi makro dan mikro yang lengkap, mudah dicerna oleh sistem pencernaan bayi, dan manfaat lainnya. (Lestari et al., 2018), (Dewi et al., 2021)

Bayi yang disusui secara eksklusif berkembang dan matang lebih cepat daripada yang tidak, karena kandungan nutrisi yang melimpah dalam ASI. Dalam hal perkembangan yang sesuai dengan usia anak, menyusui sangat penting. Kelainan perkembangan pada anak sering terjadi ketika menyusui tidak memadai. Salah satu dari banyak masalah yang dapat menghambat keberhasilan program menyusui eksklusif adalah bahwa ibu-ibu tidak selalu memahami tujuan dan manfaat menyusui bayi mereka. (Meliyana, 2023)

Stunting, suatu kondisi yang disebabkan oleh gizi buruk, paling sering terjadi pada 1.000 hari pertama kehidupan bayi (HPK). Kurangnya gizi yang memadai selama periode pertumbuhan atau masa bayi dapat menyebabkan stunting. Masalah kesehatan pada balita dapat disebabkan oleh nutrisi yang tidak memadai selama kehamilan dan persalinan. Contoh dari hal ini adalah panjang bayi saat lahir, yang menunjukkan bagaimana bayi tumbuh secara lurus sepanjang kehamilan. Gizi yang tidak memadai selama kehamilan, yang menyebabkan kekurangan energi dan protein, sering kali ditandai dengan ukuran linear yang rendah (Sandjojo, 2017)

Hal ini sesuai dengan hasil studi yang melibatkan 144 peserta (72 kasus dan 72 kelompok kontrol) di Kecamatan Buntu Malangka, Kabupaten Mamasa. Bayi yang ibunya tidak menyusui secara eksklusif memiliki risiko 61 kali lebih tinggi mengalami stunting dibandingkan dengan bayi yang ibunya menyusui secara eksklusif, menurut korelasi statistik yang signifikan. Selain rasio peluang (OR) sebesar 61, nilai p adalah 0,00. Menghindari formula susu sama sekali dapat mengurangi risiko stunting karena ASI mengandung semua nutrisi yang dibutuhkan bayi untuk pertumbuhan dan perkembangan yang sehat. Bayi yang tidak mendapatkan ASI yang cukup berisiko mengalami stunting dan malnutrisi (Sampe et al., 2020). Diet bayi harus terdiri sepenuhnya dari ASI hingga usia enam bulan. Kebutuhan gizi bayi dapat terpenuhi sepenuhnya oleh ASI dan tidak memerlukan tambahan apa pun. Selain itu, dengan mengatur hormon, ASI membantu mengontrol rasa lapar dan metabolisme lemak pada bayi, yang pada gilirannya membantu dalam pemeliharaan berat badan dan melindungi dari stunting akibat malnutrisi. (Rosalina & Hz, 2024)

Penyedia layanan kesehatan memiliki tanggung jawab untuk mendidik pasien mereka tentang manfaat menyusui eksklusif dan perannya dalam mencegah stunting. Hal ini sesuai dengan program pelayanan masyarakat yang mengajarkan masyarakat untuk menyusui secara eksklusif di Desa Sukajadi, Soreang. Hasil program menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil meningkat setelah mengikuti pendidikan menggunakan metode selebaran. Persentase ibu hamil yang mengetahui manfaat menyusui secara eksklusif meningkat dari 80,88 persen menjadi 92,7 persen. Komponen kunci dalam memperluas pemahaman dapat berupa penggunaan media yang sesuai untuk pendidikan kesehatan. Metode penyampaian informasi yang memperhitungkan kebutuhan penerima informasi juga memainkan peran penting dalam memperluas pemahaman manusia. (Dina et al., 2023)

Model Promosi Kesehatan menyatakan bahwa ketika orang menerima pendidikan kesehatan, mereka menunjukkan perbaikan yang signifikan dalam pengetahuan dan sikap mereka terhadap kesehatan. Ada beberapa faktor intrapersonal yang mempengaruhi komitmen ibu untuk bertindak, termasuk manfaat tindakan, hambatan tindakan, kepercayaan diri, dan sikap mereka terhadap aktivitas menyusui eksklusif. (Carolyn L. Murdaugh, PhD, RN et al., 2019)

Tujuan utama adalah memastikan bahwa ibu hamil menyadari betapa pentingnya menyusui secara eksklusif sebagai cara untuk mencegah stunting, yang merupakan hal yang harus diajarkan oleh tenaga kesehatan kepada ibu hamil sejak awal kehamilan. Pendidikan kesehatan tentang manfaat menyusui eksklusif dapat membantu ibu merasa lebih percaya diri dalam kemampuan mereka untuk menyusui bayi mereka, yang pada gilirannya menyebabkan frekuensi menyusui yang lebih sering dan

periode menyusui yang lebih lama. Faktor lain yang secara signifikan memprediksi apakah seorang ibu akan benar-benar menyusui secara eksklusif adalah informasi yang diterimanya tentang manfaat menyusui selama kehamilannya. Penerapan menyusui eksklusif di negara-negara berkembang seperti Indonesia dan lainnya dapat menjadi strategi percepatan yang efektif dan efisien untuk mengurangi stunting. (Hadi et al., 2021)

Media massa dapat digunakan sebagai alat yang efektif untuk promosi menyusui namun, media massa akan menjadi paling efektif bila dikombinasikan dengan strategi intervensi lainnya Seperti kebijakan, advokasi, komunikasi interpersonal, dan mobilisasi komunitas. Ini sebagian besar disebabkan oleh fakta bahwa dukungan informasi dan emosional yang diberikan oleh pasangan, keluarga, dan petugas kesehatan tetap menjadi pengaruh terbesar bagi ibu untuk menyusui.

Pemberian edukasi ASI Eksklusif yang disertai dengan penggunaan media video dalam kegiatan PKM yang dilaksanakan di Desa Cengkong tidak hanya sekedar sebagai alat bantu, tetapi menjadi salah satu media informasi yang mempermudah pemahaman dalam penerimaan edukasi yang ingin disampaikan oleh tim PKM. Pemberian edukasi yang disertai dengan adanya video edukasi mengenai ASI Eksklusif dan Stunting memudahkan ibu hamil dalam memahami materi khususnya gambaran abstrak tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif sejak dini. Materi dan video yang diberikan pada saat edukasi ASI Eksklusif diharapkan dapat merubah perilaku ibu hamil kearah positif khususnya dalam pemberian ASI secara eksklusif. Temuan hasil PKM ini selaras dengan penelitian yang di lakukan oleh (Damayanti et al., 2023) yang menyatakan yaitu terdapat perbedaan yang signifikan pengetahuan ibu sebelum dan sesudah diberikan intervensi video edukasi asi eksklusif, selain itu (Ramadhani et al., 2024) yang menyatakan edukasi yang disertai dengan video tentang ASI eksklusif efektif menyebabkan pengetahuan pada responden wanita hamil menjadi meningkat di daerah kerja Puskesmas Kedaung Wetan.

6. KESIMPULAN

Wanita hamil di Desa Cengkong yang mengikuti program edukasi ASI eksklusif selama trimester III dapat diterima dengan baik dan antusias, Hasil kegiatan dilaporkan memiliki hasil yang sangat baik. Di antara wanita hamil trimester III yang ikut serta dalam proyek layanan masyarakat setelah mengikuti program pendidikan menyusui eksklusif, terdapat peningkatan pengetahuan baik sebesar 21,8%. Hasil kegiatan PKM ini menunjukkan bahwa proyek layanan masyarakat dapat membantu menyebarkan informasi tentang manfaat menyusui eksklusif dan perannya dalam mencegah stunting. Edukasi ASI Eksklusif ini diharapkan dapat dilaksanakan secara berkelanjutan dan kedepannya dapat menjadi salah satu model program edukasi bagi penyelia layanan kesehatan karena edukasi ini sangat penting guna membentuk perilaku positif dalam pemberian Asi Eksklusif yang dimulai sejak masa kehamilan sampai ibu melahirkan bayinya, oleh karena itu untuk keberkelanjutan kegiatan PKM, maka kegiatan edukasi dilaksanakan secara berkala dengan materi lainnya terkait gizi pada masa kehamilan termasuk upaya memperlancar ASI serta penyegaran kader posyandu dengan harapan kedepannya kegiatan ini dapat dijadikan sebagai salah satu strategi

alternatif untuk mengatasi stunting yang dimulai sejak masa kehamilan di Desa Cengkong.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, L., & Rahmawati, D. (2021). Hubungan Pendapatan Keluarga dengan Kejadian Stunting. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 4(1), 30. <https://doi.org/10.35473/ijm.v4i1.715>
- Beal, T., Tumilowicz, A., Sutrisna, A., Izwardy, D., & Neufeld, L. M. (2018). A review of child stunting determinants in Indonesia. *Maternal and Child Nutrition*, 14(4), 1-10. <https://doi.org/10.1111/mcn.12617>
- Carolyn L. Murdaugh, PhD, RN, F., Mary Ann Parsons, PhD, RN, F., & Nola J. Pender, PhD, RN, F. (2019). *Nursing Practice Standard For Nursing Practice Standard. October 2019*, 1-22.
- Damayanti, S., Pahlawan, J., Aceh Barat, K., Kunci, K., Eksklusif, A., & Edukasi, V. (2023). Efektivitas Video Edukasi ASI Eksklusif Terhadap Pengetahuan Ibu. *Best Jurnal*, 6(2), 934-940.
- Dewi, D. L., Rahayu, S., Putri, N. R., & Nugrahaeni, I. K. (2021). ASI eksklusif suatu upaya pencegahan kejadian stunting: A literature review. *Journal of Midwifery Science: Basic and Applied Research*, 3(2), 46-50. <http://ejournal.poltekkessmg.ac.id/ojs/index.php/JOMISBAR>
- Dina, R. A., Mustaqimah, M., Mustafidiyah, N. H., Khawariz, M., Fadhillah, M. H., Dewanthi, S. A., Elyas, U. Z., Rahmawati, A. D., Raiyardhi, Y., Istiqomah, N., & Lingga, R. K. B. (2023). Edukasi Praktik Pemberian ASI Eksklusif Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Baduta. *Abdimas Galuh*, 5(1), 831. <https://doi.org/10.25157/ag.v5i1.10082>
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. (2023). *Percepatan Penurunan Stunting Provinsi Jawa Barat Tahun 2023*. 1, 23.
- Hadi, H., Fatimatasari, F., Irwanti, W., Kusuma, C., Alfiana, R. D., Ischaq Nabil Asshiddiqi, M., Nugroho, S., Lewis, E. C., & Gittelsohn, J. (2021). Exclusive breastfeeding protects young children from stunting in a low-income population: A study from eastern indonesia. *Nutrients*, 13(12), 1-14. <https://doi.org/10.3390/nu13124264>
- Himawati, E. H., & Fitria, L. (2020). Hubungan Infeksi Saluran Pernapasan Atas dengan Kejadian Stunting pada Anak Usia di Bawah 5 Tahun di Sampang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 15(1), 1. <https://doi.org/10.26714/jkmi.15.1.2020.1-5>
- Kemendes RI. (2019). Buku Saku Kader Pintar Cegah Stunting. In *Universitas Nusantara PGRI Kediri* (Vol. 01).
- Kemendes RI. (2025). *Survei Status Gizi Indonesia* (Vol. 333, Issue 1).
- Lestari, E. D., Hasanah, F., & Nugroho, N. A. (2018). Correlation Between Non-Exclusive Breastfeeding And Low Birth Weight To Stunting In Children. *Paediatrica Indonesiana*, 58(3), 123-127. <https://doi.org/10.14238/pi58.3.2018.123-7>
- Meliyana, E. (2023). *Asi Eksklusif, MP ASI Dan Stunting*. 57-78.
- Mishra, N., Salvi, S., Lyngdoh, T., & Agrawal, A. (2020). Low lung function in the developing world is analogous to stunting: a review of the evidence. *Wellcome Open Research*, 5, 147. <https://doi.org/10.12688/wellcomeopenres.15929.1>
- Rahayu, D., Fresty Africia, Zauhani Kusnul H, & Erwin Yektiningsih. (2023). Exclusive Breast Feeding As an Effort To Overcome Stunting in Toddlers

- With the Family Empowerment Strategy Approach. *Journal for Quality in Women's Health*, 6(2), 120-126. <https://doi.org/10.30994/jqwh.v6i2.226>
- Ramadhani, S., Sitoayu, L., Fitri, Y. P., Ismawati, Y., & Ronitawati, P. (2024). Edukasi Melalui Video Meningkatkan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang ASI Eksklusif. *Jurnal Riset Gizi*, 12(2), 240-249.
- Rosalina, S., & Hz, H. (2024). *Determinan Stunting pada Anak Balita di Kelurahan 1 Ulu Palembang STIK Bina Husada , Indonesia Angka Prevalensi Stunting di Sumatera Selatan berdasarkan Data SGGI 2021 berada memperoleh gambaran distribusi dan proporsi dari semua variabel yang diteliti , . 8(1).*
- Rossi Septina, Yenny Puspitasari, Ratna Wardani, & Leli Mauli Rohmah. (2024). Edukasi Pentingnya ASI Eksklusif dan MP-ASI Dalam Mencegah Stunting. *JURPIKAT (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 5(3), 737-746. <https://doi.org/10.37339/jurpikat.v5i3.1798>
- Sampe, S. A., Toban, R. C., & Madi, M. A. (2020). *Hubungan Pemberian ASI Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Pendahuluan. 11(1), 448-455. https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.314*
- Sandjojo, E. putro. (2017). *Buku Saku Desa Dalam Penanganan Stunting. In Buku Saku Desa Dalam Penanganan Stunting.*
- Sumarni, N., Rosidin, U., Purnama, D., Shalahuddin, I., & Witdiawati. (2024). Edukasi Pentingnya Pemberian Asi Eksklusif Dan Pemantauan Rutin Di Posyandu Mampu Mencegah Anak Dari Stunting Pada Ibu Yang Memiliki Bayi Dan Balita DI RW 20 Kelurahan Kota Wetan Kabupaten Garut. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 15(1), 37-48.
- UNICEF. (2019). *Evaluation Report of United Nation Maternal and Child Stunting Reduction Program In Three Target Districts In Sindh Pakistan (Issue November). www.thevisiontomorrow.com*
- WHO. (2019). *Reducing Stunting In Children: Equity Considerations For Achieving The Global Nutrition Targets 2025.*