

**PENYULUHAN ASI, MPASI, STUNTING DI KELURAHAN RAJABASA BANDAR
LAMPUNG****Hetti Rusmini^{1*}, Vita L. Ayuningsih², Anggunan³, Aswan Jhonet⁴, Neno
Fitriyani Hasbie⁵, Zulfian⁶**

Fakultas Kedokteran Umum Universitas Malahayati Bandar Lampung

Email: vitalstr_03@yahoo.co.id

ABSTRAK

Air Susu Ibu (ASI) adalah cairan yang diciptakan khusus oleh Tuhan yang keluar langsung dari payudara seorang ibu untuk bayinya. Pemberian ASI Eksklusif merupakan proses pemberian makan pada bayi yang berupa ASI saja tanpa makanan tambahan lain hingga bayi berumur 6 bulan. Makanan Pendamping ASI (MPASI) merupakan makanan atau minuman yang mengandung zat gizi yang diberikan kepada bayi atau anak usia 6-24 bulan secara bertahap sesuai dengan usia serta kemampuan pencernaan bayi guna memenuhi kebutuhan gizi selain ASI. *Stunting* merupakan keadaan indeks tinggi badan menurut umur di bawah minus dua standar deviasi berdasarkan standar WHO. *Stunting* merupakan manifestasi jangka panjang faktor konsumsi diet berkualitas rendah, penyakit infeksi berulang, dan lingkungan. Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ASI, MPASI, dan Stunting. Metode yang digunakan adalah metode Simposium diikuti dengan demonstrasi artinya lebih dari 2 presentan menjelaskan materi ASI, MPASI dan Stunting diikuti dengan tindakan peragaan memasak MPASI yang benar. Hasil dan kesimpulan dari kegiatan ini adalah terdapat peningkatan pengetahuan ibu tentang ASI, MPASI, dan Stunting setelah dilakukan penyuluhan. Saran Ibu harus memberikan asi eksklusif selama 6 bulan setelahnya dilakukan MPASI dan juga dilakukan pencegahan stunting dimulai dari awal kehamilan sampai 2 tahun.

Kata Kunci : ASI, MPASI, Stunting**ABSTRACT**

Breastmilk is a the milk produced by the breast of mother which created specially by God. Exclusive breastfeeding is the process of feeding a baby only from breastmilk without other supplementary food until baby is 6 month. MPASI, complementary food to breast milk, is food or drink containing nutrients, given to babies or infants aged 6-24 months, and given in stages according to the age and digestive capacity of the babies or infants to meet their nutritional needs other than breast milk. *Stunting* was a state of height-for-age index below minus two standard deviation based on WHO standard. *Stunting* was a long-term manifestation of low-quality dietary factor, recurrent infectious diseases, and environment. Community service activities are carried out to increase knowledge and understanding ASI, MPASI, and Stunting. The method used is the Symposium method followed by words of more than 2 presentations explaining the material of breastfeeding, complementary foods and stunting followed by a demonstration of proper complementary cooking. The result of this activity is an increase in the

knowledge of mothers about breastfeeding, complementary foods, and stunting after counseling. Suggestion, mothers should provide exclusive breastfeeding for 6 months after which complementary feeding and stunting prevention should be done starting from the beginning of pregnancy until the 2nd year.

Keywords : ASI, MPASI, Stunting

1. PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) adalah cairan yang diciptakan khusus oleh Tuhan yang keluar langsung dari payudara seorang ibu untuk bayinya. ASI diciptakan sesuai dengan kebutuhan bayi yang dilahirkan oleh seorang ibu. ASI adalah makanan terbaik bagi bayi, pemberian ASI Eksklusif merupakan proses pemberian makan pada bayi yang berupa ASI saja tanpa makanan tambahan lain hingga bayi berumur 6 bulan (Kurniawan B, 2013). Jenis ASI terbagi menjadi 3 yaitu kolostrum, ASI masa peralihan dan ASI mature. Kolostrum adalah susu yang keluar pertama, kental, berwarna kuning dengan mengandung protein tinggi dan sedikit lemak. ASI mengandung banyak antibodi and sel darah putih yang sangat membantu melindungi bayi dari berbagai infeksi. Selain itu ASI juga kaya akan Omega 3, suatu asam lemak yang sangat penting untuk memenuhi kebutuhan perkembangan otak hingga bayi berumur 6 bulan. ASI mengandung karbohidrat, protein, lemak, multivitamin, air, kartinin dan mineral secara lengkap yang sangat cocok dan mudah diserap secara sempurna dan sama sekali tidak mengganggu fungsi ginjal bayi yang sedang dalam tahap pertumbuhan. Komposisi ASI dipengaruhi oleh stadium laktasi, ras dan keadaan nutrisi (Yusrina A dan Shrimarti R D,. 2016).

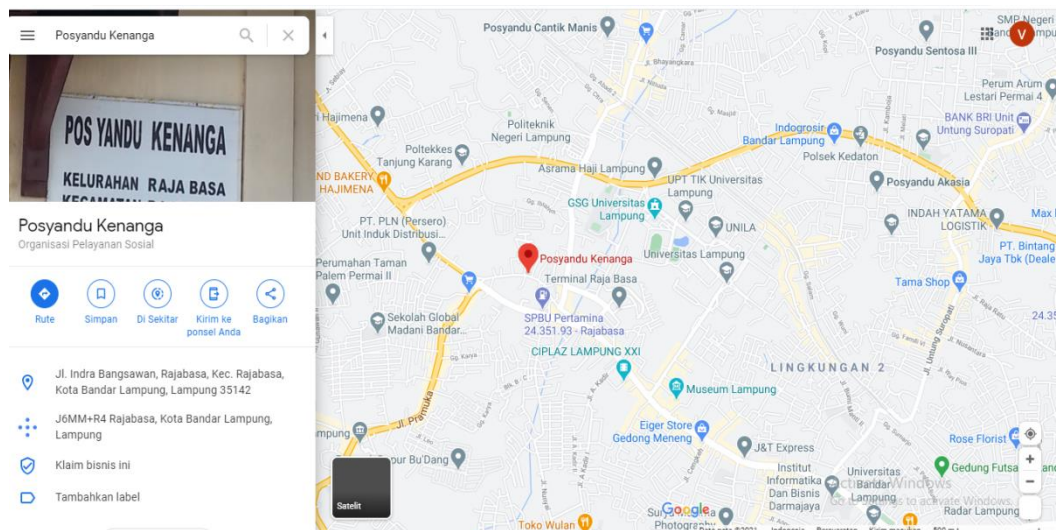
Makanan Pendamping ASI (MPASI) merupakan makanan atau minuman yang mengandung zat gizi yang diberikan kepada bayi atau anak usia 6-24 bulan secara bertahap sesuai dengan usia serta kemampuan pencernaan bayi guna memenuhi kebutuhan gizi selain ASI. MPASI dibutuhkan karena pada usia 6-24 bulan, ASI hanya menyediakan $\frac{1}{2}$ kebutuhan gizi bayi, dan pada usia 12-24 bulan, ASI menyediakan $\frac{1}{3}$ dari kebutuhan gizinya (IDAI, 2015). Selain itu, pada usia ini perkembangan bayi juga sudah cukup siap untuk menerima makanan lain sehingga MPASI harus diberikan pada saat bayi berusia enam bulan. Menurut Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012, MPASI yang tepat sejak usia enam bulan dan meneruskan pemberian ASI sampai usia dua tahun merupakan pola pemberian makan terbaik untuk bayi sejak lahir sampai anak berusia dua tahun (Marjan A.Q, dkk. 2019).

Stunting atau malnutrisi kronik merupakan bentuk lain dari kegagalan pertumbuhan. Stunting merupakan gangguan pertumbuhan linear yang disebabkan adanya kekurangan asupan zat gizi secara kronis dan atau penyakit infeksi kronis maupun berulang yang ditunjukkan dengan nilai Z-Score tinggi badan menurut usia (TB/U) kurang dari -2 standar deviasi berdasarkan standar WHO (WHO, 2010). *Stunting* merupakan manifestasi jangka panjang faktor konsumsi diet berkualitas rendah, penyakit infeksi berulang, dan lingkungan. Hal ini disebabkan usia bayi di bawah dua tahun merupakan masa yang amat penting sekaligus masa kritis dalam proses tumbuh kembang anak baik secara fisik maupun kecerdasan. Selain itu, usia 6 bulan sampai dengan 24 bulan merupakan masa rawan pertumbuhan bagi bayi dan anak. Hal itu didukung oleh data hasil Riskesdas tahun 2013 yang menunjukkan bahwa prevalensi balita kurus dan prevalensi balita pendek, masing-masing sebesar 12,1% dan 37,2%, sedangkan hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) tahun 2016 menunjukkan bahwa prevalensi

stunting pada balita sebesar 27,5%, balita kurus 8,0%, balita sangat kurus 3,1%, dan balita risiko kurus 22,8%. Untuk mengatasi hal tersebut, pemberian makanan pendamping air susu ibu (MPASI) pada saat yang tepat dapat menjadi salah satu solusi yang akan sangat bermanfaat bagi pemenuhan kebutuhan gizi dan tumbuh kembang anak. Kurang gizi pada bayi bukan semata-mata disebabkan oleh kekurangan pangan. Beberapa faktor lain yang menjadi penyebab ialah pemberian MPASI yang tidak adekuat dan penyapihan yang terlalu cepat (Setiawan E, dkk., 2018).

2. MASALAH

Alasan kami memilih tempat kegiatan karena di kelurahan rajabasa adalah tempatnya cukup luas dan memadai. Selain itu, pada hari tersebut terdapat jadwal posyandu kenanga yang tempatnya bersebelahan dengan kelurahan sehingga ibu dan bayi atau balita yang akan datang dan periksa ke posyandu dekat dengan tempat terlaksananya penyuluhan. Selain itu, masih terdapat beberapa kasus *stunting* di rajabasa dan masih banyak masyarakat yang belum mengerti dan paham tentang pentingnya Asi dan Mipasi pada bayi. Dan tujuan khusus dari penyuluhan singkat ini adalah ibu yang mempunyai bayi/balita mengetahui, memahami dan mempraktikkan pentingnya Asi, Mipasi, dan bagaimana *stunting* dapat terjadi sekaligus pencegahan *stunting* pada anak.



Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

3. METODE PELAKSANAAN

a. Tujuan Persiapan

Tahap persiapan dari kegiatan tersebut adalah pembuatan pre planning, persiapan penyajian leaflet, pre test, post test, mainan anak/ edukasi, tempat dan alat-alat lainnya disiapkan di Kelurahan Rajabasa. Pembuatan leaflet dimulai pada hari Minggu 20 Desember 2020, pada tanggal 21 Desember 2020 dilakukan pengecekan untuk persiapan penyuluhan.

- b. Tahap Pelaksanaan
Kegiatan pengabdian pada masyarakat dengan metode Simposium diikuti dengan demonstrasi artinya lebih dari 2 presentan menjelaskan materi ASI, MPASI dan Stunting diikuti dengan tindakan peragaan memasak MPASI yang benar. Pada penyuluhan ini kami mengumpulkan ibu yang memiliki anak batita dan balita di Kelurahan Rajabasa yang dibantu oleh pihak Puskesmas Rajabasa Indah dan Ibu Kader Posyandu Kenanga. Penyuluhan ini kami mulai dengan menyebarkan lembar pre test pada sebelum materi yang dipaparkan dimaksudkan untuk mengetahui seberapa jauh pengetahuan ibu mengenai judul yang kami angkat kemudian di evaluasi kembali tingkat pengetahuan ibu dengan menggunakan lembar postest setelah materi dipaparkan. Selanjutnya diadakan sesi *doorprize* bagi ibu yang dapat menjawab pertanyaan dari presentan dengan membagikan bahan pokok memasak MPASI diharapkan peserta dapat memasak bahan tersebut dengan benar.
- c. Evaluasi
 - I. Struktur
Peserta hadir sebanyak 12 orang Ibu yang memiliki bayi. Setting tempat sudah sesuai dengan rencana yang dibuat dan perlengkapan yang dilakukan untuk penyuluhan sudah tersedia dan sudah digunakan sebagaimana mestinya. Penggunaan bahasa yang digunakan sudah komunikatif dalam penyampaianya, para ibu dapat memahami materi yang sudah disampaikan tim pengabdian masyarakat dan dapat memfasilitasi audiensi selama berjalannya penyuluhan.
 - II. Proses
Pelaksanaan kegiatan pukul 10.00 s/d 12.00 WIB. Sesuai dengan jadwal yang telah direncanakan.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan oleh mahasiswa fakultas kedokteran yang terdiri dari : Vegy Arief Wahyuni (17310296), Vina Putri Anisya (17310299), Virlyyya Andiny Saecarlyawaty (17310300), Vita Lestari Ayuningsih (17310301), Vivi Diah Permatasari (17310302), Wahyu Dharmawan Fatahilih (17310303), Widiastri Khoerotunnisa (17310304), Willana Hazhima Ginandjar (17310305), Winda Kusuma Wardhani (17310306), Windy Agustina Dewi (17310307), Windy Kurniatiani (17310308).

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat berlangsung dengan lancar dan penuh antusias. Dapat terlihat pada daftar hadir peserta ibu beserta balitanya masing-masing berjumlah 11 orang. Selain itu, Pada pelaksanaannya peserta menyimak dengan baik penjelasan mengenai ASI,MP-ASI,STUNTING. Setelah menyimak materi yang diberikan, para peserta paham bahwa pemberian ASI Eksklusif merupakan proses pemberian makan pada bayi yang berupa ASI saja tanpa makanan tambahan lain hingga bayi berumur 6 bulan, peserta juga paham bagaimana tanda-tanda pelekatan yang benar serta 5 posisi menyusui yang mudah diikuti, MP-ASI yang baik adalah mp-asi yang kaya energi, protein, mikronutrien, mudah dimakan anak, disukai anak, berasal dari bahan makanan lokal dan terjangkau, serta mudah disiapkan. Selain itu, ibu-ibu yang memiliki balita juga sangat antusias untuk mengetahui bagaimana tahap persiapan memulai MP-ASI dan bagaimana memilih menu tunggal untuk si buah hati dan Stunting merupakan keadaan indeks tinggi badan menurut umur di bawah minus

dua standar deviasi berdasarkan standar WHO. Stunting merupakan manifestasi jangka panjang faktor konsumsi diet berkualitas rendah, penyakit infeksi berulang, dan lingkungan. Suasana di tempat pelatihan semakin menarik ketika para ibu sangat beratusias untuk memberikan pertanyaan. Pertanyaan yang banyak muncul antara lain seputar mengapa pada tanda-tanda pelekatan yang benar dagu bayi harus menempel pada payudara ibu, apakah obesitas termasuk stunting dan bagaimana cara mengatasinya serta apakah stunting dapat diobati. Dengan demikian, dapat diindikasikan bahwa para peserta penyuluhan yang ada di Aula Kantor Kelurahan Rajabasa Kota Bandar Lampung menyambut positif kegiatan pengabdian.

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat

No	Tahapan pengabdian	Kegiatan	Hasil
1	Pengenalan program	Mendatangi tempat tujuan yaitu kelurahan Raja Basa kemudian menyerahkan surat tugas pengabdian kepada masyarakat dari LPPM kepada Lurah.	Petugas kelurahan mengumumkan kepada para ibu-ibu yang memiliki balita bahwa akan diadakan pengenalan ASI, MP-ASI, dan STUNTING.
2	Koordinasi program	Menentukan waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan.	Kegiatan dilaksanakan pada hari Selasa 22 Desember 2020 di aula kelurahan Raja Basa.
3	Pelaksanaan kegiatan	Pengenalan dan pelatihan ASI, MP-ASI dan STUNTING kepada para ibu yang memiliki balita.	Ibu - ibu yang memiliki balita sangat berantusias ingin mengetahui tentang ASI, MP- ASI, STUNTING.
4	Evaluasi dan pembuatan Laporan	Evaluasi dan Pembuatan laporan	Laporan pelaksanaan kegiatan.

Hasil uji spss dari *pre test* dan *post test* dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre test	.258	12	.026	.818	12	.015
Post test	.197	12	.200*	.869	12	.064

Berdasarkan hasil uji normalitas didapatkan nilai $p > 0,05$ sehingga dapat dikatakan bahwa data tidak terdistribusi normal sehingga untuk menentukan apakah terdapat peningkatan antara pengetahuan ibu sebelum dan setelah menerima penyuluhan maka uji yang digunakan yaitu uji Wilcoxon.

Tabel 3. Hasil *pre test* dan *post test* menggunakan uji Wilcoxon

	Pre test - Post test
Z	-2,699
Asymp. (2-tailed)	0,007

Berdasarkan hasil analisa menggunakan uji Wilcoxon didapatkan nilai $p < 0,05$ sehingga dapat dikatakan terdapat peningkatan antara pengetahuan ibu sebelum dan setelah menerima penyuluhan (Notoatmodjo, S., 2018).



Gambar 2. Sesi pemberian materi dan pre-post test

5. KESIMPULAN

Air Susu Ibu (ASI) adalah cairan yang diciptakan khusus oleh Tuhan yang keluar langsung dari payudara seorang ibu untuk bayinya. ASI diciptakan sesuai dengan kebutuhan bayi yang dilahirkan oleh seorang ibu. Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) adalah makanan atau minuman yang mengandung zat gizi yang diberikan pada bayi atau anak usia 6-24 bulan guna memenuhi kebutuhan gizi selain ASI. Para ibu yang memiliki bayi diharapkan dapat memberikan MP-ASI dengan memperhatikan unsur AFATVAH (Age, Frequency, Amount, Texture, Variety, Active Responsive, Hygiene). Sehingga dalam pelatihan ini diharapkan masyarakat paham kaitannya umur, frekuensi pemberian makan pada bayi, tekstur yang benar, macam-macam bahan makanan, serta cara menjaga makanan agar tetap higienis. MP-ASI yang baik adalah MP-ASI yang kaya energi, protein, mikronutrien, mudah dimakan anak, disukai anak, berasal dari bahan makanan lokal dan terjangkau, serta mudah disiapkan. *Stunting* merupakan keadaan indeks tinggi badan menurut umur di bawah minus dua standar deviasi berdasarkan standar WHO. Untuk mengatasi hal tersebut, pemberian makanan pendamping air susu ibu (MPASI) pada saat yang tepat dapat menjadi salah satu solusi yang akan sangat bermanfaat bagi pemenuhan kebutuhan gizi dan tumbuh kembang anak. Kurang gizi pada bayi bukan semata-mata disebabkan oleh kekurangan pangan. Beberapa faktor lain yang menjadi penyebab ialah pemberian MPASI yang tidak adekuat dan penyapihan yang terlalu cepat. Berdasarkan hasil analisa menggunakan uji Wilcoxon didapatkan nilai $p < 0,05$

sehingga dapat dikatakan terdapat peningkatan antara pengetahuan ibu sebelum dan setelah menerima penyuluhan.

Kegiatan pengabdian seperti ini dapat dilakukan secara rutin baik di lokasi yang sama maupun di lokasi yang berbeda dengan sasaran masyarakat yang benar-benar membutuhkan pelayanan kesehatan.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI). (2015). Rekomendasi Praktik Pemberian Makan Berbasis Bukti pada Bayi dan Batita di Indonesia untuk Mencegah Malnutrisi. Unit Kerja Koordinasi Nutrisi dan Penyakit Metabolik, Ikatan Dokter Anak Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). Hasil pemantauan status gizi (PSG) dan penjelasannya tahun 2016. Jakarta: Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat Kemenkes RI.
- Kurniawan B. (2013). Determinan Keberhasilan Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif. *Jurnal Kedokteran Brawijaya*, Vol.27, No. 4, Agustus 2013. Hal 2
- Marjan A.Q, dkk. (2019). Penyuluhan Makanan Pendamping ASI pada Ibu Bayi Usia 6–24 Bulan di Puskesmas Sukmajaya. *JURNAL MITRA* Vol. 3 No. 1
- Notoatmodjo, S. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. Cetakan Ketiga ed. Jakarta: PT Rineka Citra.
- Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 33 Tahun 2012 Tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2013). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2013. Diakses: 19 Oktober 2014, dari <http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riskesdas%202013.pdf>.
- Setiawan E, dkk. (2018). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Anak Usia 24-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kecamatan Padang Timur Kota Padang Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Andalas*
- Yusrina A, Shrimarti R D. (2016). Faktor Yang Mempengaruhi Niat Ibu Memberikan Asi Eksklusif Di Kelurahan Magersari, Sidorjo. *Jurnal Promkes*, Vol. 4, No. 1
- WHO. (2010). Nutrition Landscape Information System (NLIS) Country Profile Indicators: Interpretation Guide. Switzerland: WHO press