

Edukasi Pemberian Makanan Pendamping ASI yang Tepat dalam rangka Pencegahan Stunting dengan Melibatkan Tokoh Masyarakat

Elwitri Silvia¹, Endang Sari², Welly Handayani³, Mekar Zenni Radhia⁴, Hanifa Zaini⁵

^{1,2,3,4,5}Universitas Sumatera Barat

Email : elwitri.silvia.91@gmail.com¹

Kilas Artikel

Volume 2 Nomor 2

Agustus 2022

DOI:xxx/ejpm.v%i%.xxxx

Article History

Submission: 30-07-2022

Revised: 30-07-2022

Accepted: 30-07-2022

Published: 01-08-2022

Kata Kunci:

MPASI; stunting; edukasi

Keywords:

Complementary feeding, stunting, education

Korespondensi:

Elwitri Silvia

(elwitri.silvia.91@gmail.com)

Abstrak

Stunting masih menjadi masalah bagi status kesehatan anak di Indonesia yang mempunyai dampak terhadap perkembangan kognitif anak dan bersifat *irreversible* dan dampak antar generasi sehingga tingkat produktivitas generasi penerus Indonesia diprediksi masih setengah dari potensinya. Stunting terkait dengan asupan gizi pada 1000 HPK yang berhubungan dengan pemberian makanan pendamping ASI. Periode pemberian makanan pendamping ASI merupakan kesempatan penting untuk mencegah segala bentuk kekurangan gizi pada masa kanak-kanak termasuk stunting. Edukasi tentang pemberian MPASI merupakan salah satu langkah dalam rangka penurunan kejadian stunting. Tujuan kegiatan ini adalah memberikan edukasi pemberian MPASI yang tepat dalam rangka pencegahan stunting dengan melibatkan tokoh masyarakat di Aula Nagari Tanah Datar 10 Koto, Padang Panjang. Kegiatan ini dihadiri oleh wali nagari, babinsa dan bhabinkantibmas. Peserta kegiatan adalah anggota keluarga (orang tua) yang memiliki anak usia 6-24 bulan. Kegiatan dihadiri sebanyak 28 orang. Kegiatan ini dilakukan bersamaan dengan pembagian BLT. Metode pelaksanaan dalam kegiatan edukasi kesehatan ini menggunakan metode ceramah, diskusi, tanya jawab. Media yang digunakan LCD proyektor dan leaflet. Sebelum edukasi dimulai, setiap peserta diberikan leaflet. Kegiatan edukasi dibagi dalam dua sesi. Sesi pertama adalah penyampaian materi dan sesi kedua adalah diskusi dan tanya jawab dengan peserta. Kegiatan berlangsung lancar, peserta berpartisipasi aktif selama kegiatan berlangsung.

Abstract

Stunting is still a problem for health status of children in Indonesia which has an impact on children's cognitive development and it is irreversible and has an intergenerational impact so that the productivity level of Indonesia's next generation is predicted to be still half of its potential. Stunting is related to nutritional intake in the first 1000 days of life associated with complementary feeding. The period of complementary feeding is an important opportunity to prevent all forms of childhood malnutrition including stunting. Education about complementary feeding is one of the steps in reducing stunting. The purpose of this activity is to provide education on the provision of appropriate complementary foods to prevent stunting by involving community leaders at the Nagari Tanah Datar 10 Koto Hall, Padang Panjang. This activity was attended by wali nagari, babinsa and bhabinkantibmas. Participants in the activity are family members (parents) who have children aged 6-24 months. The activity was attended



by 28 people. This activity is carried out simultaneously with the distribution of direct cash assistance. The implementation method in this health education activity uses lecture method, discussion, question and answer method. Media used are LCD projectors and leaflets. Before the education started, each participant was given a leaflet. The educational activities were divided into two sessions. The first session was the delivery of material and the second session was a discussion and question and answer session with the participants. The activity went smoothly, participants actively participated during the activity.

1. PENDAHULUAN

Indonesia adalah negara dengan beban malnutrisi yang tinggi termasuk stunting (UNICEF/WHO/The World Bank, 2018). Berdasarkan data Kementerian Kesehatan kejadian stunting pada anak usia dibawah 5 tahun masih tetap tinggi yaitu 30,8%. The World Bank menyatakan keberhasilan Indonesia dalam mengurangi kejadian stunting lebih buruk dibandingkan dengan negara berpenghasilan menengah keatas lainnya dan negara disekitarnya. Mengingat tingginya prevalensi stunting dan dampaknya terhadap perkembangan kognitif anak maka tingkat produktivitas generasi penerus Indonesia diprediksi masih setengah dari potensinya (World Bank Group, 2020). Oleh karena itu, penganggulan stunting pada anak tetap menjadi komitmen utama pemerintah yang ditegaskan dalam Tujuan Pembangunan Menengah Indonesia 2015-2019 dan 2020-2024 (Kementerian PPN/Bappenas, 2014, 2020).

Stunting terkait dengan kualitas asupan gizi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) anak. Stunting jarang terjadi pada awal masa bayi karena masih ASI eksklusif, namun karena praktik pemberian makanan pendamping yang tidak tepat dan permintaan nutrisi yang lebih tinggi maka terjadi peningkatan risiko gangguan pertumbuhan linier seiring bertambahnya usia anak (Ricci & Becker, 1996).

Periode pemberian makanan pendamping ASI merupakan kesempatan penting untuk mencegah segala bentuk kekurangan gizi pada masa kanak-kanak termasuk stunting (United Nations Children's Fund (UNICEF), 2020). Pemberian MPASI sering dilakukan secara tidak tepat, kualitas gizi yang tidak mencukupi, waktu pemberian yang terlalu dini atau terlalu lambat maupun jumlah dan frekuensi yang tidak tepat sehingga mengakibatkan terjadinya defisit gizi dini yang terkait dengan gangguan jangka panjang dalam pertumbuhan dan kesehatan anak (Bhandari & Chowdhury, 2016). Pemberian MPASI sejak usia 6 bulan sudah terselenggara, namun evaluasi terhadap penerapan pemberian MPASI yang tepat masih kurang mendapat perhatian sehingga target yang diharapkan dalam pemberian MPASI dalam menurunkan kejadian stunting belum tercapai dengan baik.

Berdasarkan survey pendahuluan yang telah dilakukan pada 20 orang ibu yang mempunyai anak usia 6-24 bulan di Kota Padang Panjang, didapatkan bahwa 80% ibu memberikan tekstur yang terlalu encer saat pemberian MPASI usia 6-8 bulan; 55% ibu memberikan MPASI tunggal selama 1-2 minggu pertama pemberian MPASI dengan alasan masih perlunya pengenalan pada sistem pencernaan bayi; 85% ibu memberikan porsi buah dan sayur yang melebihi dari ketentuannya; 65% ibu tidak menerapkan pemberian MPASI secara *responsive feeding* dan 35% ibu menggunakan garam himalaya yang tidak mengandung yodium yang dibutuhkan oleh anak. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat penerapan dan pemahaman yang salah terkait pemberian MPASI. Masih sedikitnya informasi yang didapatkan tentang pengetahuan dan praktik pemberian MPASI terutama keragaman makanan serta pola makan yang diterapkan oleh ibu yang mempunyai anak usia 6-24 bulan terutama pada masa pandemi Covid-19, kehidupan new normal telah mengubah dan berdampak pada beberapa aspek kehidupan individu dan keluarga.



Menanggapi permasalahan diatas dan pentingnya memperhatikan ketepatan dalam pemberian MPASI demi mewujudkan generasi yang berkualitas, maka kami berinisiatif melakukan kegiatan edukasi tentang ketepatan pemberian Makanan Pendamping ASI dalam rangka pencegahan stunting pada orang tua yang mempunyai anak usia 6-24 bulan dengan melibatkan tokoh masyarakat. Pelibatan tokoh masyarakat sangat penting demi keberhasilan edukasi kesehatan.

2. METODE

Kegiatan edukasi tentang pemberian MPASI yang tepat ini dilakukan di Aula Nagari Tanah Datar 10 Koto Padang Panjang. Sebelum melakukan kegiatan ini, kami telah berkoordinasi dengan Wali Nagari setempat mengenai waktu yang tepat dalam memberikan edukasi. Setelah dilakukan diskusi, diputuskan bahwa pemberian edukasi akan dilaksanakan bersamaan dengan pembagian BLT (Bantuan Langsung Tunai) yang diselenggarakan pada tanggal 28 Maret 2022. Metode pelaksanaan dalam kegiatan edukasi kesehatan ini menggunakan metode ceramah, diskusi, tanya jawab. Media yang digunakan LCD proyektor dan leaflet. Sebelum edukasi dimulai, setiap peserta diberikan leaflet. Media ini memudahkan peserta dalam memahami materi yang disampaikan dan juga mengingat kembali materi tentang pemberian MPASI yang tepat.

Keberhasilan kegiatan ini diukur dengan antusias para peserta yang mengikuti kegiatan, adanya respon positif dari pihak wali nagari, babinsa dan bhabinkamtibmas. Evaluasi untuk mengetahui sejauh mana peserta tersebut memahami dan mampu mendeskripsikan bagaimana melakukan pemberian MPASI yang tepat dengan bahan baku yang mudah didapat yang berada disekitar lingkungan tempat mereka berada.

3. HASIL & PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi kesehatan tentang pemberian MPASI yang tepat ini diikuti oleh orang tua atau keluarga yang memiliki anggota keluarga (anak) usia 6-24 bulan dan dihadiri oleh Wali Nagari, babinsa (Bintara Pembina Desa) dan bhabinkamtibmas. Seluruh peserta yang hadir berjumlah 28 orang. Kegiatan ini diawali dengan kata sambutan dari Wali Nagari, Babinsa dan dilanjutkan dengan edukasi tentang pemberian MPASI yang tepat. Setelah kegiatan edukasi selesai, kemudian dilanjutkan dengan pembagian BLT. Kegiatan edukasi dibagi dalam dua sesi. Sesi pertama adalah penyampaian materi dan sesi kedua adalah diskusi dan tanya jawab dengan peserta.

Kegiatan berlangsung lancar, peserta berpartisipasi aktif selama kegiatan berlangsung. Hal ini ditunjukkan dengan peserta memperhatikan materi yang disampaikan, membaca leaflet yang diberikan dan mengajukan pertanyaan mengenai materi yang belum dipahami setelah dilakukan penyampaian materi. Kegiatan evaluasi dilakukan dengan memberikan beberapa pertanyaan kepada peserta dan peserta mampu menjawab dengan benar.

Dibawah ini terdapat leaflet dan dokumentasi yang dibagikan saat melakukan kegiatan edukasi tentang pemberian MPASI yang tepat di Aula Nagari Tanah Datar 10 Koto Padang Panjang.



Elwitri Silvia, Endang Sari, Welly Handayani, Mekar Zenni Radhia, Hanifa Zaini
Edukasi Pemberian Makanan Pendamping ASI yang Tepat dalam rangka Pencegahan Stunting dengan Melibatkan Tokoh Masyarakat

USIA, PERKEMBANGAN ANAK, DAN TAHAPAN MPASI			
	PERKEMBANGAN ANAK	TEKSTUR MPASI	BANYAKNYA MPASI PER PORSI
0-6 BULAN	<ul style="list-style-type: none"> Pada usia 4-6 bulan: - Menunjukkan respon membuka mulut ketika sendok didekatkan - Dapat memindahkan makanan dari sendok ke mulut 		Kebutuhan energi dan nutrisi bayi dapat terpenuhi seluruhnya oleh Air Susu Ibu
6-9 BULAN	<ul style="list-style-type: none"> - Bayi dapat memindahkan makanan dari satu sisi mulut ke sisi lainnya - Gigi depan bayi mulai tumbuh - Bayi dapat menelan makanan dengan tekstur yang lebih kental 	PUREE (SARING) MASHED (LUMAT)	2-3 kali makan besar dan 1-2 kali makan selingan 3 sendok makan hingga setengah mangkuk ukuran 250ml
9-12 BULAN	<ul style="list-style-type: none"> - Bayi dapat merapatkan bibir ketika disuapi untuk membersihkan sisa makanan di sendok - Bayi dapat menggigit makanan dengan tekstur lebih keras, sejalan dengan tumbuhnya gigi 	MINCED (CINCANG HALUS) CHOPPED (CINCANG KASAR) FINGER FOODS	3-4 kali makan besar dan 1-2 kali makan selingan Setengah mangkuk ukuran 250ml
12-23 BULAN	<ul style="list-style-type: none"> - Dapat beradaptasi dengan segala macam tekstur makanan, namun belum dapat mengunyah secara sempurna - Mulai beradaptasi dengan segala menu makanan yang diberikan, termasuk makanan keluarga 	MAKANAN KELUARGA	3-4 kali makan besar dan 1-2 kali makan selingan Tiga perempat hingga satu mangkuk penuh ukuran 250ml

Catatan :
Energi yang dibutuhkan dari MPASI pada usia 6-8 bulan = 200 kkal/hari; 9-12 bulan = 300 kkal/hari; 12-23 bulan = 550 kkal/hari

UKK Nutrisi dan Penyakit Metabolik Ikatan Dokter Anak Indonesia



Gambar 1. Leaflet Dan Kegiatan Edukasi Tentang Pemberian MPASI

4. KESIMPULAN

Pelaksanaan edukasi kesehatan tentang pemberian MPASI yang tepat berlangsung lancar dan mendapatkan respon positif baik dari pihak walinagari, babinsa, bhabinkamtibmas maupun dari peserta edukasi. Harapan kami, semoga dengan pemberian edukasi ini dapat membantu orang tua dalam memberikan MPASI yang tepat kepada anak usia 6-24 bulan karena pemberian MPASI yang tepat sebenarnya bisa dilakukan dengan memanfaatkan bahan baku ekonomis yang ada disekitar kita. Pemberian MPASI yang tepat juga berhubungan dengan perkembangan anak, tekstur MPASI, frekuensi MPASI dan banyaknya MPASI per porsi. Semoga dengan edukasi ini dapat berkontribusi dalam penurunan kejadian stunting di wilayah Tanah Datar 10 Koto, Padang Panjang. Kami berharap kegiatan edukasi ini dapat berlanjut dengan pembentukan Kelas MPASI bagi ibu-ibu yang mempunyai anak usia kecil dari 24 bulan.



Literasi: Jurnal Pengabdian pada Masyarakat is licensed under a Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License. All Rights Reserved e-ISSN 2775-3301

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada Wali Nagari Tanah Datar 10 Koto, Padang Panjang, Babinsa, Bhabinkamtibmas serta masyarakat yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Bhandari, N., & Chowdhury, R. (2016). *Infant and Young Child Feeding*, (December). <https://doi.org/10.16943/ptinsa/2016/48883>
- Kementerian PPN/Bappenas. (2014). *Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2015-2019* (Vol. 114). <https://doi.org/10.1088/1757-899X/114/1/012081>
- Kementerian PPN/Bappenas. (2020). *Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional 2020-2024*.
- Ricci, J. A., & Becker, S. (1996). Risk factors for wasting and stunting among children in Metro Cebu, Philippines. *American Journal of Clinical Nutrition*, 63(6), 966-975. <https://doi.org/10.1093/ajcn/63.6.966>
- UNICEF/WHO/The World Bank. (2018). *Joint Child Malnutrition Estimates - 2018 edition*. Retrieved from <https://data.unicef.org/resources/levels-and-trends-in-child-malnutrition-2018/>
- United Nations Children's Fund (UNICEF). (2020). *Improving Young Children's Diets During The Complementary Feeding Period. UNICEF Programming Guidance*.
- World Bank Group. (2020). *Spending Better to Reduce Stunting in Indonesia : Findings from a Public Expenditure Review*. Retrieved from <https://openknowledge.worldbank.org/handle/10986/34196>

