

## **SOSIALISASI PEMBERIAN MAKANAN PENDAMPING ASI (MP-ASI) YANG TEPAT SEBAGAI SALAH SATU UPAYA PENCEGAHAN *STUNTING* (Studi Kasus Masyarakat Desa Ciseureuheun Kecamatan Cigeulis Kabupaten Pandeglang)**

**Imas Rohmawati<sup>1)</sup>**

<sup>1)</sup>Jurusan Agroekoteknologi Fakultas Pertanian Universitas Sultan Ageng Tirtayasa  
e-mail : [imas.rohmawati@untirta.ac.id](mailto:imas.rohmawati@untirta.ac.id)

### **Abstrak**

Kejadian stunting atau balita pendek merupakan salah satu masalah gizi yang dialami oleh balita di dunia saat ini, termasuk di Indonesia. Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021, angka prevalensi stunting di Indonesia sebesar 24,4% pada tahun 2021 atau menurun sekitar 3,3% dari angka 27,7% pada tahun 2019. Meskipun ada penurunan angka prevalensi, namun angka tersebut masih jauh dari standar yang ditetapkan WHO yaitu < 20%. Salah satu penyebab stunting adalah kurangnya asupan gizi yang tepat sejak dari dalam kandungan maupun setelah lahir. Salah satu cara pemenuhan gizi yang baik terutama pada bayi adalah dengan pemberian makanan pendamping ASI (MPASI) yang tepat. Tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan informasi dan pengetahuan mengenai pemberian makanan pendamping ASI (MPASI) yang tepat kepada ibu-ibu yang memiliki anak usia ampai 2 tahun, dan juga wanita usia produktif di Desa Ciseureuheun. Metode yang dilakukan adalah sosialisasi dan evaluasi. Evaluasi dilakukan melalui *pre-test* sebelum materi sosialisasi diberikan dan *post-test* setelah materi sosialisasi diberikan. Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa hanya 25% dari 40 peserta (10 orang) yang sudah memahami mengenai MPASI yang tepat, sedangkan hasil *post-test* yaitu setelah materi sosialisasi diberikan menunjukkan kenaikan jumlah peserta yang memahami tentang MPASI yaitu sebanyak 34 orang (85%). Sosialisasi tentang pemberian MPASI yang tepat perlu diadakan secara rutin, agar pengetahuan para ibu tentang pemberian MPASI dapat terus meningkat dan diharapkan dapat berkontribusi dalam pencegahan stunting di Indonesia.

***Kata kunci : stunting, MPASI, Desa Ciseureuheun***

### **1. PENDAHULUAN**

Kecukupan gizi dan pangan merupakan salah satu faktor terpenting dalam mengembangkan kualitas sumber daya manusia, sebagai indikator keberhasilan pembangunan suatu bangsa. Saat ini Indonesia masih menghadapi permasalahan gizi yang berdampak serius terhadap kualitas sumber daya manusia (SDM). Salah satu masalah kekurangan gizi yang masih cukup tinggi di Indonesia adalah pendek (*stunting*). *Stunting* adalah gangguan tumbuh kembang yang

dialami anak akibat gizi buruk, infeksi berulang, dan stimulasi psikososial yang tidak memadai (WHO, 2015). *Stunting* juga diartikan sebagai kondisi tinggi badan seseorang lebih pendek dibanding tinggi badan orang lain pada umurnya (yang seusia) (Rahayu *et al.*, 2018).

Kejadian stunting atau balita pendek merupakan salah satu masalah gizi yang dialami oleh balita di dunia saat ini, termasuk di Indonesia. Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021, angka prevalensi

stunting di Indonesia sebesar 24,4% pada tahun 2021 atau menurun sekitar 3,3% dari angka 27,7% pada tahun 2019 (Kemenkes RI, 2021). Meskipun ada penurunan angka prevalensi, namun angka tersebut masih jauh dari standar yang ditetapkan WHO yaitu < 20%. Sehingga stunting masih menjadi permasalahan yang serius dan harus segera ditanggulangi. Dampak stunting dapat terjadi pada perkembangan kognitif, motorik, dan verbal anak yang menjadi tidak optimal. Pada masa yang akan datang, anak-anak yang mengalami stunting memiliki resiko lebih tinggi mengalami obesitas dan penyakit lainnya (Pusdatin, 2018).

Penyebab stunting diketahui karena kurangnya asupan yang diserap oleh tubuh, baik asupan sejak dalam kandungan maupun setelah lahir. Asupan yang kurang akan menyebabkan masalah gizi buruk. Permasalahan gizi bukan hanya didasarkan oleh kemiskinan, namun juga kurangnya pengetahuan masyarakat akan pemenuhan gizi optimal. Salah satu cara pemenuhan gizi yang baik terutama pada bayi adalah dengan pemberian makanan pendamping ASI (MPASI) yang tepat. *United Nation Childrens Fund* (UNICEF) dan *World Health Organization* (WHO) merekomendasikan pemberian ASI Eksklusif pada 6 bulan pertama kehidupan dan dilanjutkan dengan pengenalan dan pemberian MPASI sampai usia 2 tahun (UNDP, 2015).

Makanan pendamping ASI (MP-ASI) adalah pemberian makanan lain sebagai pendamping ASI yang diberikan pada bayi dan anak usia 6-24 bulan. Makanan pendamping

ASI harus diberikan setelah anak berusia 6 bulan karena pada masa tersebut produksi ASI semakin menurun sehingga asupan zat gizi dari ASI tidak lagi memenuhi kebutuhan gizi anak yang semakin meningkat. Apabila terlambat dalam waktu pemberian, maka akan menyebabkan masalah gizi bagi bayi dan anak.

## 2. METODE

Kegiatan pengabdian ini dilakukan dengan bentuk sosialisasi dan evaluasi. Sosialisasi diberikan melalui metode ceramah / penyuluhan. Materi sosialisasi yang diberikan yaitu (1) Apa itu Stunting?, (2) Cara Pencegahan Stunting, (3) Definisi dan Manfaat MPASI dalam Pencegahan Stunting, (4) Pemberian MPASI yang tepat. Evaluasi dilakukan untuk mengukur tingkat keberhasilan kegiatan, yaitu melalui *pre-test* sebelum pemberian materi sosialisasi dan *post-test* setelah pemberian materi sosialisasi.

*Pre-test* dan *post-test* diberikan secara tertulis berupa pertanyaan-pertanyaan terkait materi yang diberikan. Hasil evaluasi akan dijadikan tolak ukur dalam mengukur capaian keberhasilan kegiatan dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai stunting dan MP-ASI (Notoatmodjo, 2014). Kegiatan sosialisasi dilaksanakan di Desa Ciseureuheun Kecamatan Cigeulis Kabupaten Pandeglang, yang sekaligus merupakan lokasi pelaksanaan KKM Tematik Untirta Kelompok 37.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sasaran strategis dalam kegiatan ini

adalah 40 orang ibu yang memiliki anak usia 6 bulan – 2 tahun atau wanita usia reproduktif di Desa Ciseureuheun. Kegiatan dilaksanakan di Balai Desa yang terdapat di Desa Ciseureuheun Kecamatan Cigeulis Kabupaten Pandeglang. Kegiatan pengabdian terdiri dari kegiatan sosialisasi mengenai pemberian MPASI yang tepat sebagai upaya pencegahan stunting. Evaluasi kegiatan pengabdian ini mencakup evaluasi sosialisasi. Untuk mengetahui tingkat keberhasilan sosialisasi yang diberikan, sebelum pelaksanaan diberikan *pre-test* terlebih dahulu dengan memberikan beberapa pertanyaan terkait materi kepada para peserta menggunakan lembar pertanyaan dengan pilihan jawaban benar atau salah. Selanjutnya narasumber memberikan materi tentang mengenai pemberian MPASI yang tepat sebagai upaya pencegahan stunting.

Setelah penyuluhan selesai, diberikan *post-test* dengan menggunakan lembar pertanyaan yang sama pada *pre-test*. Berdasarkan hasil *pre-test*, diketahui bahwa 75% dari peserta (30 orang) belum memahami tentang MPASI dan cara pemberian yang tepat, serta 25% dari peserta (10 orang) telah memahami dan mempunyai pengetahuan yang cukup mengenai MPASI dan cara pemberian yang tepat. Setelah dilakukan kegiatan penyuluhan, jumlah peserta yang memahami dan mengerti mengenai MPASI dan cara pemberiannya meningkat menjadi 85% (34 orang), sedangkan 15% (6 orang) masih kurang memahami.



Gambar 1. Sosialisasi pemberian makanan pendamping ASI (MPASI) di Desa Ciseureuheun

Selain *pre-test* dan *post-test*, narasumber juga mengadakan tanya jawab dan diskusi, yang mendapatkan tanggapan baik dari peserta. Hal ini membuktikan bahwa kegiatan sosialisasi dapat meningkatkan pengetahuan para peserta yaitu ibu-ibu dan wanita usia produktif di Desa Ciseureuheun mengenai pemberian MPASI serta cara pemberiannya yang tepat sebagai salah satu upaya pencegahan stunting. Penelitian yang dilakukan oleh Sari *et al* (2020) menemukan bahwa pengetahuan ibu yang lebih rendah dapat meningkatkan risiko stunting pada masa anak-anak (OR= 12,67;  $p < 0,001$ ).

Makanan Pendamping ASI (MPASI) adalah makanan dan minuman yang diberikan

kepada anak usia 6–24 bulan untuk pemenuhan kebutuhan gizinya. WHO bersama dengan Kementerian Kesehatan dan Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) telah menegaskan bahwa bayi baru lahir hingga usia 6 bulan hanya diberikan ASI saja (ASI eksklusif). Oleh karena itu, MPASI baru bisa diperkenalkan kepada bayi ketika bayi berusia 6 bulan keatas (Riksani, 2012). MPASI disebut sebagai makanan pergantian dari ASI ke makanan keluarga yang dilakukan secara bertahap baik dari jenis, frekuensi pemberian, jumlah porsi dan bentuk makanan yang disesuaikan dengan umur dan kemampuan bayi untuk mencerna makanan.

Tujuan dari pemberian MPASI adalah sebagai pelengkap zat gizi setelah pemberian ASI eksklusif, karena dengan pertambahan usia anak, maka bertambah pula kebutuhan zat gizi yang tidak terpenuhi lagi oleh ASI. Pemberian MPASI juga mengembangkan kemampuan anak untuk menerima berbagai variasi makanan dengan bermacam-macam rasa dan tekstur sehingga dapat meningkatkan kemampuan bayi untuk mengunyah, menelan, dan beradaptasi terhadap makanan baru.

Usia yang paling tepat untuk memperkenalkan MP-ASI kepada bayi adalah saat bayi berusia enam bulan. Pada umumnya kebutuhan nutrisi bayi yang kurang dari enam bulan masih dapat dipenuhi oleh ASI. Tetapi, setelah berumur enam bulan bayi umumnya membutuhkan energi dan zat gizi yang lebih untuk tetap bertumbuh lebih cepat sampai dua kali atau lebih dari itu. Selain itu pada umur

enam bulan saluran cerna bayi sudah dapat mencerna sebagian makanan keluarga seperti tepung (Nur, 2014).

Waktu pemberian MPASI yang tidak tepat dapat mengakibatkan berbagai masalah kesehatan khususnya pada pencernaan seperti diare, konstipasi infeksi usus, dan lainnya. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Nur (2014) menyatakan bahwa sebanyak 89,8% ibu yang memberikan MPASI pada waktu yang tepat, maka bayi cenderung memiliki status gizi baik, sedangkan ibu dengan pemberian MPASI yang tidak tepat waktu akan memiliki status gizi kurang yaitu sebesar 8,3%.

Hasil tersebut juga diperkuat oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Khasanah *et al* (2014) yang menyebutkan bahwa anak yang mendapatkan MPASI tidak tepat waktu pemberiannya mempunyai risiko 2,8 kali untuk menjadi stunting dengan  $z$  score  $< -2$ . Hasil ini memiliki makna bahwa kejadian stunting memiliki hubungan yang signifikan dengan waktu mulai pemberian MPASI. Permatasari *et al* (2021) juga menyatakan bahwa pola asuh pemberian makan yang rendah berisiko 6,496 kali lebih besar mengalami kejadian stunting dibandingkan balita yang memperoleh pola asuh pemberian makan yang baik.

## 1. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari kegiatan pengabdian tersebut, sosialisasi tentang pemberian MPASI yang tepat sebagai upaya pencegahan stunting perlu diadakan secara rutin, agar pengetahuan para ibu tentang

pemberian MPASI dapat terus meningkat. Meningkatnya pengetahuan para ibu tentang MPASI dan cara pemberian yang tepat diharapkan dapat berkontribusi dalam pencegahan stunting di Indonesia.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada Kepala Desa beserta staf dan warga masyarakat di Desa Ciseureuheun, serta Kelompok 37 KKM Tematik Universitas Sultan Ageng Tirtayasa Banten.

### DAFTAR PUSTAKA

[Kemenkes RI] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2021. Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Tingkat Nasional, Provinsi, dan Kabupaten/Kota Tahun 2021 [online]. <https://www.litbang.kemkes.go.id/buku-saku-hasil-studi-status-gizi-indonesia-ssgi-tahun-2021/> Diakses 18 Agustus 2022.

Khasanah, DP., Hadi H., dan Paramashanti BA. 2016. Waktu Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) Berhubungan dengan Kejadian Stunting Anak Usia 6-23 Bulan di Kecamatan Sedayu. *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia*. Vol 4(2) : 105.

Notoatmodjo, S. 2014. Ilmu Perilaku Kesehatan. Penerbit Rineka Cipta. Jakarta.

Nur, D. 2014. Hubungan Pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) dengan Status Gizi pada Anak Usia 1 – 2 Tahun di Yogyakarta. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan "Aisyiyah, Yogyakarta.

Permatasari T.A.E, Dayuningsih dan Supriyatna

N. 2021. Pengaruh Pola Asuh Pemberian Makan Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*. Vol 14(2). pp 3-11.

Pusdatin. 2018. Topik Utama: Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia. [online] <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/buletin/Buletin-Stunting-2018.pdf>

Rahayu A, Yulidasari F, Putri AO, Anggraini L. 2018. Buku Referensi *Study Guide-Stunting* dan Upaya Pencegahannya Bagi Mahasiswa Kesehatan Masyarakat. CV Mine. Yogyakarta.

Riksani, R. 2012. Variasi Olahan Makanan Pendamping ASI. Dunia Kreasi. Jakarta.

Sari, M. T., Daryanto., dan Oesmani, M. 2020. Maternal Characteristics And Knowledge On The Risk Of Childhood Stunting At Simpang Kawat Community Health Center, Jambi. The 7<sup>th</sup> International Conference on Public Health Solo, Indonesia. 279-284. <https://doi.org/10.26911/the7thicph-FP.03.32>

[UNDP] United Nations Development Program. 2015. Human Development Report 2015 Work for Human Development. United Nations Development Programme 1 UN Plaza, New York, NY 10017

[WHO] World Health Organization. 2015. Stunting in a nutshell [online] Available at : <<https://www.who.int/news/item/19-11-2015-stunting-in-a-nutshell>>. Diakses 18 Agustus 2022.