

# Upaya Pencegahan Stunting dengan Peningkatan Pengetahuan Ibu Mengenai MP-ASI di Desa Waru Kecamatan Baki Kabupaten Sukoharjo

Ahmad Fatih Nuril Anwar 1\*, Nindia Aristiya<sup>2</sup>, Airul Berkah Asisah<sup>3</sup>, Dania Novita Sari<sup>4</sup>, Korina Puspa Komala<sup>5</sup>, Lilia Andinika Shidqi<sup>6</sup>, Grishella Diandra Salsabila<sup>7</sup>, Nidia Qisti Rosmalia<sup>8</sup>, Shofi Mela Rosida<sup>9</sup>, Istika Raka Siwi<sup>10</sup>, Wiwit Setyoningsih<sup>11</sup>, Afiya Hasna Nabila<sup>12</sup>, Adisty Rose Artistin<sup>13</sup>, Nur Lathifah Mardiyati<sup>14</sup>

<sup>1, 2, 3, 4, 5, 6, 13</sup> Keperawatan/Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

<sup>7, 8, 9, 10, 11, 12, 14</sup> Ilmu Gizi/ Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

\*Email: j210190148@student.ums.ac.id

## Abstrak

### Keywords:

Balita; MP-ASI; Penyuluhan; Pengetahuan; Stunting.

**Latar belakang:** Stunting adalah gangguan tumbuh kembang yang disebabkan oleh kekurangan asupan gizi yang tidak sesuai dengan kebutuhan yang dialami anak dibawah usia 2 tahun atau 1000 hari sejak lahir. Angka prevalensi stunting di Indonesia sebesar 24,4% pada tahun 2021 dan sebanyak 12 balita di Desa Waru Kecamatan Baki Kabupaten Sukoharjo berisiko mengalami stunting dan 1 balita termasuk kategori stunting berdasarkan perhitungan Z-Score TB/U. Salah satu upaya untuk menurunkan prevalensi stunting adalah dengan meningkatkan pengetahuan ibu tentang MP-ASI. Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) adalah makanan pendamping yang diberikan kepada anak mulai usia 6 bulan di samping pemberian asi eksklusif agar mencukupi kebutuhan gizi sehingga memaksimalkan tumbuh kembang anak. Kegiatan penyuluhan dan demo memasak mengenai MP-ASI ini dilakukan karena salah satu permasalahan kesehatan yang terdapat di desa Waru kecamatan Baki kabupaten Sukoharjo adalah stunting. **Tujuan:** Untuk mengetahui pengaruh program peningkatan pengetahuan ibu balita tentang MP-ASI dan untuk mencegah stunting di desa Waru Kecamatan Baki Kabupaten Sukoharjo. **Metode:** Metode pelaksanaan yang digunakan yaitu berupa penyuluhan dan demo memasak mengenai MP-ASI untuk mencegah stunting. **Hasil dan Pembahasan:** Hasil dari penyuluhan ini adalah terjadinya peningkatan pengetahuan ibu balita mengenai MP-ASI, diperoleh nilai rata-rata pre-test sebesar 82,00 dan naik menjadi sebesar 87,14 serta terdapat perbedaan pengetahuan ibu balita mengenai MP-ASI sebelum dan sesudah penyuluhan dengan nilai p-value sebesar 0,045 (<0,05). **Kesimpulan:** Kegiatan penyuluhan mengenai MP-ASI diterima dengan baik oleh masyarakat dan meningkatkan pengetahuan ibu balita di desa Waru kecamatan Baki kabupaten Sukoharjo mengenai MP-ASI.

**Kata kunci:** Balita; MP-ASI; Penyuluhan; Pengetahuan ; Stunting.

### Abstract

**Background:** Stunting is a growth and development disorder caused by a lack of nutritional intake that is not in accordance with the needs experienced by children under the age of 2 years or 1000 days from birth. The stunting prevalence rate in Indonesia is 24.4% in 2021 and as many

as 12 toddlers in Waru Village, Baki District, Sukoharjo Regency are at risk of stunting and 1 toddler is included in the stunting category based on the Z-Score TB/U calculation. One of the efforts to reduce the prevalence of stunting is to increase mother's knowledge about complementary feeding. Weaning food (MP-ASI) are complementary foods given to children starting at the age of 6 months in addition to exclusive breastfeeding in order to meet nutritional needs to maximize child growth. The counseling activities and cooking demonstrations regarding MP-ASI were carried out because one of the health problems in Waru village, Baki sub-district, Sukoharjo district, was stunting. **Purpose:** This study aims to determine the effect of the program to increase the knowledge of mothers under five about MP-ASI and prevent stunting in Waru Village, Baki District, Sukoharjo Regency. **Methods:** The implementation method used is counseling and cooking demonstrations regarding MP-ASI to prevent stunting. **Results and Discussion:** The result of this counseling is an increase of mother's knowledge about MP-ASI, the average pretest score is 82.00 and the post-test average is 87.14 and there fund a difference between mothers' MP-ASI knowledge before and after counseling with  $p\text{-value}=0.045$  ( $<0,05$ ). **Conclusion:** Extension activities regarding MP-ASI were well received by the community and increased mothers' knowledge in Waru village, Baki sub-district, Sukoharjo district regarding MP-ASI.

**Keywords:** Toddler;MP-ASI;Counseling;Knowledge;Stunting.

## 1. PENDAHULUAN

Stunting adalah gangguan tumbuh kembang yang disebabkan oleh kekurangan asupan gizi yang tidak sesuai dengan kebutuhan sehingga, menyebabkan pertumbuhan anak tidak sesuai dengan usianya. Gangguan pertumbuhan tersebut disebabkan oleh kesalahan dalam pemberiannutrisi berupa energi, karbohidrat, protein, dan beberapa zat gizi lainnya. Stunting yang terjadi pada janin hingga anak usia dua tahun dapat menyebabkan peningkatan angka kematian dan menurunkan sistem imun pada bayi dan anak (Surya Gustina, et al., 2018).

Tingkat pengetahuan dan pendidikan ibu juga merupakan faktor penyebab keterlambatan tumbuh kembang pada anak. Pemahaman ibu tentang pola asuh dan pemenuhan kebutuhan zat gizi untuk diri sendiri maupun anak yang kurang menyebabkan anak mengalami gizi kurang serta dapat menyebabkan stunting (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Gangguan tumbuh kembang pada anak dapat dicegah salah satunya dengan

pemberian makanan pada anak yang baik dan benar. Pengetahuan ibu tentang gizi dapat membantu meningkatkan status gizi anak dalam mencapai pertumbuhan yang optimal. Anak-anak yang stunting lebih mungkin mengalami masalah kesehatan fisik dan mental. Akibatnya, tidak semua anak tumbuh dan berkembang seiring bertambahnya usia, bahkan ada yang mengalami kecacatan dan kelainan (Saragih et al, 2013). Angka prevalensi stunting di Indonesia sebesar 24,4% pada tahun 2021. Angka tersebut terhitung masih tinggi dibandingkan dengan batas yang ditetapkan WHO yaitu 20%. Diharapkan pada tahun 2024, angka prevalensi stunting turun hingga 14%. (Kemendikbud, 2022).

Sebanyak 12 balita di Desa Waru Kecamatan Baki Kabupaten Sukoharjo berisiko mengalami stunting dan 1 balita termasuk kategori stunting berdasarkan perhitungan Z-Score TB/U. Dari data yang didapatkan, salah satu faktor penyebab balita mengalami stunting yaitu karena minimnya pengetahuan ibu tentang MP-ASI dan kandungan zat gizi yang dibutuhkan anak serta ibu balita tidak mau

membuatkan camilan sendiri untuk anaknya karena dirasa terlalu rumit. Berdasarkan uraian di atas, maka perlu dilakukan kegiatan penyuluhan tentang MP-ASI dan juga demo memasak yang bertujuan untuk menambah pengetahuan ibu balita tentang MP-ASI sehingga dapat memenuhi kebutuhan zat gizi balitanya dengan demikian, angka kejadian stunting dapat dikendalikan.

## 2. METODE

Kegiatan penyuluhan dan demonstrasi memasak ini dilakukan di halaman rumah praktek bidan desa Waru pada tanggal 30 Juli 2021. Kegiatan penyuluhan dilakukan dalam satu kali penyuluhan dan dihadiri oleh tujuh ibu balita yang diundang untuk menjadi responden. Kegiatan penyuluhan ini berupa pemberian materi mengenai MP-ASI menggunakan media lembar balik dan praktik demo memasak dengan contoh makanan ringan untuk balita usia lebih dari satu tahun.

Pertama, ibu balita diminta untuk mengisi kuesioner pre-test yang berisi beberapa pertanyaan mengenai MP-ASI, kemudian dilakukan penyuluhan mengenai MP-ASI pada ibu balita. Selanjutnya, ibu balita diminta mengisi kuesioner post-test. Setelah itu diberikan materi mengenai MP-ASI sesuai kebutuhan balita. Setelah pemberian materi, dilanjutkan dengan memasak menu selingan untuk balita usia lebih dari satu tahun. Kemudian dibuka sesi tanya jawab dan diakhiri dengan ibu balita mengisi kuesioner post-test.

Metode pelaksanaan kegiatan KKN ini dapat digambarkan dalam

Permasalahan: Balita stunting, ibu balita kurang pengetahuan mengenai MP-ASI baik secara teori maupun praktik



Solusi: Mengadakan pre-test dan post-test, pemberian materi terkait MP-ASI, praktik demo masak selingan MP-ASI usia > 1 tahun, serta tanya jawab antara ibu balita dan pemateri



Evaluasi kegiatan



Output

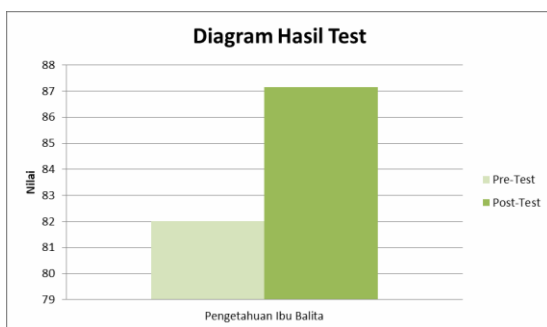
## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan dan demo memasak ini dilakukan secara langsung pada tanggal 30 Juli 2022 di halaman depan praktik bidan desa Waru. Kegiatan ini dihadiri oleh ibu kader, ibu bidan serta tujuh ibu balita, jumlah peserta penyuluhan yang hadir ini lebih sedikit dari yang seharusnya. Hal ini karena kegiatan penyuluhan dan demo masak ini dilaksanakan pada tanggal merah atau hari libur nasional yang membuat beberapa ibu balita yang diundang tidak hadir karena memiliki agenda lain.

Di awal kegiatan penyuluhan dan demo masak ini ibu balita yang hadir melakukan pre-test terlebih dahulu, kemudian dilakukan penyuluhan mengenai MP-ASI dengan menggunakan media lembar balik. Materi yang disampaikan meliputi : jenis-jenis MP-ASI, pemberian MP-ASI sesuai usia, kandungan zat gizi dalam MP-ASI, dan contoh makanan selingan MP-ASI. Setelah memberikan penjelasan mengenai MP-ASI dilakukan post-test pada ibu balita, hal ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan pengetahuan ibu balita sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan mengenai MP-ASI.

Variabel	Rata-rata nilai		p-value
	Pre-test	Post-test	
Pengetahuan MP-ASI Ibu Balita	82,00	87,14	0,045

Tabel 1. Rata-rata nilai pre-test dan post test dan hasil uji Paired Sample T-Test



Gambar 1. Diagram hasil rata-rata nilai pre-test dan post-test pengetahuan ibu balita

Perubahan rata-rata nilai pengetahuan MP-ASI ibu balita sebelum dan sesudah penyuluhan dapat dilihat pada tabel 1. Kegiatan penyuluhan mengenai jenis-jenis MP-ASI, pemberian MP-ASI sesuai usia, kandungan zat gizi dalam MP-ASI, dan contoh makanan selingan MP-ASI yang diberikan ini meningkatkan pengetahuan ibu balita secara signifikan dengan nilai  $p = 0,045$  ( $<0,05$ ). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi dan Aminah (2016), yang menyatakan jika pemberian pendidikan gizi dapat meningkatkan nilai pengetahuan ibu balita stunting.

Penyuluhan yang dilakukan ini menggunakan lembar balik sebagai media pendukung proses penyuluhan. Media lembar balik atau flipchart merupakan salah satu media visual dan media ini dipilih karena lembar balik (*flipchart*) mudah untuk dibawa dan menarik karena terdapat tulisan beserta gambar. Menurut Azizah (2014), yang paling banyak menyampaikan

informasi ke otak adalah indra penglihatan, sekitar 75% sampai 87% pengetahuan manusia diperoleh dari indra penglihatan.

Kegiatan penyuluhan yang diberikan dapat meningkatkan pengetahuan ibu mengenai Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) pada balita 6 - 24 bulan. Ibu yang sering mendapatkan informasi kesehatan mengenai gizi, maka semakin baik pengetahuan yang ibu miliki mengenai pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) untuk anak. Salah satu cara meningkatkan pengetahuan gizi dapat dilakukan dengan melakukan penyuluhan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan serta didukung dengan pihak terkait. Dengan meningkatnya pengetahuan ibu mengenai MP-ASI maka semakin membaik pula pertumbuhan anak (Gibney, et al., 2009).

### 3.1. Penyuluhan MP-ASI

Penyuluhan MP-ASI dilakukan dengan tujuan untuk memberikan pengetahuan mengenai makanan pendamping ASI yang berguna untuk mempertahankan kecukupan gizi pada balita, penyuluhan tentang MP-ASI yang dilakukan berisi tentang jenis-jenis MP-ASI, pemberian MP-ASI sesuai usia, kandungan zat gizi dalam MP-ASI, dan contoh makanan selingan MP-ASI.

Sebelum dilakukan penyuluhan MP-ASI, ibu balita terlebih dahulu melakukan pre-test. Pre-test berisi beberapa pertanyaan tentang MP-ASI dan pemenuhan gizi kepada balita. Hal ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan ibu terhadap pemenuhan gizi dan MP-ASI sebelum diberi penyuluhan. Selain itu pre-test dijadikan sebagai tolak ukur apakah penyuluhan yang diberikan dapat menambah pengetahuan ibu balita atau tidak.

Dari hasil yang diperoleh terjadi peningkatan pengetahuan ibu balita mengenai MP-ASI setelah diberikan penyuluhan mengenai MP-ASI. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yun Diniaty (2022), yang menyatakan adanya peningkatan



*Gambar 2. Pengisian Pre-test*

pengetahuan ibu balita mengenai MP-ASI setelah diberikan penyuluhan.



*Gambar 3. Penyuluhan Mengenai MP-ASI*

Kegiatan selanjutnya, ibu balita diberikan penyuluhan tentang MP-ASI. Selain diberikan materi, ibu balita juga diberikan kesempatan untuk bertanya dan berdiskusi apabila masih merasa kebingungan.

Kemudian setelah penyuluhan, dilakukan post test kepada ibu balita. Post test bertujuan untuk mengetahui apakah ada peningkatan pengetahuan ibu balita tentang MP-ASI setelah dilakukan penyuluhan. Karena untuk mengukur keberhasilan kegiatan penyuluhan ini salah satunya adalah adanya peningkatan pengetahuan ibu balita terhadap MP-ASI.

Pada penyuluhan ini didapatkan hasil dari nilai pre-test sebelum dilakukan penyuluhan dengan nilai post-test setelah penyuluhan dimana menunjukkan tingkat pengetahuan ibu meningkat.

### **3.2. Demo Memasak**

Kegiatan selanjutnya adalah demonstrasi memasak. Makanan yang dimasak pada sesi demo memasak ini

adalah makanan selingan untuk balita. Tujuan dilakukannya kegiatan demo memasak ini untuk memberikan contoh kepada ibu balita mengenai cara memasak makanan agar kandungan zat gizi pada makanan tidak hilang dan memberikan referensi tambahan kepada ibu balita mengenai menu selingan untuk balita yang stunting. Menu makanan selingan yang dimasak adalah 'Pom-pom Potato Telur Puyuh' yang terbuat dari bahan dasar kentang dan telur puyuh.

Tujuan lain dilakukannya demo memasak ini juga untuk membuat ibu balita semakin memahami mengenai makanan pendamping ASI yang bisa diberikan pada balita yang mengalami stunting. Dengan dilakukannya demo memasak ini diharapkan dapat membuat ibu balita menerapkan cara memasak yang baik ketika mengolah makanan. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Novianti (2011), yang menyatakan jika dibandingkan dengan melakukan kegiatan penyuluhan saja, dapat dilakukan juga metode demonstrasi karena akan memberikan efek yang lebih baik pada pengetahuan serta perilaku.



*Gambar 4. Sesi demo masak*

Alasan memilih makanan selingan ini karena kandungan gizi pada 'Pom-pom Potato Telur Puyuh'. Telur puyuh memiliki energi sebesar 168 kkal meski jumlah energi ini tidak sebanding dengan energi pada nasi tetapi dapat membantu memenuhi kebutuhan energi pada balita. Protein yang terdapat pada telur puyuh sangat baik bagi tubuh. Telur puyuh sendiri memiliki manfaat yang beragam bagi tubuh. Manfaat telur puyuh contohnya yaitu dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh pada anak, kaya



akan vitamin dan nutrisi yang akan mendorong pertumbuhan dan perkembangan. Pemberian jumlah telur puyuh dapat diberikan sesuai dengan usia, pada usia memulai MP-ASI 6 bulan hingga 12 bulan diberikan satu butir telur puyuh, dan pada usia di atas 12 bulan hingga 3 tahun dapat diberikan dua butir telur puyuh setiap harinya. Selain karena kandungan gizinya, bahan-bahan yang digunakan juga sangat mudah ditemukan serta memiliki harga yang terjangkau.



Gambar 5. Hasil demo masak

#### 4. KESIMPULAN

Kegiatan tentang penyuluhan MP-ASI ini memberikan pengetahuan serta pemahaman kepada ibu balita mengenai MP-ASI baik secara teori maupun praktik. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test terdapat peningkatan pengetahuan ibu balita mengenai MP-ASI secara teoritis. Kemudian dengan adanya praktik demo memasak dapat menambah referensi ibu balita terhadap pemberian MP-ASI kepada anak balitanya.

#### UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada Bapak Pardijo selaku Kepala Desa Waru beserta jajarannya, kepada Bapak Nur Sabiyanto selaku Pimpinan Ranting Muhammadiyah beserta jajarannya, dan kepada Bapak Hj. Muhammad Mahmudi selaku Pimpinan Cabang Muhammadiyah beserta jajarannya yang telah memberikan bimbingan serta arahan kepada penulis sehingga seluruh

rangkaian kegiatan KKN di Desa Waru III dapat terlaksana dengan baik dan lancar.

#### REFERENSI

- Azizah DL, Arief YS, Krisnana I. (2015). Media Ceramah dan Film Pendek Sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Diare Berdasar Teori Health Promotion Model (HPM). *Pedionmaternal Nursing Journal*. Vol 3(1).
- Dewi M, Aminah M. (2016). Pengaruh edukasi gizi terhadap feeding practice ibu balita stunting usia 6-24 bulan. *Indonesian Journal Human Nutrition*. Vol. 3(1):1-8.
- Gibney, M.J., et al. (2009). *Gizi Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: EGC.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- Noviati. (2011). Pengaruh Penyuluhan dengan Metode Demonstrasi dan Praktek terhadap Pengetahuan Ibu dan Asupan Gizi Balita dengan Gizi Kurang di RSPAD Gatot Subroto Jakarta. Tesis.
- Saragih, Jumaini, & Indriati. (2013). Gambaran Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Keluarga Tentang Perawatan Pasien Resiko Perilaku Kekerasan Di Rumah.
- Surya Gustina, S., Araya, W., & Jumielsa, J. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Pencegahan Stunting Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Di Kelurahan Pahandut Palangka Raya. *Dinamika Kesehatan: Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 9(2), 582-591.
- Yun Diniaty Rosidi, I. (2022). Peningkatan Pengetahuan Ibu Tentang Pemenuhan MP-ASI Bagi Balita di Desa Taraweang, Kabupaten Pangkep Increasing Mother's Knowledge About Fulfillment of MP-ASI for Toddlers in Taraweang Village, Pangkep Regency. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(1), 219-226.