

SOSIALISASI MPASI UNTUK MENCEGAH STUNTING

Nur Suhada¹, Marsya Arzeta Silviani², Adeztina Irfani Habib³, Annisa Aulia Safitri⁴, Rifqi Al Fitrah⁵, M. Zaky Alhafiz⁶, Ahmad Navfal⁷, Liara Radina⁸, Dara Natasya⁹, Tiara Natasa¹⁰, Yollanda Chayani¹¹

Universitas Riau¹

*e-mail: nursuhada@lecturer.unri.ac.id

Abstract

Stunting refers to toddlers whose height or length is below the average compared to standards. Insufficient nutritional intake is one of the causes of stunting. This issue can be addressed by providing Complementary Feeding (CF). CF is given to toddlers alongside breastfeeding to enhance their nutrition. The Kukerta Team from the University of Riau organized a socialization program on CF and stunting with the aim of reducing stunting rates and enhancing the understanding of Health Cadres, expectant mothers, and mothers with young children regarding these issues. The implementation of this program began with participation in Posyandu activities, followed by the core program of CF and stunting awareness. The activities proceeded smoothly. Through the evaluation results, it is hoped that in the future, there will be more in-depth CF and stunting awareness programs.

Keywords: Kukerta, MPASI, Socialization, Stunting

Abstrak

Stunting mengacu pada balita yang tinggi atau panjangnya di bawah rata-rata dibandingkan standar. Asupan gizi yang kurang menjadi salah satu penyebab terjadinya stunting. Permasalahan ini dapat diatasi dengan pemberian Makanan Pendamping ASI (MP). CF diberikan kepada balita bersamaan dengan pemberian ASI untuk meningkatkan gizi mereka. Tim Kukerta dari Universitas Riau menyelenggarakan program sosialisasi CF dan stunting dengan tujuan untuk menurunkan angka stunting dan meningkatkan pemahaman Kader Kesehatan, ibu hamil, dan ibu yang memiliki anak kecil mengenai permasalahan tersebut. Pelaksanaan program ini diawali dengan keikutsertaan dalam kegiatan Posyandu, dilanjutkan dengan program inti CF dan penyadaran stunting. Kegiatan berjalan dengan lancar. Melalui hasil evaluasi, diharapkan kedepannya akan ada program CF dan penyadaran stunting yang lebih mendalam.

Keywords: Kukerta, MPASI, Sosialisasi, Stunting

1. PENDAHULUAN

Masa emas tumbuh kembang seorang anak adalah 1000 hari pertama kehidupannya (HPK). Masa ini dihitung mulai dari masa kandungan hingga anak berusia 2 tahun. Pertumbuhan dan perkembangan berjalan sangat pesat dan sangat menentukan dalam masa ini. Dalam hal ini, status gizi selama 1000 HPK menentukan tumbuh kembang pada masa yang akan datang.

Dewasa ini, permasalahan gizi masih menjadi permasalahan serius yang dihadapi oleh Indonesia. Isu mengenai gangguan dalam pertumbuhan dan perkembangan pada bayi yang berusia kurang dari dua tahun merupakan hal yang memerlukan perhatian serius karena masa ini penting dalam proses tumbuh kembang anak, baik dari segi fisik maupun perkembangan kecerdasan. Selain itu, rentang usia antara 6 bulan hingga 24 bulan dianggap sebagai masa sensitif dalam pertumbuhan bagi bayi dan anak.

Stunting (anak pendek) termasuk pada permasalahan gizi yang dihadapi di Indonesia. Masalah kesehatan satu ini beresiko terhadap terjadinya kesakitan dan kematian, perkembangan otak suboptimal, sehingga mengakibatkan terlambatnya perkembangan gerak dan menghambat pertumbuhan mental. Kondisi tersebut dapat menjadi ancaman yang serius bagi anak-anak penerus bangsa. Anak dengan pertumbuhan terhambat memiliki potensi buruk dalam hal kualitas sumber daya manusia yang mana akan mengurangi kemampuan produktif suatu bangsa di masa mendatang. Stunting merupakan permasalahan kompleks yang dipicu oleh berbagai faktor. Faktor yang berasal dari individu maupun dari lingkup keluarga dapat menyebabkan terjadinya stunting. Dampak negatif yang muncul secara cepat akibat stunting meliputi gangguan pada kecerdasan intelektual, perkembangan otak, kondisi fisik, serta metabolisme tubuh anak. Jika stunting terjadi sebelum usia 6 bulan, pertumbuhan anak akan lebih terganggu, menyebabkan keterlambatan pertumbuhan yang lebih signifikan menjelang usia dua tahun. Sementara itu, dampak jangka panjang akibat stunting mencakup risiko yang lebih besar terhadap penyakit tidak menular, penurunan kesehatan secara umum, penurunan tingkat kecerdasan atau intelektual, serta prestasi pendidikan yang buruk pada masa anak-anak.

Makanan Pendamping ASI (MPASI) merupakan jenis makanan dan minuman yang diberikan bersamaan dengan pemberian ASI kepada bayi yang berusia antara 6 hingga 24 bulan. Proses pemberian MPASI dilakukan secara bertahap, disesuaikan dengan kebutuhan gizi bayi dan kesiapan sistem pencernaannya. MPASI memiliki peran penting karena pada rentang usia 6 hingga 24 bulan, ASI hanya menyediakan sekitar setengah dari kebutuhan gizi bayi. Pada usia 12 hingga 24 bulan, kontribusi ASI terhadap kebutuhan gizi bayi menjadi sekitar sepertiga (sesuai data Kementerian Kesehatan RI tahun 2014). Selain alasan tersebut, pada periode ini, perkembangan bayi telah cukup matang untuk menerima jenis makanan lain selain ASI (sesuai pedoman WHO tahun 2016), sehingga MPASI dianjurkan mulai diberikan saat bayi mencapai usia enam bulan. Menurut ketentuan Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012, memberikan MPASI yang tepat sejak usia enam bulan dan melanjutkan pemberian ASI hingga usia dua tahun dianggap sebagai pola pemberian makan terbaik bagi bayi hingga usia dua tahun. Praktik ini berdampak positif pada kesehatan dan status gizi bayi. Untuk memastikan bahwa pemberian MPASI berjalan dengan baik, penting juga memiliki pengetahuan yang memadai mengenai MPASI.

Berdasarkan panduan dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), terdapat sepuluh prinsip yang harus diperhatikan dalam memberikan Makanan Pendamping ASI (MPASI)

dengan baik. Pertama, MPASI harus diberikan pada waktu yang tepat sesuai dengan tahapan perkembangan. Selanjutnya, pemberian Air Susu Ibu (ASI) harus tetap dipertahankan bersamaan dengan MPASI. Pendekatan pemberian makan yang responsif (*responsive feeding*) juga penting untuk diterapkan. Selain itu, persiapan dan penyimpanan ASI harus dilakukan dengan cara yang aman. Kemudian, kuantitas dan komposisi gizi dari MPASI perlu disesuaikan dengan kebutuhan anak. Konsistensi, frekuensi, dan kepadatan dari makanan pendamping juga memiliki peran penting dalam memberikan MPASI yang tepat. Selanjutnya, penggunaan suplemen dan pemberian makanan saat anak sakit perlu diperhatikan dengan cermat.

Penting untuk diingat bahwa memberikan MPASI tidak boleh dilakukan secara sembarangan, karena kesalahan dalam pemberian makan pada bayi (baik itu memberi terlalu banyak, terlalu sedikit, atau jenis makanan yang tidak sesuai) dapat menyebabkan timbulnya masalah diare. Diare pada anak memiliki potensi risiko yang serius, selain mengganggu penyerapan nutrisi, juga bisa menghambat penambahan berat badan sesuai usia.

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada bulan Agustus di Posyandu Melati yang terletak di Desa Sukaramai, Kec. Tapung Hulu, Kab. Kampar. Kegiatan ini dilakukan dalam satu kali sosialisasi dan dihadiri sebanyak 30 ibu-ibu. Dalam pelaksanaannya, kegiatan ini didukung dengan penggunaan laptop untuk memproyeksikan materi yang berkaitan dengan Makanan Pendamping ASI (MPASI). Materi yang disampaikan meliputi definisi MPASI, manfaat pemberian MPASI, panduan pemberian MPASI menurut pedoman dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), komposisi yang harus dipenuhi dalam MPASI, serta panduan dan porsi yang dianjurkan dalam memberikan MPASI kepada bayi. Kegiatan ini diprioritaskan untuk ibu yang memiliki anak berusia 6-24 bulan yang hadir dalam jadwal rutin bulanan Posyandu, namun tak dipungkiri juga bahwa banyak calon ibu juga ikut mendengarkan penjelasan materi ini. Proses penyampaian materi berjalan dengan cukup baik. Selain itu, dalam rangkaian kegiatan ini, diberikan pula makanan tambahan kepada balita, berupa jeruk, telur ayam rebus, dan susu kotak.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Stunting merupakan permasalahan gizi yang bersifat kronis pada anak balita yang ditandai dengan tinggi badan anak yang lebih rendah daripada anak-anak sebaya (Yadika et al., 2019). Menurut definisi dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), stunting adalah kondisi

di mana nilai Z-score tinggi badan anak sesuai dengan usia dan berat badan (TB/U) berdasarkan standar pertumbuhan, mencapai angka kurang dari -2 standar deviasi (SD). Kegiatan penyuluhan dilakukan dengan tahapan: 1) pengecekan dan pendataan ibu dan balita. Kegiatan awal dimulai dengan berpartisipasi dalam acara Posyandu. Acara ini melibatkan dua jenis posyandu, yaitu posyandu balita dan posyandu ibu hamil. Bagian pertama dari kegiatan ini melibatkan sejumlah tugas, seperti mencatat data usia, mengukur tinggi dan berat badan, serta memberikan suplemen Vitamin A kepada balita dan bayi. Sementara itu, untuk ibu hamil, dilakukan pemeriksaan tekanan darah, pengukuran lingkaran lengan atas (*LILA*), penimbangan berat dan tinggi badan, serta penilaian kehamilan oleh bidan yang berasal dari Puskesmas setempat.

Kegiatan posyandu ini merupakan langkah awal yang penting dalam menyediakan perawatan dan pemantauan bagi anak-anak balita dan ibu hamil di komunitas. Melalui pengukuran dan pemeriksaan ini, upaya kesehatan masyarakat dapat lebih terarah dan efektif, serta membantu dalam mendeteksi masalah kesehatan yang mungkin muncul pada tahap awal. Kegiatan penyuluhan yang dilakukan berupa 1) Sosialisasi MPASI yang bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada para ibu yang memiliki balita tentang Makanan Pendamping ASI (MPASI). Melalui kegiatan ini, diharapkan ibu-ibu memahami konsep MPASI, mengenali manfaat dari memberikan MPASI, memahami panduan pemberian MPASI menurut panduan dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), memahami komposisi nutrisi yang harus ada dalam MPASI, serta mendapatkan arahan mengenai porsi dan panduan dalam memberikan MPASI kepada bayi.

Kegiatan ini dilaksanakan sebagai bagian dari inisiatif kami dalam rangka pencegahan Stunting, dengan fokus pada memberikan informasi yang relevan dan penting kepada ibu-ibu. Stunting adalah masalah pertumbuhan yang serius pada anak-anak yang dapat memiliki dampak jangka panjang pada kesehatan dan perkembangan mereka. Oleh karena itu, kami berharap bahwa melalui program sosialisasi ini, ibu-ibu akan lebih siap dan mampu memberikan asupan nutrisi yang tepat kepada anak-anak mereka sejak dini, untuk meminimalkan risiko terjadinya stunting.



Gambar 1. Sosialisasi MPASI oleh Mahasiswa Kukerta kepada ibu-ibu di Posyandu
(Sumber: Dokumen tim Kukerta)

Kegiatan sosialisasi yang dilakukan selanjutnya diberikan penguatan melalui 2) Pemberian bekal kepada ibu dan balita yang bertujuan untuk memastikan dan mendiskusikan tentang MPAS yang dikonsumsi oleh masyarakat. Kegiatan pendukung lainnya berupa 3) penyaluran makanan bergizi kepada balita dalam bentuk buah jeruk, telur ayam yang direbus, dan susu UHT dalam kemasan kotak. Selain itu, dalam situasi tertentu, tablet paracetamol juga disiapkan untuk diberikan bila diperlukan. Selanjutnya, untuk ibu-ibu yang sedang hamil, mereka akan diberikan satu kotak susu khusus yang diformulasikan untuk ibu hamil. Hal ini bertujuan untuk memberikan tambahan asupan kalsium yang sebelumnya diserap oleh janin, sehingga ibu tetap mendapatkan nutrisi yang cukup selama masa kehamilan.



Gambar 2. Pemberian Susu Ibu Hamil oleh Kader Posyandu kepada Ibu Hamil
(Sumber: Dokumen tim Kukerta)

4. KESIMPULAN

Program penyuluhan mengenai MPASI sebagai bagian dari upaya pencegahan stunting yang dijalankan oleh Mahasiswa Kukerta Universitas Riau secara langsung di Posyandu Melati memiliki tujuan utama untuk memberikan pendidikan kepada masyarakat, Pemerintah Desa, terutama para Kader Posyandu, serta ibu hamil dan ibu yang memiliki anak balita. Tujuan ini bertujuan untuk mencapai pengurangan angka stunting, terutama di Desa Sukaramai, Kecamatan Tapung Hulu, Kabupaten Kampar, dengan efektif dan tepat. Upaya pencegahan dan pengurangan angka stunting harus dilakukan dengan cara yang optimal, dan ini memerlukan dukungan dari semua sektor, baik dari pemerintah, masyarakat, maupun keluarga.

Dalam konteks ini, perhatian dari pemerintah tercermin melalui program Posyandu yang diadakan setiap bulan. Program ini memberikan kesempatan bagi setiap bayi, balita, dan anak untuk menerima imunisasi sebagai langkah pencegahan penyakit, selain juga pemberian suplemen vitamin dan komponen lainnya. Selain itu, kesadaran orang tua terhadap pentingnya asupan gizi yang baik dan Pola Hidup Bersih Sehat (PHBS) bagi anak juga merupakan faktor yang signifikan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Universitas Riau yang telah memberikan kesempatan untuk bisa melaksanakan pengabdian melalui skema Kuliah Kerja Nyata. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada kepala desa dan masyarakat Desa Sukaramai, Kecamatan Tapung Hulu, Kabupaten Kampar yang telah memberikan ruang berbagi pengetahuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Baunsele, A. B., Faofeto, A., Missa, H., Djalo, A., Ndukang, S., Nadut, A., & Sooi, A. G. (2023). Sosialisasi Pola Hidup Bersih Dan Sehat Dalam Upaya Pencegahan Stunting Di Desa Manleten Kabupaten Belu. *Aptekmas Jurnal Pengabdian pada Masyarakat*, 6(1), 31-38.
- Nauval, I. A., Ramadhani, V. M., & Zaelani, M. A. (2022). Sosialisasi Program Pencegahan Stunting Dan Gizi Buruk Oleh Kkn Universitas Islam Batik Surakarta Di Desa Cetan Kecamatan Ceper Kabupaten Klaten. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat "SIDOLUHUR"*, 2(02), 168-176
- Putri, S. F., Nabillah, N. E., Rieuwpassa, D. O., & Rahandi, A. F. (2022). Pengenalan Produk Makanan Pendamping Asi (Mpsi) Berbahan Tumbuhan Lokal Upaya Mengurangi Angka Stunting Kabupaten Malang. *Jurnal Graha Pengabdian*, 4(3), 237-246.

- Rahmiati, B. F. (2019). Upaya Perbaikan Status Gizi Balita Melalui Sosialisasi Menu MP-Asi Sesuai Usia Balita Di Kecamatan Gunungsari. *JPMB: Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Berkarakter*, 2(2), 138-145.
- Rizki, L. K., Masruroh, N., & Bhayusakti, A. (2022, January). Sosialisasi Prosedur Pemberian MPASI pada Kader Kesehatan di Kelurahan Wonokromo sebagai Upaya Menurunkan Stunting. In *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya* (Vol. 1, No. 1, pp. 613-620).