

Pendampingan Pembuatan MPASI Pada Bayi Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Puskesmas Batang Beruh Sidikalang

Nurchahaya Nainggolan¹, Marta Imelda Br. Sianturi², Hilda Yani Karo Karo³

^{1,2,3}Fakultas Kesehatan, Universitas Univeristas Audi Indonesia

*penulis korespondensi : nurchabayanainggolan00@gmail.com

Abstrak. Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan bertujuan untuk memberikan pendampingan pembuatan MPASI pada bayi sebagai salah satu upaya pencegahan stunting pada bayi/anak. Permasalahan yang dihadapi adalah banyak ibu bayi yang belum mengetahui bagaimana pembuatan MPASI yang baik dan benar yang disesuaikan dengan asupan gizi yang dibutuhkan anak di masa *Golden Age*. Hasil dari kegiatan ini adalah dimana para ibu bayi mengetahui dan memahami dengan baik tentang pembuatan MPASI baik secara teoritis maupun praktis. Sehingga ibu-ibu yang memiliki bayi dan balita dapat memahami MPASI dan bisa menerapkan dalam kehidupan sehari-hari. Kedepannya, hal ini diharapkan dapat membantu meningkatkan pengetahuan ibu-ibu yang memiliki bayi balita dalam menyiapkan MPASI sehingga ibu-ibu di Indonesia dapat berperan dalam menurunkan angka kejadian stunting.

Abstract.

The community service activities carried out aim to provide assistance in making MPASI for babies as an effort to prevent stunting in babies/children. The problem faced is that many mothers of babies do not know how to make good and correct MPASI which is tailored to the nutritional intake needed by children during the Golden Age. The result of this activity is that mothers of babies know and understand well about making MPASI both theoretically and practically. So that mothers who have babies and toddlers can understand MPASI and can apply it in their daily lives. In the future, it is hoped that this will help increase the knowledge of mothers with babies under five in preparing MPASI so that mothers in Indonesia can play a role in reducing the incidence of stunting.

Historis Artikel:

Diterima : 15 Januari 2024

Direvisi : 29 Januari 2024

Disetujui : 03 Februari 2024

Kata Kunci:

Pembuatan MPASI, Pencegahan Stunting

PENDAHULUAN

Maraknya kasus stunting akhir-akhir ini dimana angka kasus *stunting* masih cukup tinggi dan menjadi prioritas utama penanganan pemerintah kabupaten/kota yang mendukung program pemerintah pusat dalam mencapai target penurunan prevalensi *stunting* menjadi 14% pada 2024. Sebagai bentuk komitmen, Pemerintah telah menetapkan sejumlah regulasi untuk akselerasi pencapaian target penurunan *stunting*. Balita yang mengalami stunting meningkatkan risiko penurunan kemampuan intelektual, menghambatnya kemampuan motorik, produktivitas, dan peningkatan risiko penyakit degeneratif di masa mendatang. Hal ini dikarenakan anak stunting cenderung lebih rentan menjadi obesitas, karena orang dengan tubuh pendek berat badan idealnya juga rendah. Kenaikan berat badan beberapa kilogram saja bisa menjadikan Indeks Massa Tubuh (IMT) orang tersebut naik melebihi batas normal, kurangnya pengetahuan orang tua akan sangat berpengaruh pada asupan gizi anak. Oleh karenanya diperlukan upaya pencegahan terjadinya stunting pada balita baik secara langsung (intervensi gizi spesifik) maupun secara tidak langsung yang melibatkan lintas sektor dan masyarakat dalam penyediaan pangan, air bersih dan sanitasi, penanggulangan kemiskinan, pendidikan, sosial dan sebagainya.

Salah satu upaya penanganan stunting yang dapat langsung dilakukan dengan masalah gizi adalah pemberian Air Susu Ibu (ASI) dan Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI). Pada periode golden age, pemberian makanan lain sebagai pendamping ASI diberikan pada bayi atau anak mulai usia 6-24 bulan. Syarat MP-ASI yang baik adalah tepat waktu pemberian, mengandung gizi lengkap dan seimbang, dan benar cara pemberian (Anandita & Gustina, 2022).

MPASI yang baik merupakan makanan yang dapat memenuhi kebutuhan gizi sehingga bayi dan anak menjadi sehat dan dapat tumbuh kembang secara optimal (Kemenkes RI, 2011). Pengenalan dan pemberian MPASI harus dilakukan secara bertahap baik tekstur maupun jumlahnya dan harus disesuaikan dengan

kemampuan pencernaan bayi. MPASI yang tepat diharapkan tidak hanya dapat memenuhi kebutuhan gizi bayi, namun juga merangsang keterampilan makan dan pengenalan rasa pada bayi. Pemberian MPASI disarankan untuk bervariasi mulai dari tekstur bubur cair menjadi bubur kental, makanan lumat, makanan lembek dan akhirnya makanan padat (Yunita, et.al., 2019). Berkaitan dengan jenis makanan untuk MPASI disarankan untuk diberikan secara bertahap, mulai dari satu jenis makanan menjadi beberapa jenis makanan.

Hasil survei menunjukkan bahwa salah satu penyebab terjadinya gangguan tumbuh kembang bayi dan anak usia 6-24 bulan di Indonesia adalah rendahnya mutu MPASI. Hal tersebut menyebabkan kebutuhan energi dan zat mikro yang dibutuhkan, seperti zat besi (Fe) dan Seng (Zn) tidak dapat terpenuhi. Padahal, pemberian MPASI yang kurang baik dapat menyebabkan terjadinya kekurangan gizi sehingga akan mempengaruhi tumbuh kembang bayi. Di sisi lain, pemberian yang berlebih atau dengan komposisi yang salah dapat menyebabkan terjadinya kegemukan atau obesitas (Sumardillah, et.al., 2018).

Pemberian MPASI harus optimal dan dapat dikategorikan baik apabila sesuai dengan yang dianjurkan. Pada saat usia 6–24 bulan, anak belum dapat memilih makanan sendiri dan hanya pasif mendapatkan makanan yang disediakan oleh ibunya. Peran orangtua khususnya ibu sangat krusial dalam pemberian MP-ASI. Hal yang dianggap baik oleh ibu maka akan dianggap baik pula untuk diberikan kepada anaknya dan begitu pun sebaliknya. Dengan demikian, perilaku ibu dalam pemberian MPASI adalah salah satu yang dapat memengaruhi kualitas dan kuantitas asupan MP-ASI pada anaknya (Majestika, 2018).

Analisis Situasional

Mengutip data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022, diketahui bahwa telah terjadi penurunan prevalensi stunting di Provinsi Sumatera Utara dari 25,8% tahun 2021 menjadi 21,1% tahun 2022. Data itu mengemuka pada pertemuan Evaluasi Terpadu Tim Percepatan Penurunan Stunting (TPPS) Provinsi Sumatera Utara dengan lokus pada enam kabupaten/kota, berlangsung di Medan pada tanggal 15 November 2023. Enam kota dan kabupaten yang menjadi lokus evaluasi adalah Kota Medan, Serdang Bedagai, Batubara, Dairi, Pakpak Bharat, dan Simalungun (Rasyid, 2023).

Maka dalam hal ini permasalahan stunting bukan hanya tanggung jawab kementerian kesehatan saja, namun pemerintah provinsi sampai pemerintah desa sekalipun ikut serta mengambil peran dalam upaya pencegahan kasus stunting ini. Hal ini sangat penting dalam upaya melihat korelasi dan implementasi kebijakan public tentang stunting di desa. Berdasarkan besarnya dampak yang ditimbulkan pada balita stunting dan masih tingginya kasus stunting di Indonesia khususnya di kabupaten Dairi yang mana menjadi salah satu lokus Evaluasi Terpadu Tim Percepatan Penurunan Stunting (TPPS) Provinsi Sumatera Utara, Tim Pengabdian Masyarakat Fakultas Kesehatan Universitas Audi Indonesia melakukan pendampingan pembuatan MPASI pada bayi yang bertujuan sebagai upaya pencegahan, serta penurunan kasus stunting. Bentuk pengabdian masyarakat melalui kesehatan berupa upaya promotif sekaligus preventif dengan pemberian pendampingan mengenai MPASI. Pemberian pendampingan pembuatan MPASI dilaksanakan di Puskesmas Batang beruh Dairi, jumlah bayi usia 6- 24 bulan sebanyak 30 bayi/anak. Target yang ingin dicapai dalam kegiatan ini sebanyak 18 ibu dengan indikator keberhasilan diukur dari semakin baiknya tumbuh kembang anak dilihat dari kurva berat badan dan tinggi badan dalam buku KIA (Kesehatan Ibu dan Anak).

SOLUSI PERMASALAHAN MITRA

Berdasarkan observasi dan diskusi langsung antara tim pelaksana pengabdian kepada masyarakat dan mitra diperoleh beberapa hal yang menjadi solusi dalam permasalahan mitra yaitu secara langsung memberikan pendampingan pembuatan MPASI. Oleh karena itu, penguatan pendampingan pembuatan MPASI yang difokuskan untuk meningkatkan pengetahuan para orang tua betapa pentingnya menjaga asupan gizi balita bahkan pada saat kehamilan untuk mencegah stunting.

METODE

Metode yang digunakan dalam Pendampingan Pembuatan MPASI Pada Bayi Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Puskesmas Batang Beruh Sidikalang adalah metode ceramah, demonstrasi dan sesi tanya jawab.

Metode Evaluasi

Evaluasi dilakukan pada akhir sesi kegiatan. Evaluasi diberikan dengan mengumpulkan data yang diperoleh dari masing-masing kegiatan melalui penyebaran kuesioner keseluruhan peserta pendampingan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun hasil kegiatan adalah sebagai berikut :

Tabel 1 : Hasil Pencapaian Akhir

Unsur	Pra Sosialisasi	Pasca Sosialisasi	Uraian	Persentase (%)
Pelatihan Pendampingan Pembuatan MPASI Pada Bayi Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Puskesmas Batang Beruh Sidikalang	Belum mengetahui dan memahami dengan baik tentang pembuatan MPASI baik secara teoritis maupun praktis	Mengetahui dan memahami dengan baik tentang pembuatan MPASI baik secara teoritis maupun praktis	Memberikan pendampingan pembuatan MPASI baik secara teoritis maupun praktis	100%

Pembahasan

Kegiatan pelatihan secara keseluruhan berjalan dengan baik dan lancar, semua perencanaan dapat terealisasi. Banyak hal positif dapat diperoleh dengan diadakannya pelatihan ini, yakni ibu bayi yang menjadi peserta dapat mengetahui dan memahami pembuatan MPASI yang baik dan benar.

Pendampingan terlaksana secara interaktif dan para peserta juga sangat antusias, hal ini dibuktikan dengan banyaknya pertanyaan dari beberapa peserta. Pendampingan berjalan lancar dengan dukungan terutama dari pihak Universitas Audi Indonesia. Berdasarkan kegiatan pengabdian yang telah dilaksanakan, diperoleh hasil dimana para ibu bayi mengetahui dan memahami dengan baik tentang pembuatan MPASI baik secara teoritis maupun praktis.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat ini adalah dengan mengadakan dan terselesaikan Pendampingan Pembuatan MPASI Pada Bayi Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Puskesmas Batang Beruh Sidikalang. Dari hasil pendampingan dimana para ibu bayi mengetahui dan memahami dengan baik tentang pembuatan MPASI baik secara teoritis maupun praktis. Sehingga ibu-ibu yang memiliki bayi dan balita dapat memahami MPASI dan bisa menerapkan dalam kehidupan sehari-hari. Kedepannya, hal ini diharapkan dapat membantu meningkatkan pengetahuan ibu-ibu yang memiliki bayi balita dalam menyiapkan MPASI sehingga ibu-ibu di Indonesia dapat berperan dalam menurunkan angka kejadian stunting.

UCAPAN TERIMAKASIH

Kami dari Tim Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) mengucapkan terimakasih kepada Fakultas Kesehatan Universitas Audi Indonesiayang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk mendukung kami dalam melaksanakan kegiatan PKM sebagai salah satu Tri Dharma di Perguruan Tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Anandita, M. Y. R., & Gustina, I. 2022. Pencegahan Stunting Pada Periode Golden Age Melalui Peningkatan Edukasi Pentingnya MPASI. *Jurnal Ilmiah Pengabdian pada Masyarakat*, 1(2), 79–86
- Kemenkes RI. 2011. *Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak*. Jakarta: Direktorat Bina Gizi
- Majestika, S. 2018. *Status Gizi Anak Dan Faktor Yang Mempengaruhi*. Edisi ke-1. Yogyakarta: UNY Press
- Rasyid, N. (2023, November 16). *Walau Prevalensi Stunting Turun di Sumut, Masih Ada 5 Kabupaten dengan prevalensi di atas 30%*. Retrieved from Keluarga Indonesia: <https://keluargaindonesia.id/2023/11/16/walau-prevalensi-stunting-turun-di-sumut-masih-ada-5-kabupaten-dengan-prevalensi-di-atas-30>
- Sumardilah, DS, et.al. 2018. Pelatihan Pembuatan MPASI Who Berbasis Pangan Lokal Bagi Kader Posyandu Dan Ibu Baduta Di Desa Sidosari. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sakai Sambayan*. 2(2)
- Yunita FA, et.al. 2019. Model Pemberdayaan Ibu Balita Tentang MPASI Di Kelurahan Wonorejo Kabupaten Karanganyar. *Placentum Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*. 7(1)