
PENYULUHAN ASI EKSKLUSIF CEGAH *STUNTING* ANAK UMUR 2-3 TAHUN DI PUSKESMAS PEMARON**Zahrotun Nisa' Setyoputri¹⁾, Lutfia Pristia Zelin²⁾, Ismi Arianal Haq³⁾**¹ Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Brebes
zahrotunnisasetyoputri@gmail.com² Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Brebes
lutfiahprstazelin@gmail.com³ Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Brebes
ismiarialhaq@gmail.com**Abstrak**

Gizi merupakan salah satu masalah kesehatan di Indonesia. Salah satu masalah gizi adalah *stunting*. *Stunting* merupakan masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. *Stunting* pada masa balita perlu mendapat perhatian khusus termasuk pada anak usia 2-3 tahun. Usia 2-3 tahun merupakan usia anak mengalami perkembangan yang pesat dalam kemampuan kognitif dan motorik. Dalam hal ini kami melakukan penyuluhan tentang pemberian ASI Eksklusif Cegah *Stunting* Pada Anak Umur 2-3 Tahun Di Puskesmas Pamaron. Tujuannya untuk memberikan informasi dan meningkatkan pengetahuan ibu tentang Hubungan pemberian ASI eksklusif dengan kejadian *stunting* pada anak umur 2-3 tahun. Penyuluhan tentang ASI Eksklusif Cegah *Stunting* Pada Anak Umur 2-3 Tahun dilakukan dengan metode ceramah dan demonstrasi. Kegiatan "Penyuluhan ASI Eksklusif Cegah *Stunting* Pada Anak Umur 2-3 Tahun Di Puskesmas Pamaron" dapat meningkatkan pengetahuan tentang pengertian *stunting*, faktor penyebab *stunting*, ASI Eksklusif, Kandungan ASI, Manfaat ASI Eksklusif, dan faktor-faktor yang mempengaruhi produksi ASI.

Kata Kunci: ASI Eksklusif, *Stunting*

Nutrition is one of the health problems in Indonesia. One of the nutritional problems is stunting. Stunting is a problem of chronic malnutrition caused by insufficient nutritional intake over a long period of time due to the provision of food that is not in accordance with nutritional needs. Stunting during toddlerhood needs special attention, including children aged 2-3 years. The age of 2-3 years is the age when children experience rapid development in cognitive and motor skills. In this case, we provide counseling about providing exclusive breastfeeding to prevent stunting in children aged 2-3 years at the Pamaron Health Center. The aim is to provide information and increase mothers' knowledge about the relationship between exclusive breastfeeding and the incidence of stunting in children aged 2-3 years. Counseling about Exclusive Breastfeeding to Prevent Stunting in Children Aged 2-3 Years is carried out using lecture and demonstration methods. The activity "Exclusive Breastfeeding Counseling to Prevent Stunting in Children Aged 2-3 Years at the Pamaron Health Center" can increase knowledge about the meaning of stunting, factors that cause stunting, exclusive breastfeeding, breast milk content, benefits of exclusive breastfeeding, and factors that influence breastfeeding production.

Keywords: Exclusive breastfeeding, *Stunting***PENDAHULUAN**

Gizi merupakan salah satu masalah Kesehatan di Indonesia. Salah satu masalah gizi adalah *stunting*. *Stunting* merupakan masalah kurang gizi kronis yang disebabkan

oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. *Stunting* terjadi mulai janin masih dalam kandungan dan baru nampak saat anak berusia dua

tahun. Kekurangan gizi pada usia dini meningkatkan angka kematian bayi dan anak, menyebabkan penderitanya mudah sakit dan memiliki postur tubuh tak maksimal saat dewasa. Kemampuan kognitif para penderita juga berkurang, sehingga mengakibatkan kerugian ekonomi jangka panjang bagi Indonesia (*Millennium Challenga Account* Indonesia, 2014)

Stunting pada balita perlu menjadi perhatian khusus karena dapat menghambat perkembangan fisik dan mental anak. Stunting berkaitan dengan peningkatan risiko kesakitan dan kematian serta terhambatnya pertumbuhan kemampuan motorik dan mental. Balita yang mengalami stunting memiliki risiko terjadinya penurunan kemampuan intelektual, produktivitas, dan peningkatan risiko penyakit degeneratif di masa mendatang. Hal ini dikarenakan anak stunting juga cenderung lebih rentan terhadap penyakit infeksi, sehingga berisiko mengalami penurunan kualitas belajar di sekolah dan berisiko lebih sering absen. Stunting juga meningkatkan risiko 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. Keadaan overweight dan obesitas yang terus berlangsung lama akan meningkatkan risiko kejadian penyakit degenerative (Purwandini K, 2013)

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Picauly (2013:3) dengan judul Analisis determinan dan pengaruh stunting terhadap prestasi belajar anak sekolah di Kota Kupang dan Sumba Timur, Propinsi Nusa Tenggara Timur mengungkapkan bahwa terdapat indikasi stunting berpengaruh terhadap prestasi belajar anak. Siswa yang stunting lebih banyak memiliki prestasi belajar yang kurang, sementara siswa yang non stunting lebih banyak memiliki prestasi belajar yang baik.

Data UNICEF (United Nations International Children's Emergency Fund), tahun 2011 ada 165 juta (26%) balita dengan stunting di seluruh dunia. Indonesia

termasuk dalam 5 negara dengan angka balita stunting tertinggi yaitu ada 7,5 juta balita (World Bank, 2016)

Alat untuk menentukan balita mengalami stunting atau tidak adalah table WHO (World Health Organization) berdasarkan Baku Rujukan WHO-NCHS (World Health Organization - National Center for Health Statistics) dan cara menilai status gizi dengan menggunakan kaidah Z-score yang tercantum dalam Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor: 1995/MENKES/SK/XII/2010 Tentang Standar Antropometri Penilaian Stantus Gizi Anak. Stunting ini dapat disebabkan oleh faktor langsung maupun tidak langsung. Penyebab langsung dari kejadian stunting salah satunya adalah asupan gizi. Stunting dapat dicegah dengan beberapa hal seperti memberikan ASI Eksklusif memberikan makanan yang bergizi sesuai kebutuhan tubuh, membiasakan perilaku hidup bersih, melakukan aktivitas fisik, untuk menyeimbangkan antara pengeluaran energi dan pemasukan zat gizi kedalam tubuh, dan memantau tumbuh kembang anak secara teratur (*Millennium Challenga Account Indonesia*, 2014)

Pemerintah Indonesia juga mengeluarkan keputusan baru Menkes sebagai penerapan kode etik WHO. Keputusan tersebut mencantumkan soal pemberian ASI eksklusif (Permenkes no 450/Menkes/SK/2004). eran bidan sesuai Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No.1464/Menkes/Per/X/2010 tentang izin dan penyelenggaraan praktik bidan pada pasal 11 disebutkan bahwa peran bidan memiliki wewenang dalam pelayanan kesehatan anak salah satunya adalah pemantauan tumbuh kembang bayi, anak balita dan anak pra sekolah dan pemberian konseling dan penyuluhan. Pemantauan tumbuh kembang salah satunya adalah tinggi badan anak yang diukur di Posyandu 1 bulan sekali. Penyuluhan yang diberikan bidan salah satunya adalah ASI Eksklusif serta melakukan pendampingan pada ibu dari sebelum kehamilan sampai anak balita

hal ini dapat memantau pemberian ASI Eksklusif (Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia, 2010)

Kebijakan global (WHO dan UNICEF) dan kebijakan nasional merekomendasikan pemberian ASI eksklusif sejak lahir sampai umur 6 bulan, kemudian diberikan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) sejak berumur 6 bulan dan meneruskan pemberian ASI selama 2 tahun. Indonesia memiliki komitmen untuk melaksanakan “Deklarasi Innoceti” tahun 1990 yang menyatakan bahwa setiap Negara diharuskan memberikan perlindungan dan dorongan kepada ibu, agar berhasil memberikan ASI eksklusif kepada bayinya (Maryunani, 2012)

Laporan Dinas kesehatan Kabupaten Brebes jumlah kejadian stunting tahun 2020, jumlah balita yang mengalami stunting adalah 1,28% atau 770 balita. Puskesmas Pamaron menduduki urutan ke 2 yaitu 5,41% dimana jumlah balita stunting di Puskesmas Pamaron.

IDENTIFIKASI MASALAH

Laporan di Puskesmas Pamaron Kabupaten Brebes diperoleh data pada tahun 2020 dari 1.592 balita yang dilakukan pengukuran tinggi badan sejumlah 979 balita (61,5%) dalam kategori pendek dan sangat pendek 53 balita (5,41%). Hal ini menunjukkan bahwa stunting masih cukup tinggi sehingga perlu adanya suatu penanganan lebih lanjut agar tidak berdampak buruk pada perkembangan anak selanjutnya. Data cakupan ASI Eksklusif pada balita 0-6 bulan di Puskesmas Pamaron Kabupaten Brebes selama tahun 2020 didapatkan 75,83%. Data diatas juga menunjukkan bahwa cakupan ASI Eksklusif juga belum 100% yang kemungkinan berkaitan dengan kejadian stunting pada balita.

METODELOGI PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan pada program pengabdian kepada masyarakat ini disusun secara sistematis : 1. Tahap Persiapan; 2. Tahap Pelaksanaan Kegiatan; 3. Tahap

Evaluasi; 4. Tahap Pembuatan Laporan Pertanggungjawaban.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pelaksanaan kegiatan PPM secara garis besar dapat dilihat berdasarkan komponen sebagai berikut: 1) Keberhasilan target jumlah peserta pelatihan dapat dikatakan sangat baik. Dari 40 orang peserta yang diundang berdasarkan arahan bidan Desa kesemuanya (100%) dapat menghadiri kegiatan pelatihan. 2) Ketercapaian tujuan pelatihan dapat dikatakan baik (80%). Ada peningkatan pengetahuan dari peserta tentang pemberian ASI Eksklusif sehingga mampu meningkatkan pengetahuan, sikap dan Tindakan terhadap pemberian ASI Eksklusif untuk cegah *stunting*. Penyuluhan ASI Eksklusif Cegah *Stunting* Pada Anak Umur 2-3 Tahun di Puskesmas Pamaron Kabupaten Brebes diharapkan dapat terwujud dengan baik. 3) Ketercapaian target materi yang telah direncanakan dapat dikatakan baik (80%). Semua materi pelatihan dapat disampaikan dengan waktu yang terbatas. Materi yang telah disampaikan adalah pengetahuan pengertian *stunting*, faktor penyebab stunting, ASI Eksklusif, Kandungan ASI, Manfaat ASI Eksklusif, dan faktor-faktor yang mempengaruhi produksi ASI. 4) Kemampuan peserta dalam penguasaan materi dapat dikatakan baik (75%). Penyampaian materi dengan metode ceramah dan menggunakan leaflet mendukung kemampuan peserta dalam menguasai materi yang disampaikan oleh tim pengabdian. Secara keseluruhan kegiatan “Penyuluhan ASI Eksklusif Cegah *Stunting* Pada Anak Umur 2-3 Tahun Di Puskesmas Pamaron” dapat dikatakan baik dan berhasil, yang dapat diukur dari keempat komponen tersebut.

KESIMPULAN

Kegiatan “Penyuluhan ASI Eksklusif Cegah *Stunting* Pada Anak Umur 2-3 Tahun Di Puskesmas Pamaron” dapat meningkatkan pengetahuan tentang

pengertian *stunting*, faktor penyebab *stunting*, ASI Eksklusif, Kandungan ASI, Kegiatan “Penyuluhan ASI Eksklusif Cegah *Stunting* Pada Anak Umur 2-3 Tahun Di Puskesmas Pemaron” dapat meningkatkan pengetahuan tentang pengertian *stunting*, faktor penyebab *stunting*, ASI Eksklusif, Kandungan ASI, Manfaat ASI Eksklusif, dan faktor-faktor yang mempengaruhi produksi ASI. Peningkatan pengetahuan bagi peserta penyuluhan tentang ASI Eksklusif Cegah *Stunting* Pada Anak Umur 2-3 Tahun dilakukan dengan metode ceramah dan demonstrasi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak yang telah memberi dukungan **financial** terhadap pelaksanaan kegiatan ini.

REFERENSI

Millennium Challeng Account Indonesia. 2014. *Stunting dan Masa Depan Indonesia*. info@mca-indonesia.go.id | www.mca-indonesia.go.id : Halaman 1-4

Purwandini K. 2013. *Pengaruh Pemberian Mikronutrient Sprinkle Terhadap Perkembangan Motorik Anak Stunting Usia 12-36 Bulan*. Journal of Nutrition College; Volume 2 Nomor 1 Halaman 147-163.

Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No.1464/Menkes/Per/X/2010 tentang izin dan penyelenggaraan praktik bidan

World Bank. 2016. *Nutritional Failure in Ecuador: Causes, Consequences, and Solutions*. The World Bank: Washington, DC: Halaman 1-2

Picauly .2013. *Analisis Determinan Dan Pengaruh Stunting Terhadap Prestasi Belajar Anak Sekolah Di Kupang Dan Sumba Timur*, NTT. Jurnal Gizi dan Pangan. 8 (1) : Halaman 55 –62.

Kemendes. 2020. *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI Tahun 2013 : Halaman 77-80

Permenkes no 450/Menkes/SK/2004 tentang ASI Eksklusif

Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No.1464/Menkes/Per/X/2010 tentang izin dan penyelenggaraan praktik bidan

Maryunani. 2012. *Inisiasi Menyusui Dini: ASI Eksklusif dan Manajemen Laktasi*. Yogyakarta: TIM

Dinas Kesehatan Kabupaten Brebes. (2020). <https://sapulada.brebeskab.go.id/data-stunting>