Pembinaan Golden Nutrition Gerakan ASI Hebat MP-ASI Tepat Cegah Stunting di Kelurahan Labuh Baru Barat

Golden Nutrition Guidance for the Great Breastfeeding and Appropriate Complementary Feeding Movement for Stunting Prevention in Labuh Baru Barat

Dewinny Septalia Dale[1], Siska Mulyani[2], Rika Sri Wahyuni[3], Violita Dianatha Puteri[4], Dany Ariyani[5], Aulia Husnul Khotimah[6], Fransisca Yunisia Tanady[7], Nanda Yura[8]

[1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8)] Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Kebidanan, Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru

e-mail: dewinnydale@gmail.com

Abstrak

Stunting masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang berdampak pada pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, dan kualitas hidup anak. Salah satu faktor risiko yang berkontribusi terhadap terjadinya stunting adalah praktik pemberian Air Susu Ibu (ASI) dan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) yang belum sesuai dengan rekomendasi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu menyusui serta orang tua balita mengenai pentingnya ASI eksklusif, pemberian MP-ASI yang tepat, dan upaya pencegahan stunting. Kegiatan dilaksanakan di Posyandu RW 09 Kelurahan Labuh Baru Barat, Kecamatan Payung Sekaki, Kota Pekanbaru melalui metode penyuluhan kesehatan, diskusi interaktif, serta edukasi menggunakan media leaflet. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta mengenai manfaat pemberian ASI eksklusif selama enam bulan, waktu yang tepat memulai MP-ASI pada usia enam bulan, serta praktik pemberian makan yang sesuai dengan usia dan kebutuhan gizi anak. Peserta juga menunjukkan peningkatan kesadaran mengenai pentingnya pemenuhan gizi sejak dini sebagai upaya pencegahan stunting. Kegiatan edukasi berbasis masyarakat melalui posyandu terbukti berperan dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran keluarga sehingga dapat mendukung penerapan pola pemberian makan yang optimal untuk mencegah stunting sejak dini.

Kata kunci: Stunting, ASI eksklusif, MP-ASI, Edukasi gizi

Abstract.

Stunting remains a public health problem that impacts children's physical growth, cognitive development, and quality of life. One of the risk factors contributing to stunting is the practice of providing breast milk (ASI) and complementary foods (MP-ASI) that do not comply with recommendations. This community service activity was carried out to increase the knowledge and understanding of breastfeeding mothers and parents of toddlers regarding the importance of exclusive breastfeeding, the provision of appropriate MP-ASI, and efforts to prevent stunting. The activity was carried out at the Integrated Health Post (Posyandu) RW 09, Labuh Baru Barat Village, Payung Sekaki District, Pekanbaru City through health education methods, interactive discussions, and education using leaflets. The results of the activity showed an increase in participants' understanding of the benefits of exclusive breastfeeding for six months, the appropriate time to start MP-ASI at six months of age, and feeding practices appropriate to the child's age and nutritional needs. Participants also showed increased awareness of the importance of fulfilling early nutrition as an effort to prevent stunting. Community-based educational activities through Posyandu have been proven to play a role in increasing family knowledge and awareness so that they can support the implementation of optimal feeding patterns to prevent stunting from an early age.

Keywords: *Stunting, Exclusive breastfeeding, Complementary feeding, nutrition education*

PENDAHULUAN

Stunting masih menjadi salah satu permasalahan gizi yang berdampak terhadap kualitas kesehatan dan sumber daya manusia di masa depan (Lameky, 2024). Kondisi ini ditandai dengan panjang atau tinggi badan menurut umur yang berada di bawah standar yang ditetapkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). Akibat kekurangan gizi kronis yang berlangsung dalam waktu lama, terutama selama periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Dampak stunting tidak hanya terlihat pada terhambatnya pertumbuhan fisik anak, tetapi juga berhubungan dengan penurunan kemampuan kognitif, prestasi belajar, produktivitas, serta peningkatan risiko penyakit tidak menular pada usia dewasa (World Health Organization, 2023).

Pemerintah Indonesia telah menjadikan percepatan penurunan stunting sebagai salah satu prioritas pembangunan kesehatan nasiona. Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2024, prevalensi stunting nasional mencapai 19,8%, menurun dibandingkan tahun 2023 sebesar 21,5%. Meskipun mengalami penurunan, angka tersebut masih menunjukkan bahwa hampir satu dari lima anak Indonesia mengalami stunting sehingga diperlukan intervensi yang berkelanjutan melalui pendekatan promotif dan preventif yang melibatkan keluarga serta masyarakat secara aktif (Kemenkes, 2024).

Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya stunting adalah praktik pemberian makan bayi dan anak yang belum optimal (Yolanda, 2024). Rendahnya cakupan ASI eksklusif, pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) yang tidak sesuai usia, serta kurangnya keragaman dan kecukupan zat gizi dalam makanan anak dapat meningkatkan risiko gangguan pertumbuhan (Paramashanti & Paratmanitya, 2017). WHO merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan, dilanjutkan dengan pemberian MP-ASI yang aman, adekuat, dan bergizi mulai usia enam bulan serta tetap memberikan ASI hingga usia dua tahun atau lebih (World Health Organization, 2023).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa praktik pemberian makan yang tepat berperan penting dalam pencegahan stunting. Penelitian Simbolon dan Putri (2024) menunjukkan bahwa pemberian ASI eksklusif berhubungan dengan penurunan risiko stunting pada balita. Selain itu, penelitian (Ode et al., 2024) menemukan bahwa tingkat pengetahuan ibu mengenai ASI eksklusif dan MP-ASI berpengaruh terhadap status gizi balita. Hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh (Rahayu & Rahmaddani, 2025) juga menunjukkan bahwa penyuluhan gizi mampu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran orang tua mengenai pencegahan stunting melalui praktik pemberian makan yang sesuai (Fadjri et al., 2024).

Berdasarkan hasil observasi dan diskusi yang telah dilakukan dengan kader kesehatan di Posyandu RW 09 Kelurahan Labuh Baru Barat, Kecamatan Payung Sekaki, Kota Pekanbaru, masih ditemukan ibu menyusui dan orang tua balita yang memiliki pemahaman terbatas mengenai pentingnya ASI eksklusif, tata cara pemberian MP-ASI yang benar, serta kaitannya dengan pencegahan stunting. Selain itu, masih terdapat anggapan bahwa pertumbuhan anak lebih dipengaruhi oleh faktor keturunan dibandingkan pemenuhan gizi yang adekuat. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya upaya edukasi yang berkelanjutan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pemenuhan gizi pada masa awal kehidupan (Wulandari, D, 2018).

Berdasarkan permasalahan tersebut, tim pengabdi telah melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat di Posyandu RW 09 Kelurahan Labuh Baru Barat melalui penyuluhan kesehatan, diskusi interaktif, dan pemberian media edukasi berupa leaflet. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu menyusui serta orang tua balita mengenai pentingnya ASI eksklusif, pemberian MP-ASI yang tepat, dan upaya pencegahan stunting sehingga dapat mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal serta berkontribusi dalam upaya penurunan stunting di masyarakat.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini telah dilaksanakan di Posyandu RW 09 Kelurahan Labuh Baru Barat, Kecamatan Payung Sekaki, Kota Pekanbaru, Provinsi Riau. Sasaran kegiatan adalah 60 peserta yang terdiri atas 40 ibu balita dan 20 ibu menyusui yang aktif mengikuti kegiatan posyandu. Pemilihan sasaran didasarkan pada peran strategis ibu dan keluarga dalam pemenuhan kebutuhan gizi anak, khususnya selama periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), sebagai upaya pencegahan stunting.

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pendidikan masyarakat melalui penyuluhan kesehatan dengan pendekatan edukatif dan partisipatif. Metode ini dipilih untuk meningkatkan pengetahuan, pemahaman, dan kesadaran ibu menyusui serta orang tua balita mengenai pentingnya ASI eksklusif, pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) yang tepat, serta upaya pencegahan stunting sejak dini.

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan tahap persiapan yang meliputi koordinasi dengan kader posyandu dan pengurus wilayah setempat, identifikasi permasalahan kesehatan masyarakat, penyusunan materi edukasi, serta persiapan media penyuluhan. Berdasarkan hasil identifikasi awal, masih ditemukan keterbatasan pengetahuan peserta mengenai manfaat ASI eksklusif, waktu pemberian MP-ASI yang sesuai, serta pemilihan makanan bergizi untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Hasil identifikasi tersebut kemudian digunakan sebagai dasar penyusunan materi penyuluhan.

Tahap pelaksanaan dilakukan melalui penyampaian materi menggunakan media presentasi powerpoint (PPT) dan leaflet edukasi. Materi yang diberikan meliputi pengertian dan dampak stunting, pentingnya ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan, prinsip pemberian MP-ASI sesuai rekomendasi, kebutuhan gizi balita dan ibu menyusui, serta langkah-langkah pencegahan stunting di lingkungan keluarga. Penyampaian materi dilakukan melalui metode ceramah, diskusi interaktif, dan tanya jawab sehingga peserta dapat berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran.

Kader posyandu berperan dalam membantu koordinasi kegiatan, mobilisasi peserta, serta pendampingan selama kegiatan berlangsung. Sementara itu, peserta berpartisipasi aktif dengan menyampaikan pertanyaan, pengalaman, dan permasalahan yang dihadapi dalam praktik pemberian makan pada bayi dan balita.

Evaluasi kegiatan telah dilakukan melalui observasi terhadap keaktifan peserta selama kegiatan berlangsung, kemampuan peserta dalam menjawab pertanyaan yang diberikan setelah penyuluhan, serta umpan balik peserta terkait materi yang telah disampaikan. Seluruh rangkaian kegiatan kemudian didokumentasikan dan digunakan sebagai bahan penyusunan laporan pengabdian kepada masyarakat.

Melalui metode pendidikan masyarakat yang telah dilaksanakan, terjadi peningkatan pemahaman dan kesadaran peserta mengenai pentingnya ASI eksklusif, pemberian MP-ASI yang tepat, serta pemenuhan gizi seimbang sebagai upaya pencegahan stunting. Kegiatan ini juga mendorong peserta untuk menerapkan praktik pemberian makan yang sesuai dengan kebutuhan gizi anak guna mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal.



Gambar 1.Diagram Metode Pelaksanaan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengabdian terdiri dari hasil secara kuantitatif maupun kualitatif dari kegiatan yang dilaksanakan. Jika ada tabel/bagan/gambar berisi paparan hasil yang sudah bermakna dan mudah dipahami maknanya secara cepat. Tabel/bagan/gambar tidak berisi data mentah yang masih dapat atau harus diolah.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema “Pembinaan Ibu Balita melalui Gerakan ASI Hebat, MP-ASI Tepat, Balita Kuat sebagai Upaya Pencegahan Stunting” telah dilaksanakan di Posyandu RW 09 Kelurahan Labuh Baru Barat, Kecamatan Payung Sekaki, Kota Pekanbaru. Kegiatan diikuti oleh 60 peserta sasaran yang terdiri atas 40 orang tua balita dan 20 ibu

menyusui. Kegiatan juga didukung oleh 5 kader posyandu, 22 mahasiswa, dan 3 dosen pendamping.

Kegiatan diawali dengan penyampaian materi mengenai stunting, pentingnya ASI eksklusif, prinsip pemberian MP-ASI yang sesuai rekomendasi, kebutuhan gizi balita dan ibu menyusui, serta pemantauan pertumbuhan anak melalui posyandu. Penyampaian materi dilakukan menggunakan media PowerPoint (PPT), leaflet edukasi, serta diskusi interaktif.



Gambar.1 Kegiatan Penyuluhan

Antusiasme peserta terlihat selama kegiatan berlangsung. Peserta secara aktif mengajukan pertanyaan terkait waktu pemberian MP-ASI, variasi menu bergizi untuk balita, tanda kecukupan ASI, serta strategi mengatasi kesulitan makan pada anak. Tingginya partisipasi peserta menunjukkan bahwa informasi mengenai pencegahan stunting masih sangat dibutuhkan oleh masyarakat.

Tabel 1Karakteristik Peserta Kegiatan Penyuluhan

No.	Karakteristik Peserta	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1.	Ibu Menyusui	20	23,0
2.	Orang Tua Balita	40	43,3
3.	Kader Posyandu	5	4,9
4.	Mahasiswa	22	26,0
5.	Dosen Pendamping	3	2,4
	Total	**90**	**100,0**

Selama kegiatan berlangsung, dilakukan evaluasi melalui tanya jawab dan umpan balik peserta terhadap materi yang diberikan. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa sebagian besar peserta mampu menjelaskan kembali manfaat ASI eksklusif, waktu pemberian MP-ASI yang tepat, serta prinsip pemenuhan gizi seimbang untuk balita setelah mengikuti penyuluhan.

Tabel 2 Hasil Evaluasi Pemahaman peserta setelah penyuluhan

No.	Indikator Pemahaman	Jumlah Peserta (n)	Persentase (%)
1.	Memahami manfaat ASI eksklusif	55	91,7
2.	Memahami waktu pemberian MP-ASI yang tepat	53	88,3
3.	Memahami prinsip gizi seimbang balita	51	85,0
4.	Memahami pentingnya pemantauan pertumbuhan di posyandu	56	93,3

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta mengenai praktik pemberian makan bayi dan anak yang sesuai rekomendasi. Peserta juga menunjukkan kesadaran yang lebih baik mengenai pentingnya pemantauan pertumbuhan balita secara rutin sebagai upaya deteksi dini gangguan pertumbuhan dan pencegahan stunting. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian (Simbolon & Putri, 2024) yang menyatakan bahwa pemahaman ibu mengenai ASI

eksklusif berperan dalam menurunkan risiko stunting pada balita. Pengetahuan yang baik mengenai pemberian makan bayi dan anak akan memengaruhi perilaku ibu dalam memenuhi kebutuhan gizi anak selama periode pertumbuhan.

Hasil kegiatan ini juga mendukung penelitian (Ode et al., 2024) yang menemukan bahwa tingkat pengetahuan ibu mengenai ASI eksklusif dan MP-ASI berhubungan dengan status gizi balita. Melalui penyuluhan yang telah dilaksanakan, peserta memperoleh informasi yang lebih komprehensif mengenai waktu pemberian MP-ASI, frekuensi makan, porsi yang sesuai, serta pemanfaatan bahan pangan lokal bergizi untuk memenuhi kebutuhan nutrisi anak.

Selain meningkatkan pengetahuan peserta, kegiatan ini turut memperkuat peran kader posyandu sebagai agen perubahan di masyarakat. Kader yang terlibat aktif selama kegiatan telah memperoleh penguatan materi sehingga dapat melanjutkan edukasi kepada ibu menyusui dan orang tua balita pada kegiatan posyandu berikutnya. Temuan ini sejalan dengan hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh (Rahayu & Rahmaddani, 2025), yang menunjukkan bahwa pemberdayaan kader kesehatan mampu meningkatkan keberlanjutan program pencegahan stunting di tingkat masyarakat.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilaksanakan memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan, kesadaran, dan motivasi peserta dalam menerapkan praktik pemberian makan yang sesuai rekomendasi. Edukasi kesehatan berbasis masyarakat melalui posyandu terbukti menjadi strategi yang efektif dalam mendukung upaya pencegahan stunting selama periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK).

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui penyuluhan kesehatan tentang Gerakan ASI Hebat, MP-ASI Tepat, Balita Kuat telah terlaksana dengan baik di Posyandu RW 09 Kelurahan Labuh Baru Barat, Kecamatan Payung Sekaki, Kota Pekanbaru. Kegiatan yang melibatkan ibu menyusui dan orang tua balita ini telah meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan, pemberian MP-ASI yang tepat mulai usia enam bulan, serta pemenuhan gizi seimbang sebagai upaya pencegahan stunting. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa peserta mampu memahami kembali materi yang telah diberikan, termasuk manfaat ASI eksklusif, prinsip pemberian MP-ASI sesuai rekomendasi, dan pentingnya pemantauan pertumbuhan anak secara rutin melalui posyandu. Selain itu, kegiatan ini telah memperkuat peran kader posyandu dalam memberikan edukasi kesehatan kepada masyarakat. Temuan tersebut menunjukkan bahwa edukasi kesehatan berbasis masyarakat melalui posyandu merupakan salah satu strategi yang efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan keluarga dan mendukung upaya pencegahan stunting pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan.

SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilaksanakan menunjukkan bahwa edukasi mengenai ASI eksklusif, MP-ASI, dan pencegahan stunting memperoleh respons yang baik dari peserta serta mampu meningkatkan pemahaman masyarakat. Berdasarkan hasil kegiatan, kader posyandu telah memperoleh penguatan pengetahuan yang dapat dimanfaatkan untuk melanjutkan edukasi kepada ibu menyusui dan orang tua balita pada kegiatan posyandu berikutnya. Selain itu, materi edukasi yang telah diberikan melalui penyuluhan dan leaflet dapat digunakan sebagai media pendukung dalam upaya peningkatan pengetahuan masyarakat secara berkelanjutan.

Hasil kegiatan ini juga telah menunjukkan pentingnya keterlibatan berbagai pihak dalam upaya pencegahan stunting. Oleh karena itu, kolaborasi yang telah terjalin antara tenaga kesehatan, kader posyandu, pemerintah setempat, dan institusi pendidikan dapat terus dilanjutkan melalui kegiatan edukasi, pendampingan keluarga, serta pemantauan pertumbuhan balita secara berkala. Pengembangan kegiatan dalam bentuk demonstrasi pembuatan MP-ASI berbahan pangan lokal dan pendampingan praktik pemberian makan pada balita juga dapat menjadi alternatif kegiatan lanjutan untuk memperkuat penerapan pengetahuan yang telah diperoleh peserta.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pelaksana menyampaikan terima kasih kepada Institusi Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru, Bidan Puskesmas Payung Sekaki, Lurah Kelurahan Labuh Baru Barat, Ketua RW 09, kader posyandu, serta seluruh peserta kegiatan yang telah memberikan dukungan, bimbingan, dan partisipasi aktif sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada teman-teman kelompok atas kerja sama dan kontribusi yang telah diberikan selama pelaksanaan kegiatan.

DAFTAR PUSTAKA

Fadjri, T. K., Mulyani, N. S., Jamni, T., & Junaidi, J. (2024). *Pencegahan stunting melalui edukasi gizi dan keterampilan kreasi pangan bergizi kepada ibu balita Keywords Full Text : Refbacks*. 26–28. https://doi.org/10.30867/gikes.v5i3A.1731

Kemenkes. (2024). Membentengi anak dari stunting. In *Mediakom BerAkhlak* (167 ed.). https://link.kemkes.go.id/mediakom

Lameky, V. Y. (2024). *Stunting in Indonesia : Current progress and future directions*. *3*(April), 82–90.

Ode, W., Angreni, N., Arda, D., Setyawati, A., Sasmita, A., & Aris, I. (2024). *Exclusive breastfeeding in preventing stunting in toddlers*. *2*(1), 7–13.

Paramashanti, B. A., & Paratmanitya, Y. (2017). *Individual dietary diversity is strongly associated with stunting in infants and young children*. *14*(1), 19–26.

Rahayu, Y., & Rahmaddani, I. (2025). *Hubungan Kelengkapan Imunisasi Dasar dengan Kejadian Stunting pada Balita Usia 24-36 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Lima Puluh Tahun Universitas Abdurrab , Indonesia PB / U atau TB / U , di mana dalam standar antropometri , hasil pengukuran tersebut*. *4*(April), 559–568.

Simbolon, D., & Putri, N. (2024). *Pencegahan Stunting melalui Pemberian ASI Eksklusif di Indonesia : Pendekatan Meta-Analisis Stunting Prevention through Exclusive Breastfeeding in Indonesia : A Meta- Analysis Approach*. *8*(1), 105–112. https://doi.org/10.20473/amnt.v8i1SP.2024.10

World Health Organization. (2023). *WHO Guideline for complementary feeding of infants and young children 6-23 months of age*. *October*, 26–28.

Wulandari, D, R. (2018). *Maternal Knowledge of Stunting in Rural Indonesia Key takeaways*. *02*, 1–15.

Yolanda, S. G. (2024). *The Influence Of Feeding Practice On The Risk Of Stunting In Toddler : A Scoping Review*. *July*, 149–166.