



PENDIDIKAN KESEHATAN PRAKTIK PEMBERIAN MAKAN BAGI ANAK (PMBA) UNTUK MENCEGAH STUNTING PADA BALITA

Inggit Primadevi^{1*}, Hellen Febriyanti², Nur Alfi Fauziah³

^{1,2,3} Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan, Fakultas Kesehatan
Universitas Aisyah Pringsewu, Lampung, Indonesia

*Penulis Korespondensi : inggitprimadevi16@gmail.com

Abstrak

Stunting terjadi karena kurangnya asupan gizi pada anak dalam 1000 hari pertama kehidupan, yaitu semenjak anak masih di dalam kandungan hingga anak berusia 2 tahun. Salah satu penyebabnya adalah kurangnya asupan protein. Stunting pada anak bisa disebabkan oleh masalah pada saat kehamilan, melahirkan, menyusui, atau setelahnya seperti pemberian MP ASI yang tidak mencukupi asupan nutrisi, oleh karena itu, ibu harus memiliki pengetahuan yang cukup tentang asupan gizi pada anak.

Kata kunci: *Praktik Pemberian Makan Pada Anak (PMBA), Balita.*

Abstract

Stunting results from a lack of nutritional intake in children during the first 1,000 days of life, from the time the child was still in the womb to the age of 2. One of the causes is the lack of protein intake. Stunting in children may be caused by problems during pregnancy, childbirth, milk, or aftereffects, such as improper feeding of breast-feeding foods, so a mother must have sufficient knowledge of child nutrition.

Keywords: *Child Feeding Practices, toddler*

1. PENDAHULUAN

Stunting adalah kondisi gagal pertumbuhan pada anak (pertumbuhan tubuh dan otak) akibat kekurangan gizi dalam waktu yang lama. Sehingga anak lebih pendek atau perawakan pendek dari anak normal seusianya dan memiliki keterlambatan dalam berikir. Umumnya disebabkan asupan makan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi.

Pemantauan Status Gizi (PSG) 2017 menunjukkan prevalensi balita stunting di Indonesia masih tinggi, yakni 29,6% diatas batasan yang ditetapkan WHO (20%). Tahun 2015 Indonesia tertinggi ke-2 di bawah Laos untuk jumlah anak stunting. Indonesia merupakan Negara nomor 4 dengan angka stunting tertinggi di sunia. Lebih kurang sebanyak 9 juta atau 37 persen balita Indonesia mengalami stunting (kerdil).

Gizi merupakan kebutuhan dasar untuk berkembang secara optimal bagi seorang anak. Hasil penelitian menunjukkan dengan pemberian gizi yang benar pada 1000 hari pertama kehidupan dapat menentukan kualitas hidup anak baik dalam untuk saat ini dan masa medatang. 1000 hari pertama kehidupan imulai sejak masa selama kehamilan 270 hari (9 bulan) dalam kandungan dan 730 hari (2 tahun pertama) pasca lahir. Pemberian gizi yang tidak benar pada awal kehidupan akan berdampak berat pada kehidupan selanjutnya (IDAI, 2015).

Kusumawati (2015) melaporkan bahwa 66% karakteristik balita stunting disebabkan riwayat pemberian ASI dan makanan pendamping yang kurang baik. Khasanah (2016) menyatakan bahwa waktu pertama kali pemberian nutrisi berhubungan dengan kejadian stunting. Mufida (2015) juga menyatakan bahwa pemberian nutrisi untuk bayi di atas 6 bulan harus bertahap sesuai dengan usianya. Zat gizi harus bervariasi, bergizi, bersih dan higienis agar makanan tidak terinfeksi.

Praktik pemberian makanan yang tidak tepat dapat mengakibatkan malnutrisi. Jenis malnutrisi terbanyak pada balita di Indonesia adalah perawakan pendek (stunted) dan sangat pendek (severely stunted). Praktik pemberian makan pada anak sangat dipengaruhi oleh budaya pada masyarakat/daerah tempat tinggal. Diperlukan rekomendasi penerapan praktik pemberin makan yang benar dans esuai dengan situasi setempat (IDAI, 2015).

Dalam hal ini, prioritas masalah adalah kurangnya pengetahuan ibu bayi dan balita tentang praktik pemberian makan pada anak (PMBA).

2. BAHAN DAN METODE PENGABDIAN

Metode pelaksanaan pada program pengabdian masyarakat ini merupakan sebuah rangkaian tahapan yang disusun secarasistematis, diantaranya :

- Observasi tempat pelaksanaan kegiatan
- Penawaran proposal kegiatan
- Konsultasi dengan bidan desa
- Menentukan masalah
- Menentukan metode dan topic penyuluhan
- Persiapan surat menyurat, alat dan bahan yang diperlukan.

Kegiatan ini dilaksanakan setelah semua perizinan dan persiapan sarana dan prasarana sudah siap. Kegiatan ini telah diusahakan untuk dibuat menarik, agar para ibu bayi dan balita tertarik untuk mengikuti kegiatan dengan seksama. Materi yang disampaikan untuk pendidikan kesehatan ini dipilih dari permasalahan yang ada di Desa Purwodadi Kecamatan Gisting. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah melalui ceramah dengan panduan buku KIA dan diskusi serta tanya jawab.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pendidikan kesehatan ini dilakukan di 3 Posyandu yang ada di Desa Purwodadi Kecamatan Gisting Kabupaten Tanggamus Lampung yaitu Posyandu Melati, Posyandu Mawar, dan Posyandu Kenanga. Hasil pra survey tentang pengetahuan Praktik Pemberian Makan pada Anak (PMBA):

No	Pengetahuan	Presentase
1	Baik	38%
2	Kurang baik	62%
	Jumlah	100%

Kegiatan dilaksanakan dengan metode cerramah dengan panduan buku KIA. Hasil dari kegiatan ini yaitu didapatkan peningkatan pemahaman ibu bayi dan balita tentang pratik pemberian makan bagi anak, diantaranya :

- a. Pentingnya Inisiasi Menyusu Dini segera setelah lahir
- b. Pentingnya pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan
- c. Pemberian MP ASI harus tepat waktu, artinya MP ASI harus diberikan saat ASI tidak dapat memenuhi kebutuhan nutrisi bayi
- d. Adekuat, artinya MP ASI memiliki kandungan energy, protein dan mikronutrien bayi sesuai usianya.
- e. Aman, artinya MP ASI disiapkan dan disimpan dengan cara-cara higienis, diberikan menggunakan tangan dan peralatan makan yang bersih.

- f. Diberikan dengan cara yang benar, artinya MP ASI diberikan dengan memperhatikan sinyal lapar dan kenyang seorang anak.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Dapat disimpulkan bahwa melalui kegiatan ini telah terjadi meningkatkan pengetahuan ibu mengenai praktik pemberian makan pada anak (PMBA) untuk mencegah stunting pada balita. Selanjutnya disarankan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu, ibu balita atau pengasuh dan keluarga dalam melakukan praktik pemberian makan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Universitas Aisyah Pringsewu yang memfasilitasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Terima kasih kepada LPPM yang telah mensupport dan mendukung berlangsungnya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, tidak lupa diucapkan terima kasih kepada posyandu melati, posyandu mawar, dan posyandu kenanga yang sudah memfasilitasi tempat serta sarana dan prasarana hingga kegiatan ini pengabdian masyarakat ini berjalan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan penelitian dan pengembangan kesehatan. (2013). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)* 2013. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Gorstein S, Haq A, Graham, EA. 2009. *Cultural influence on infant feeding practices*.
- Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI). 2015. *Rekomendasi praktik pemberian makan berbasis bukti pada bayi dan balita di Indonesia untuk mencegah malnutrisi. Unit Kerja Koordinasi Gizi dan Penyakit Metabolik Ikatan Dokter Anak Indonesia*.
- Khasanah, Dwi Puji, Hadi, Herman, Paramashanti, Bunga Astria. 2016. *Waktu Pemberian makanan pendamping ASI (MP ASI) berhubungan dengan kejadian stunting anak usia 6-23 bulan di Kecamatan Sedayu*. Jurnal Gizi dan dietetic Indonesia.
- Kusumawati, Erna. Rahardjo, Setiyowati, Sari, Hesti Permata. 2015. *Model Pengendalian faktor Risiko Stunting pada Anak Usia dibawah 3 Tahun*, jurnal Kesmas.

- Mufida, Lailina. Widyaningsih, Tri Dewanti. Maligan, Jaya Mahar. 2015. *Prinsip dasar makanan pendamping ASI (MP ASI) untuk bayi 6-24 bulan*. Kajian pustaka *basic principles of complementary feeding for infant 6-24 months: a review*. Jurnal Pangandan Argo Industri.
- WHO. 2016. *Infant and young child feeding*. Who.inf/medicastrof.