



## Pengetahuan Ibu Tentang Pentingnya ASI Eksklusif Dalam Mencegah Stunting

Rossi Septina<sup>1\*</sup>, Lilik Susilowati<sup>2</sup>, Titim Adrianingsih<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Kebidanan, STIKes Bhakti Pertiwi Indonesia, Indonesia, Kode Pos 12620

<sup>3</sup>PMB Titim Adrianingsih, SSiT, Bd.M.Kes, Sumedang, Indonesia,

E-mail:\* [rossiseptina19@gmail.com](mailto:rossiseptina19@gmail.com)

Doi : <https://doi.org/10.37339/jurpikat.v4i3.1572>

### Info Artikel:

Diterima :  
2023-12-12

Diperbaiki :  
2024-01-12

Disetujui :  
2024-01-14

**Abstrak:** Stunting merupakan masalah gizi buruk kronis yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam jangka waktu lama akibat pemberian makanan yang tidak memenuhi kebutuhan gizi. Salah satu penyebab stunting pada anak kecil adalah pemberian ASI eksklusif yang tidak diberikan selama 6 bulan. Malnutrisi pada anak usia dini dapat menyebabkan terhambatnya pertumbuhan sehingga membuat bayi menjadi terlalu kecil. Penulis disini melakukan kegiatan PKM berupa pendidikan kesehatan bagi ibu-ibu yang mempunyai bayi dibawah 6 bulan. Kegiatan ini dilaksanakan pada Sabtu, 17 September 2023 WIB pada pukul 09.00 hingga 10.30 WIB dengan melibatkan total 64 ibu-ibu. Kegiatan ini menyoroti pentingnya pendidikan kesehatan untuk mencegah stunting pada ibu yang memiliki bayi di bawah usia 6 bulan.

**Kata Kunci:** Pengetahuan, ASI Eksklusif, Stunting

**Abstract:** Stunting is a chronic malnutrition problem caused by a lack of nutritional intake over a long period of time due to providing food that does not meet nutritional needs. One of the causes of stunting in young children is exclusive breastfeeding which is not given for 6 months. Malnutrition in early childhood can cause stunted growth, making the baby too small. The author here carries out PKM activities in the form of health education for mothers who have babies under 6 months. This activity was held on Saturday, September 17 2023 WIB from 09.00 to 10.30 WIB involving a total of 64 mothers. This activity highlights the importance of health education to prevent stunting in mothers who have babies under 6 months of age.

## **Pendahuluan**

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi yang berharga bagi bayi baru lahir. Pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0 hingga 6 bulan berperan penting dalam mendorong pertumbuhan dan kesehatan. Selama enam bulan pertama kehidupannya, ASI merupakan investasi berharga yang akan membentuk masa depan anak Anda hingga usia dua tahun. Pemberian ASI eksklusif tidak hanya memenuhi kebutuhan nutrisi fisik Anda, namun juga membantu membangun fondasi kesehatan dan kecerdasan anak Anda. Pentingnya pemberian ASI eksklusif adalah untuk mendukung perkembangan mental dan fisik bayi Anda. Selama enam bulan pertama, bayi dilarang menerima nutrisi apa pun selain ASI. Oleh karena itu, menyusui pada periode ini memiliki dampak yang signifikan terhadap pertumbuhan otak dan fisik anak Anda di masa depan. Zat penting dalam ASI, seperti DHA dan AA, berperan dalam pembentukan jaringan otak dan sistem saraf yang kuat, serta mendukung perkembangan sel otak secara optimal. (Departemen Kesehatan RI, 2021).

Stunting mencerminkan suatu proses di mana potensi pertumbuhan linier tidak tercapai karena status kesehatan dan/atau gizi yang kurang optimal (WHO, 2019). Minimal 2 standar deviasi di bawah rata-rata tinggi badan penduduk referensi usia (UNICEF, 2019).

Pada tahun 2020, terdapat 149,2 juta anak di bawah usia 5 tahun yang terlalu kecil untuk usianya (stunted), 45,4 juta anak terlalu kurus untuk tinggi badannya (thin), dan 45,4 juta anak terlalu berat untuk tinggi badannya. Terdapat 38,9 juta anak yang mengalami obesitas. (WHO, 2023).

Permasalahan stunting/bayi di Indonesia sebesar 24,4% pada tahun 2021 dan 21,6% pada tahun 2022, menurun dibandingkan tahun 2020 namun masih belum sesuai dengan target WHO yaitu prevalensi stunting/bayi (stunting) harus kurang dari 20% (Kemenkes RI, 2023).

Faktor penyebab stunting antara lain pendidikan ibu, kebersihan, air bersih, ASI eksklusif, makanan pendamping ASI, vaksinasi, berat badan lahir rendah (BBLR), asupan gizi, fasilitas kesehatan, perekonomian keluarga, dll (Wiyogowati, 2012).

Tingkat pemberian ASI di seluruh dunia masih berada di bawah tingkat yang diperlukan untuk melindungi kesehatan perempuan dan anak-anak. Dari tahun 2013 hingga 2018, 48 bayi baru lahir mulai menyusui dalam waktu satu jam setelah lahir. Hanya 44 bayi di bawah usia 6 bulan yang mendapat ASI eksklusif, meskipun 68% wanita terus menyusui bayinya setidaknya selama satu tahun, angka menyusui turun menjadi 44% pada usia 2 tahun. Target global pada tahun 2030 adalah 70% untuk satu jam pertama, 70% untuk pemberian ASI eksklusif, 80% untuk usia satu tahun, dan 60% untuk usia dua tahun. Oleh karena itu, terdapat kebutuhan untuk mengintensifkan upaya nasional untuk mencapai tingkat pemberian ASI yang diinginkan (WHO, 2021).

Secara global, tingkat pemberian ASI masih di bawah standar yang diperlukan untuk melindungi kesehatan perempuan dan anak-anak. Pada periode tahun 2013-2018, hanya 48% bayi yang baru lahir yang memulai menyusui dalam satu jam pertama setelah kelahiran. Hanya 44% bayi di bawah usia enam bulan yang menerima ASI eksklusif. Meskipun 68% wanita tetap menyusui bayinya setidaknya selama satu tahun, namun pada usia dua tahun, tingkat pemberian ASI turun menjadi 44%. Target global yang diharapkan pada tahun 2030 mencakup pencapaian angka inisiasi ASI dalam satu jam pertama sebesar 70%, pemberian ASI eksklusif sebesar 70%, pemberian ASI pada usia satu tahun sebesar 80%, dan pemberian ASI pada usia dua tahun sebesar 60%. Oleh karena itu, perlu peningkatan upaya dari negara-negara untuk mencapai target tersebut dalam tingkat pemberian ASI (WHO, 2021).

Berdasarkan Data Riset Kesehatan Dasar Indonesia (RISKESDAS), dari total 2,3 juta bayi di bawah 6 bulan di Indonesia pada tahun 2021, hanya 52,5% atau setengahnya yang menerima ASI eksklusif. Angka ini mengalami penurunan sebesar 12% dibandingkan dengan tahun 2019. Selain itu, angka inisiasi menyusui (IMD) juga menurun dari 58,2% pada tahun 2019 menjadi 48,6% pada tahun 2021, menurut laporan UNICEF (2022). Dari 33 negara yang dilaporkan, 29 negara (88%) berhasil mencapai tujuan Rencana Strategis 2015 dan target Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs) 2030 pada tahun 2025. Tujuan tersebut melibatkan upaya untuk mengatasi berbagai bentuk malnutrisi, termasuk stunting dan wasting pada anak balita, serta memenuhi kebutuhan gizi remaja putri, ibu hamil dan menyusui, serta lansia (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2016).

Di Provinsi Jawa Barat, sebanyak 4.444 bayi menerima ASI eksklusif dan memiliki asuransi ASI eksklusif pada periode tahun 2020 hingga 2022. Presentase ini mengalami peningkatan dari 76,11% pada tahun 2020 menjadi 77% pada tahun 2022,

menurut laporan BPS (2023). Namun, di Wilayah Kota Bogor, Jawa Barat, jumlah bayi yang mendapat ASI eksklusif menunjukkan tren penurunan dari tahun ke tahun. Pada tahun 2019, terdapat 10.671 bayi yang menerima ASI eksklusif, sedangkan pada tahun 2021 jumlahnya mencapai 7.431 bayi menurut Open Data Jawa Barat (2023). Penyakit yang terjadi pada bayi biasanya disebabkan oleh kekurangan gizi, sehingga ASI harus diberikan sebagai sumber gizi terbaik. Pertumbuhan dan perkembangan yang optimal memerlukan nutrisi, pelatihan, dan insentif yang tepat dan cukup. Gizi merupakan salah satu faktor penentu keberhasilan pertumbuhan dan perkembangan pada masa bayi. Malnutrisi di awal kehidupan dapat menyebabkan pertumbuhan terhambat sehingga menyebabkan bayi tumbuh lebih kecil dari biasanya. Malnutrisi juga dapat berdampak pada perkembangan kognitif, morbiditas, dan mortalitas anak (Fikawati, dkk, 2015)

Bayi dan anak kecil tumbuh dan berkembang pada masa emasnya (1.000 hari hingga 2 tahun). Gangguan tumbuh kembang pada 1.000 hari pertama kehidupan, mulai dari janin dalam kandungan hingga tahap pertumbuhan anak berusia 2 tahun, tidak dapat diubah. Pertumbuhan yang sangat pesat – Ini adalah masa keemasan pertumbuhan. Kerusakan pada periode ini bersifat irreversible artinya tidak dapat diperbaiki pada tahap kehidupan selanjutnya sehingga berdampak pada kesehatan pada masa kanak-kanak dan dewasa (Fikawati et al., 2015).

Upaya pencegahan stunting salah satunya adalah pemberian ASI eksklusif. Inisiatif yang dapat dilakukan oleh otoritas kesehatan antara lain pendidikan kesehatan tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif. Studi terdahulu meneliti terhadap 10 ibu yang memiliki bayi usia 0-6 bulan menemukan bahwa mayoritas tidak memberikan ASI eksklusif karena ibu belum memahami pentingnya ASI eksklusif dalam mencegah stunting, ternyata ia memilih untuk membesarkan anak. Berkaitan dengan hal tersebut, penulis yang juga seorang bidan ini memberikan nasehat kepada para ibu yang memiliki bayi berusia 0 hingga 6 bulan tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif untuk mencegah keterlambatan pertumbuhan.

## **Metode**

Metode yang diterapkan dalam kegiatan ini menggunakan metode PKM (Pengabdian Kepada Masyarakat) dengan pendekatan Participatory Action Research (PAR). Pendekatan PAR merupakan suatu metode yang bertujuan untuk menghasilkan pembelajaran dalam menanggulangi masalah dan memenuhi kebutuhan praktis masyarakat. Selain itu, metode ini juga berfokus pada produksi ilmu pengetahuan dan memicu proses perubahan sosial keagamaan. Oleh karena

itu, pendekatan ini dianggap sebagai alat untuk membangkitkan kesadaran kritis secara kolektif.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 17 September 2023, mulai pukul 09.00 hingga 10.30, dan berlangsung di Klinik PBM Titim Adrianingsih, SSiT, M.Kes. Subyek yang terlibat dalam kegiatan ini adalah 64 ibu yang memiliki bayi berusia 0-6 bulan. Metode pengabdian masyarakat ini diimplementasikan melalui kegiatan penyuluhan kesehatan yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif dalam mencegah terjadinya stunting.



Gambar 1. Alur Pengabdian Kepada Masyarakat Tentang Pentingnya Asi Eksklusif Dalam Pencegahan Stunting

## Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat menunjukkan bahwa sebelum mendapatkan Pendidikan Kesehatan atau Penyuluhan, sebagian besar ibu memiliki pengetahuan yang cukup, yaitu sebanyak 95,3%. Namun, setelah mendapatkan Pendidikan Kesehatan, hasil menunjukkan bahwa mayoritas ibu memiliki pengetahuan baik, mencapai 96,9%, khususnya terkait pentingnya pemberian ASI Eksklusif sebagai upaya pencegahan stunting. Dari kegiatan ini dapat disimpulkan bahwa terjadi perubahan pengetahuan ibu, dari tingkat pengetahuan yang cukup sebelum mendapatkan Pendidikan Kesehatan menjadi tingkat pengetahuan yang baik setelah mendapat Pendidikan Kesehatan.



Gambar 2. Kegiatan saat melakukan pendidikan kesehatan

Tabel 1. Hubungan Terapi Musik Dengan Tingkat Kecemasan Pasien

Status	Tingkat Pengetahuan				Total	
	Cukup		Baik		N	%
	N	%	n	%		
Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan	61	95,3	3	4,7	64	100
Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan	2	3,1	62	96,9	64	100

Pengabdian kepada masyarakat ini memiliki kesesuaian dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rosdiana (2019). Dalam penelitian tersebut, ditemukan perbedaan pengetahuan ibu mengenai stunting sebelum dan sesudah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang kebutuhan gizi untuk bayi usia 0 sampai 23 bulan dengan menggunakan media audiovisual. Keterbelakangan pertumbuhan sering kali disebabkan oleh kekurangan gizi, terutama pada periode kritis 1000 hari pertama kehidupan (HPK). Malnutrisi yang terjadi selama kehamilan, masa pertumbuhan, dan tahun-tahun awal kehidupan anak dapat mengakibatkan terhambatnya pertumbuhan pada anak. Pentingnya asupan gizi yang memadai sejak masa kehamilan hingga kelahiran bayi diakui sebagai faktor kunci dalam mencegah gangguan kesehatan pada anak kecil (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

## **Kesimpulan**

Pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa setelah diberikan intervensi dengan memberikan Pendidikan kesehatan tentang Pentingnya Asi Eksklusif dalam mencegah stunting menunjukkan perbedaan signifikan sebelum diberikan dan sesudah diberikan Pendidikan kesehatan, didapatkan data bahwa sebelum diberikan Pendidikan kesehatan ibu berpengetahuan cukup namun setelah diberikan edukasi tentang pentingnya asi eksklusif pengetahuan ibu mengalami perubahan signifikan menjadi baik.

Diharapkan dengan adanya kegiatan ini, maka ibu yang memiliki bayi 0-6 bulan mengetahui pentingnya Asi Eksklusif dalam mencegah stunting, semoga pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat selanjutnya dapat mengembangkan kembali Pendidikan kesehatan tentang pentingnya nutrisi selama kehamilan sampai anak berusia dua tahun. Dengan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ibu lebih memahami pentingnya ASI eksklusif bukan hanya untuk nutrisi bayi saja namun dapat mencegah penyakit dan kejadian stunting.

## **Ucapan Terima Kasih**

Dalam rangkaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang besar kepada tenaga medis, khususnya kepada para bidan yang dengan sukarela berkolaborasi dalam melaksanakan kegiatan ini. Penghargaan juga disampaikan kepada para ibu dan suami yang telah mendukung kegiatan ini dengan mengantar istri dan bayi mereka untuk menerima Pendidikan Kesehatan. Partisipasi aktif dari semua pihak ini telah memperkuat dan memperkaya pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

## **Referensi**

Fikawati, et al. 2015. Gizi Ibu dan Bayi , Jakarta: Rajawali Pers

Kemenkes RI. 2016. Indonesian Health Profile 2015, <http://www.Depkes.Go.Id/Resources/Download/Pusdatin/Profil-Kesehatan-Indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-2015.Pdf> .

Kemenkes RI. 2018. Cegah Stunting itu Penting [https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir\\_519d41d8cd98f00/files/Warta-Kesmas-Edisi-02-2018\\_1136.pdf](https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Warta-Kesmas-Edisi-02-2018_1136.pdf).

Kemenkes RI, 2021. Manfaat ASI Eksklusif. <https://upk.kemkes.go.id/new/ketahui-manfaat-asi-eksklusif-bagi-bayi-dan-ibu>

Kementerian Kesehatan RI. 2023. Prevalensi Stunting di Indonesia Turun ke 21,6% dari 24,4%. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis->

media/20230125/3142280/prevalensi-stunting-di-indonesia-turun-ke-216-dari-244/

Open Data Jabar. Jumlah Bayi Usia dibawah 6 Bulan Penerima ASI Eksklusif Berdasarkan Kabupaten/Kota di Jawa  
<https://opendata.jabarprov.go.id/id/dataset/jumlah-bayi-usia-dibawah-6-bulan-penerima-asi-eksklusif-berdasarkan-kabupatenkota-di-jawa-barat>.

Rosdiana,dkk. 2019. Perbedaan Pengetahuan Ibu Tentang Stunting Sebelum Dan Sesudah Pendidikan Kesehatan Tentang Kebutuhan Nutrisi Balita. [https://s12-b.poltekkes-malang.ac.id/index.php?p=show\\_detail&id=3736&keywords=](https://s12-b.poltekkes-malang.ac.id/index.php?p=show_detail&id=3736&keywords=)

UNICEF. 2019. Definition of the indicators, Available. [http://www.unicef.org/infobycountry/stats\\_popup2.html](http://www.unicef.org/infobycountry/stats_popup2.html) .

UNICEF. 2022. Pekan Menyusui Sedunia: UNICEF dan WHO serukan dukungan yang lebih besar terhadap pemberian ASI di Indonesia seiring penurunan tingkat menyusui selama pandemi COVID-19 <https://www.unicef.org/indonesia/id/press-releases/pekan-menyusui-sedunia-unicef-dan-who-serukan-dukkungan-yang-lebih-besar-terhadap#:~:text=Menurut%20data%20Riset%20Kesehatan%20Dasar,dari%20angka%20di%20tahun%202019>.

WHO. 2021. GLOBAL BREASTFEEDING SCORECARD 2021 PROTECTING BREASTFEEDING THROUGH BOLD NATIONAL ACTIONS DURING THE COVID-19 PANDEMIC AND BEYOND. <https://apps.who.int/iris/rest/bitstreams/1390557/retrieve#:~:text=Only%2044%25%20of%20infants%20under,breastfeeding%20rates%20declines%20to%2044%25>.

WHO. 2023. Joint child malnutrition estimates <https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/joint-child-malnutrition-estimates-unicef-who-wb>.

(WHO, 2023). Bersama-sama, dukung ibu sukses menyusui dan bekerja. <https://www.who.int/indonesia/news/events/world-breastfeeding-week/2023#:~:text=Cakupan%20ASI%20eksklusif%20Indonesia%20pada,agar%20cakupan%20ini%20bisa%20meningkat>

Wiyogowati, Cita. 2012. Kejadian Stunting pada Anak Berumur Dibawah Lima Tahun (0-59 Bulan) di Provinsi Papua Barat Tahun 2010 (Analisis Data Riskesdas 2010) [Skripsi]. Depok: Universitas Indonesia. <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20288982&lokasi=lokal>



