



Edukasi Penyuluhan Pentingnya ASI Eksklusif untuk Mencegah Penyakit *Stunting*

Aam Linda Nurfalah¹, Dina Selvia², Sari Oktavia Depyanti³, Popi Sopiah^{4*}

^{1,2,3,4}Program Studi S1 Keperawatan, UPI Kampus Sumedang, Indonesia, 45353

E-mail: * popisopiah@upi.edu

Doi : <https://doi.org/10.37339/jurpikat.v5i4.1962>

Info Artikel:

Diterima :
2024-08-28

Diperbaiki :
2024-09-05

Disetujui :
2024-09-10

Kata Kunci: ASI Eksklusif,
stunting, edukasi, ibu

Keywords: *exclusive breastfeeding, stunting, ducation, mother*

Abstrak: Pendahuluan: penyakit yang dikenal sebagai *stunting* terjadi Ketika balita tidak makan dalam waktu yang lama atau tanpa makan makanan yang cukup. Hal ini menghambat pertumbuhan mereka dan membuat mereka lebih pendek dari usia yang seharusnya. Pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) pada bayi sebelum usia enam bulan dan tidak memberikan ASI Eksklusif dapat menyebabkan *stunting*. Metodologi: Ke-34 peserta diberikan leaflet dan ceramah sebagai metode penyuluhan. Terdapat tes pre-test dan post-test untuk mengukur pengetahuan Hasil: Nilai post-test yang lebih tinggi dari nilai pre-test menunjukkan efektivitas Pendidikan Kesehatan yang diberikan.

Abstract: *Introduction: A disease known as stunting happens when toddlers go for extended priods of time without eating enough foof. This stunts their growth and makes them shorter than their age should be. Feeding complementary foods (MP-ASI) to infants before the age of six month and failing to provide exclusive breastfeeding to them can result in stunting. Methodology: The 34 participants were given leaflets and lectures as part of the approach. There was a pre-post test to gauge knowledge. Results: The post-test score, which was higher than the pre-test score, demonstrated the effectiveness of the health education that was given.*

Pendahuluan

Stunting merupakan masalah kesehatan yang sering ditemui pada balita (Khoiriyah & Ismarwati, 2023). Kekurangan gizi jangka panjang pada balita dapat

menyebabkan *stunting*, penyakit yang ditandai dengan terhambatnya pertumbuhan dan berkurangnya tinggi badan dibandingkan dengan usianya (Khoiriyah & Ismarwati, 2023; Mediloka et al., 2024). Asupan makanan yang tidak seimbang dan masalah kesehatan yang muncul selama 1000 hari pertama kehidupan anak merupakan penyebab *stunting* (Khoiriyah & Ismarwati, 2023). *Stunting* didiagnosis dengan membandingkan nilai z score dengan tinggi badan sesuai usia menggunakan grafik pertumbuhan yang diakui secara global. Di Indonesia, grafik pertumbuhan yang digunakan adalah yang diproduksi oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) (Mediloka et al., 2024).

Sebanyak 148,1 juta anak di bawah usia lima tahun diproyeksikan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) berisiko mengalami *stunting* atau memiliki tinggi badan di bawah rata-rata anak seusianya pada tahun 2022.. Menurut Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) pada tahun 2022 (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2024), angka *stunting* di Indonesia saat ini masih cukup tinggi, yaitu 21,6%. Tujuan untuk menurunkan angka *stunting* menjadi 14% pada tahun 2024 membutuhkan upaya lebih lanjut, meskipun saat ini rasio tersebut sudah lebih rendah dibandingkan dengan tahun 2021 (24,4%) (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2024). Sementara itu, Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan (BKPK) Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melakukan Survei Kesehatan Indonesia (SKMI) 2023, yang menemukan bahwa 14,4% penduduk Kabupaten Sumedang mengalami *stunting*. Dibandingkan dengan tahun 2022 yang mencapai 27,6%, angka ini turun 13,2 persen (Rustandi, 2024).

Stunting pada balita dapat disebabkan oleh beberapa penyebab langsung maupun tidak langsung. *Stunting* pada balita dapat disebabkan oleh berbagai macam penyebab, termasuk kekurangan gizi dalam jangka panjang, infeksi yang menyerang balita, dan gizi ibu saat hamil (Komalasari, Supriati, Sanjaya, & Ifayanti, 2020). *Stunting* 98% kemungkinan besar terjadi pada balita yang tidak mendapatkan ASI eksklusif, menurut penelitian sebelumnya (Sampe, Toban, & Madi, 2022). Selain itu, sebelum usia enam bulan, pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) mungkin menjadi penyebabnya (Khoiriyah & Ismarwari, 2023). Kondisi ekonomi yang rendah berdampak pada ketahanan pangan keluarga, dan factor social termasuk pola asuh, budaya, gaya hidup, kebiasaan makan, kesehatan keluarga dan akses terhadap layanan kesehatan merupakan penyebab tidak langsung yang mempengaruhi kejadian *stunting* (Husna & Farisni, 2022).

Selain membantu bayi tumbuh secara optimal, menyusui secara eksklusif dapat mengurangi risiko penyakit jantung di masa dewasa dan mencegah bayi baru lahir dari berbagai gangguan lainnya (Hizriyani & Aji, 2021). Selain menurunkan kemungkinan kematian akibat penyakit umum seperti pneumonia dan diare, pemberian ASI Eksklusif juga meningkatkan perkembangan saraf sensorik dan kognitif bayi serta melindungi mereka dari penyakit menular dan kronis (Wigunantiningsih & Sukoco, 2021; Yulfitriah et al., 2020). Selain manfaat kesehatan tersebut, menyusui juga membantu ibu terhindar dari kanker payudara dan ovarium, serta memperkuat keterikatan emosional ibu dengan anaknya. Menyusui juga merupakan bentuk kontrasepsi alami (Wigunantiningsih & Sukoco, 2021; Yulfitriah et al., 2020). Selain itu, karena susu formula tidak dapat menyamai manfaat ASI dalam menurunkan angka morbiditas dan meningkatkan perkembangan dan kecerdasan anak, pemberian ASI dapat mengurangi biaya keluarga (Wigunantiningsih & Sukoco, 2021; Yulfitriah et al., 2020). Hingga anak mencapai usia enam bulan, pemberian ASI Eksklusif mengacu pada pemberian ASI kepada bayi tanpa mencampur atau menggantinya dengan makanan atau minuman lain selain vitamin, obat-obatan dan mineral (Asmin & Abdullah, 2021). ASI mudah diserap oleh anak-anak dan menawarkan nutrisi yang lengkap dan seimbang, WHO dan UNICEF menyarankan agar bayi hanya minum ASI hingga mereka berusia enam bulan (Hizriyani & Aji, 2021). Bayi yang berusia kurang dari enam bulan dapat memperoleh semua nutrisi yang mereka butuhkan dari ASI saja.

Dalam upaya pencegahan *stunting*, edukasi mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif menjadi sangat krusial, terutama di tingkat masyarakat. Sebagai salah satu bagian dari program kerja Mahasiswa Kuliah Kerja Nyata Tematik (KKN-T) yang dilaksanakan mahasiswa Sarjana Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang melakukan kegiatan penyuluhan di Posyandu Anthurium RW 06 Dusun 1 Desa Jatihurip. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran ibu-ibu di wilayah tersebut mengenai manfaat ASI eksklusif salah satu upaya yang dilaksanakan untuk meningkatkan pertumbuhan anak serta pencegahan terjadinya kasus penyakit *stunting* yang baru. Materi yang disampaikan mencakup definisi ASI dan ASI eksklusif, manfaat yang diperoleh dari pemberian ASI eksklusif, serta makanan yang disarankan bagi ibu menyusui untuk membantu produksi ASI yang melimpah. Edukasi ini diharapkan dapat membantu masyarakat memahami pentingnya memberikan ASI Eksklusif kepada bayi hingga berusia enam bulan, sebagai langkah awal dalam upaya penurunan angka kejadian *stunting* Indonesia.

Selain itu, penyuluhan ini juga membahas risiko yang dihadapi bayi jika tidak mendapatkan ASI eksklusif, pentingnya kombinasi ASI dengan makanan pendamping (MP-ASI) setelah bayi mencapai usia enam bulan, serta definisi *stunting* dan bagaimana ASI eksklusif berperan dalam pencegahannya. Melalui pendekatan yang interaktif, mahasiswa memberikan penjelasan tentang cara-cara efektif mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif, termasuk teknik menyusui yang benar dan dukungan dari keluarga. Dengan pemahaman yang mendalam tentang pencegahan *stunting*, diharapkan ibu-ibu di Desa Jatihurip dapat lebih berperan aktif dalam menjaga kesehatan dan pertumbuhan optimal anak-anak mereka, sekaligus mendorong inisiatif pemerintah untuk menurunkan angka *stunting* di Indonesia.

Metode

Pendidikan kesehatan mengenai pentingnya ASI Eksklusif sebagai upaya pencegahan *stunting* ini dilaksanakan berbarengan dengan kegiatan posyandu. Pendidikan kesehatan ini dilaksanakan oleh mahasiswa yang didampingi kader posyandu. Pelaksanaan kegiatan dilakukan secara tatap muka, yang selanjutnya peserta diberi penjelasan mengenai pentingnya pemberian ASI Eksklusif untuk mencegah *stunting* dengan metode ceramah, serta untuk menilai pengetahuan ibu mengenai ASI Eksklusif, maka dilakukan *pre-test* sebelum diberikan pendidikan kesehatan dan dilanjutkan dengan pemberian *post-test* setelah diberikan pendidikan kesehatan dan dilanjutkan dengan sesi tanya-jawab sesuai dengan pokok bahasan yang telah disampaikan.

Pendidikan kesehatan ini dilaksanakan hanya 1 hari yaitu pada hari Selasa, 5 Agustus 2024, pukul 08.00 - 10.30 WIB. Tempat kegiatan dilaksanakan di Posyandu Anthurium RW 06 Dusun 1 Desa Jatihurip. Peserta kegiatan sebanyak 34 peserta terdiri dari ibu hamil, ibu menyusui, ibu dengan bayi tiga tahun dan ibu dengan bayi lima tahun

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan Program Kerja Kuliah Kerja Nyata Tematik mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang yaitu mengenai edukasi kesehatan tentang Pentingnya ASI Eksklusif Cegah *Stunting* di Posyandu Anthurium RW 06 Dusun 1 Desa Jatihurip, dilaksanakan pada tanggal 5 Agustus 2024. Sasaran kegiatan penyuluhan ASI Eksklusif yaitu: ibu hamil, ibu

menyusui, ibu dengan bayi tiga tahun dan ibu dengan bayi lima tahun. Tujuan pendidikan kesehatan ini adalah sebagai bentuk kegiatan dalam meningkatkan pengetahuan ibu maupun calon ibu tentang pencegahan *stunting* yaitu dengan pemberian ASI Eksklusif kepada bayi usia 0 – 6 bulan. Hasil kegiatan ini didapatkan 34 responden dengan hasil karakteristik meliputi usia.

Tabel. 1 Distribusi Responden Berdasarkan Usia (n=34)

Umur	Frekuensi
22	1
23	1
25	5
26	1
28	2
29	2
30	4
31	2
33	4
34	1
35	2
39	3
39	1
40	2
43	1
44	2
Total	34

Tabel 1. Menunjukkan distribusi usia responden dalam penyuluhan ASI Eksklusif, mencakup rentang usia mulai dari usia 22 hingga 44 tahun. Mayoritas responden berusia 25 tahun sebanyak 5 orang (14.706 %), 30 tahun sebanyak 4 orang (11.765 %), 33 tahun sebanyak 4 orang (11.765 %) dan 38 tahun sebanyak 3 orang (8.824 %). Diikuti oleh responden berusia 28, 29, 31, 35, 40, dan 44 tahun sebanyak 2 orang (5.882 %) dan responden berusia 22, 23, 26, 34, 39, dan 43 tahun sebanyak 1 orang (2.941 %).

Hasil *Pre-test* Pengetahuan ASI Eksklusif untuk Pencegahan *Stunting*

Tabel. 2 Hasil *Pre-test* Responden (n=34)

Skor <i>Pre Test</i>	Frekuensi
0	0
25	2
50	19
75	13
100	0
Total	34

Tabel 2. Menggambarkan hasil *pre-test* yang diikuti oleh 34 responden. Mayoritas responden mendapatkan skor 50 dengan jumlah responden sebanyak 19 orang (55.882%), 2 orang responden mendapatkan skor 25 (5.882 %) dan 13 responden mendapatkan skor 75 (38.235 %). Pada tabel ini menunjukkan bahwa pengetahuan responden mengenai ASI Eksklusif masih kurang, sehingga perlu diberikan edukasi mengenai ASI Eksklusif. Setelah dilakukan *pre-test*, masyarakat diberikan pendidikan kesehatan mengenai ASI Eksklusif sebagai upaya pencegahan *stunting*.



Gambar 1. Pemaparan materi penyuluhan tentang ASI Eksklusif

Kegiatan penyuluhan dilakukan sebelum masyarakat melaksanakan kegiatan posyandu rutin di Posyandu Anthurium. Materi yang disampaikan diantaranya yaitu 1) Definisi ASI, 2) Definisi ASI Eksklusif, 3) Manfaat ASI Eksklusif, 4) Makanan yang

diperlukan Ibu untuk membantu produksi ASI melimpah, 5) Resiko Tanpa ASI Eksklusif, 6) Kombinasi ASI dan MP-ASI, 7) Definisi *stunting*, 8) Bagaimana ASI Eksklusif dapat mencegah *stunting*, 9) Pencegahan *Stunting*. Setelah itu, dilanjutkan dengan pemaparan materi mengenai Pentingnya ASI Eksklusif untuk pemenuhan gizi utama pada bayi usia 0 – bulan serta pemberian MP-ASI. Hal ini disampaikan karena, menurut data survei, masih banyak ibu yang menolak memberikan ASI Eksklusif kepada anaknya karena kesulitan atau ketidakmampuan memproduksi ASI. Setelah pemaparan materi selesai dilaksanakan, dilakukan sesi diskusi antara pemateri dan responden. Setelah sesi diskusi, masyarakat diberikan informasi kesehatan tentang ASI Eksklusif, dan pengetahuan mereka dinilai kembali dengan meminta mereka mengisi kuesioner *post-test*

Hasil *Post-test* Pengetahuan ASI Eksklusif untuk Pencegahan *Stunting*

Tabel. 3 Hasil *Post-test* Responden (n=34)

Skor <i>Post Test</i>	Frekuensi
0	0
25	0
50	2
75	24
100	8
Total	34

Berdasarkan tabel hasil *post-test* responden, didapatkan hasil pengetahuan responden setelah mendapatkan edukasi penyuluhan pendidikan kesehatan ASI Eksklusif untuk pencegahan *stunting*. Dari hasil *post-test* didapatkan data responden yang mendapatkan skor 50 sebanyak 2 orang (5.882 %), responden yang mendapatkan skor 75 sebanyak 24 orang (75.588 %), dan responden yang mendapatkan skor 100 sebanyak 8 orang (23.529 %). Pemberian pendidikan kesehatan ini dapat dikatakan cukup efektif dalam eningkatan pengetahuan mengenai ASI Eksklusif untuk mencegah *stunting*.

Tabel. 4 Perbandingan Hasil Pre-test dan Post-test

Hasil Pre-test	Hasil Post-test
58,088	79,412

Inisiatif pendidikan kesehatan yang berkaitan dengan pemberian ASI Eksklusif sejalan dengan temuan studi oleh (Efendi et al., 2021) yang mengindikasikan adanya korelasi antara kejadian *stunting* dan tingkat pengetahuan ibu tentang ASI Eksklusif. Begitu juga dalam penelitian Rossi Septina et al (2023) menyatakan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara sebelum diberikan penyuluhan mengenai ASI Eksklusif dalam mencegah *stunting* dan setelah diberikan penyuluhan. Tujuan dari Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs) 2030 pada tahun 2025 adalah untuk memerangi *stunting* pada balita, dan kegiatan penyuluhan ini sejalan dengan tujuan tersebut (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2016; Rossi Septina et al., 2023).

Hasil pendidikan kesehatan yang dilakukan kepada masyarakat dapat dikatakan menunjukkan hasil yang positif karena hasil *post-test* responden yang lebih tinggi dibandingkan dengan hasil *pre-test* responden. Rencana tindak lanjut pada kegiatan ini yaitu perlu diberikannya edukasi secara bertahap untuk mengingat kembali materi yang telah disampaikan. Sebagai bentuk antisipasi mahasiswa KKN-T kelompok 5 Desa Jatihurip membagikan leaflet yang disimpan di posyandu Anthurium yang dapat digunakan masyarakat untuk mengingat kembali materi yang telah disampaikan.

Kesimpulan

Program kerja kegiatan pendidikan kesehatan mengenai ASI Eksklusif sebagai upaya pencegahan *stunting* berjalan dengan lancar, masyarakat terlihat antusias dalam pendidikan kesehatan dan dapat mengikuti rangkaian acara dari awal hingga akhir sehingga tujuan kegiatan tercapai. Penyuluhan yang diberikan berhasil memberikan pengetahuan bahwa ASI Eksklusif merupakan salah satu nutrisi utama yang dibutuhkan bayi dengan usia 0 – 6 bulan sehingga diharapkan dapat menurunkan angka kejadian *stunting*. Penyuluhan ini diberikan agar meningkatkan pengetahuan tentang ASI Eksklusif

Saran

1. Posyandu

Diharapkan dapat memberikan edukasi lanjutan yang diberikan kepada masyarakat tentang pentingnya pemberian ASI Eksklusif bagi bayi usia 0 – 6 bulan untuk pencegahan *stunting* dan pertumbuhan serta perkembangan bayi.

2. Penelitian Selanjutnya

Diharapkan dapat meneliti mengenai sikap Ibu setelah diberikannya pendidikan kesehatan ASI Eksklusif sebagai upaya pencegahan *stunting*.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kami sampaikan kepada seluruh pihak yang berperan serta dan memberikan dukungan, dalam mensukseskan kegiatan program pengabdian ini. Tanpa kontribusi dan kerjasama dari berbagai pihak, kegiatan ini tidak akan dapat berjalan dengan lancar dan mencapai tujuan yang diharapkan. Oleh karena itu, dengan tulus kami ucapkan terima kasih kepada:

1. Seluruh masyarakat Dusun 1 Desa Jatihurip atas partisipasi dan antusiasmenya dalam mengikuti kegiatan penyuluhan kesehatan ini.
2. Kader Posyandu Anthurium yang telah membantu menyediakan tempat dan mendukung kelancaran kegiatan penyuluhan.
3. Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang yang telah memfasilitas dan memberi kesempatan pada kami untuk melaksanakan program KKN Tematik ini.
4. Seluruh Tim KKN-T Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan yang telah bekerja keras dan berdedikasi dalam mempersiapkan serta melaksanakan kegiatan penyuluhan.
5. Seluruh pihak yang telah membantu dalam kesuksesan program pengabdian masyarakat ini, yang tidak dapat kami sebutkan satu persatu.

Semua kontribusi dan kerjasama yang telah diberikan sangat berarti bagi kami dan telah menjadi bagian penting dalam kesuksesan program ini. Kami berharap sinergi yang baik ini dapat terus terjalin di masa mendatang.

Referensi

- Asmin, E., & Abdullah, M. R. (2021). ASI Eksklusif dan Imunisasi Berhubungan dengan Kejadian *Stunting* pada Anak Usia 9-24 Bulan di Puskesmas Rumah Tiga, Ambon. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 15(2), 196–201. <https://doi.org/10.33860/jik.v15i2.487>

- Efendi, S., Sriyanah, N., Cahyani, A. S., Hikma, S., & K, K. (2021). Pentingnya Pemberian Asi Eksklusif Untuk Mencegah *Stunting* Pada Anak. *Idea Pengabdian Masyarakat*, 1(02), 107–111. <https://doi.org/10.53690/ipm.v1i01.71>
- Hizriyani, R., & Aji, T. S. (2021). Pemberian ASI Eksklusif Sebagai Pencegahan *Stunting*. *Jurnal Jendela Bunda*, 8(2), 56–58. <https://ojs.nchat.id/index.php/nchat/article/view/13>
- Husna, A., & Farisni, T. N. (2022). Hubungan Asi Eksklusif Dengan *Stunting* Pada Anak Balita Di Desa Arongan Kecamatan Kuala Pesisir Kabupaten Nagan Raya. *Jurnal Biology Education*, 10(1), 33–43. <https://doi.org/10.32672/jbe.v10i1.4122>
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Panduan Hari Gizi Nasional ke 64 Tahun 2024*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/panduan-hari-gizi-nasional-ke-64-tahun-2024>
- Khoiriyah, H., & Ismarwati, I. (2023). Faktor Kejadian *Stunting* Pada Balita : Systematic Review. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 12(01), 28–40. <https://doi.org/10.33221/jikm.v12i01.1844>
- M, S. (2020). Perbedaan Pemberian ASI Eksklusif dengan PASI terhadap Tumbuh Kembang pada Anak Usia 0-12 Bulan. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 1(1), 19–27. <https://doi.org/10.36590/kepo.v1i1.80>
- Mediloka, M., Puji Lestari, I., & Nurvinanda, R. (2024). Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Pemberian ASI Eksklusif Terhadap Kejadian *Stunting* Pada Balita. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, Volume 6(1), 155–164. <https://doi.org/https://doi.org/10.37287/jppp.v6i1.2063>
- Rossi Septina, Lilik Susilowati, & Titim Adrianingsih. (2023). Pengetahuan Ibu Tentang Pentingnya ASI Eksklusif Dalam Mencegah *Stunting*. *JURPIKAT (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 4(3), 723–730. <https://doi.org/10.37339/jurpikat.v4i3.1572>
- Rustandi, D. (2024). *Survei Kesehatan Indonesia, Stunting di Sumedang Menurun Tajam*. Pemerintah Kabupaten Sumedang. <https://sumedangkab.go.id/berita/detail/survei-kesehatan-indonesia-stunting-di-sumedang-menurun-tajam>

- Sampe, S. A., Toban, R. C., & Madi, M. A. (2022). Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian *Stunting* pada Anak Balita. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 448–455. <https://doi.org/10.37010/mnhj.v3i1.498>
- Sitanggang, T. W., Anggraini, D., Putri, D. U. P., & Budiati, E. (2022). Penyuluhan Kesehatan Mengenai Bahaya *Stunting*. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 4(2), 311-316.b
- WHO. (2023). *Joint child malnutrition estimates*. <https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/joint-child-malnutrition-estimates-unicef-who-wb>
- Wigunantiningasih, A., & Sukoco, A. (2021). Gambaran Pemberian Asi Eksklusif Di Kabupaten Karanganyar. *Jurnal Ilmiah Maternal*, 5(1), 26–30. <https://doi.org/10.54877/maternal.v5i1.825>
- Yulfitrah, W., Muhaimin, S., & Namawan. (2020). Pandangan Suku Mornene Terhadap Asi Eksklusif di Desa Balo Kecamatan Kabaena Timur Kabupaten Bombana. *Jurnal Keperawatan*, 04(02), 9–18. <https://stikesks-kendari.e-journal.id/JK/article/view/439>