



Edukasi Ibu Hamil dalam Mewujudkan Keberhasilan ASI Eksklusif untuk Mencegah Kejadian Stunting

Binarni Suhertusi¹, Fatmi Nirmala Sari²
STIKes Alifah Padang, Indonesia^{1,2}

E-mail : binarni13@gmail.com¹, fatmi.nirmala@gmail.com²

Abstrak

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan dengan melakukan penyuluhan dan edukasi pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang. Peserta ibu hamil di Wilayah kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang sebanyak 20 orang. Pengabdian ini dilakukan pada bulan Februari 2022 di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin. Penyuluhan dan edukasi yang diberikan adalah tentang ASI Eksklusif dan *stunting*. ASI Eksklusif adalah pemberian ASI saja tanpa pemberian makanan yang lain sampai usia bayi 6 bulan. *Stunting* adalah masalah kurang gizi kronis yang disebabkan kurangnya asupan gizi dalam waktu yang cukup lama, hal ini menyebabkan adanya gangguan di masa yang akan datang seperti mengalami kesulitan dalam mencapai perkembangan fisik dan kognitif yang optimal. Melalui kegiatan ini, dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif dan manfaat untuk anaknya.

kata kunci: edukasi, ASI eksklusif, *stunting*

Abstract

Community service activities are carried out by providing counseling and education to pregnant women in the Padang City Air Cold Health Center Work Area. Participants of pregnant women in the working area of the Padang City Air Cold Health Center were 20 people. This Community Service is carried out in February 2022 in the Working Area of the Air Cold Health Center. The counseling and education provided was about exclusive breastfeeding and stunting. Exclusive breastfeeding is breastfeeding only without giving other foods until the baby is 6 months old. Stunting is a chronic malnutrition problem caused by lack of nutritional intake for a long time, this causes future disturbances such as experiencing difficulties in achieving optimal physical and cognitive development. Through this activity, mothers can increase knowledge about exclusive breastfeeding and the benefits for their children.

Keywords: education, exclusive breastfeeding, *stunting*

Copyright (c) 2022 Binarni Suhertusi, Fatmi Nirmala Sari

✉ Corresponding author

Address : STIKes Alifah Padang

Email : binarni13@gmail.com

DOI : <https://doi.org/10.31004/abdidas.v3i6.712>

ISSN 2721- 9224 (Media Cetak)

ISSN 2721- 9216 (Media Online)

PENDAHULUAN

Prevalensi stunting pada balita berdasarkan hasil Riskesdas pada tahun 2013 prevalensi stunting sebanyak 37,2 % dan pada tahun 2018 prevalensi ini menurun secara nasional menjadi 30,8% (Kemenkes, 2018). Berdasarkan prevalensi stunting tersebut, kejadian stunting di Indonesia masih menjadi masalah karena prevalensi nasional masih diatas toleransi yang ditetapkan WHO yang hanya 20 % (Kemenkes, 2016). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2015, prevalensi stunting tertinggi berada di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin yaitu sebesar 34,6 % yang terdiri dari 22,5 % pendek dan 12,1 % sangat pendek.

Stunting merupakan sebuah masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam waktu yang cukup lama, hal ini menyebabkan adanya gangguan di masa yang akan datang yakni mengalami kesulitan dalam mencapai perkembangan fisik dan kognitif yang optimal. Anak stunting mempunyai Intelligence Quotient (IQ) lebih rendah dibandingkan rata-rata IQ anak normal (Kemenkes RI, 2018).

Stunting terjadi mulai janin masih dalam kandungan dan baru nampak saat anak berusia dua tahun. 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 juga memiliki risiko terjadinya penurunan kemampuan intelektual, produktivitas, dan peningkatan risiko penyakit degeneratif. Anak stunting juga cenderung lebih rentan terhadap

penyakit infeksi, sehingga berisiko mengalami penurunan kualitas belajar di sekolah dan berisiko lebih sering absen, sehingga mengakibatkan kerugian ekonomi jangka panjang bagi Indonesia (Kartikawati, 2011 dalam Indrawati, 2016).

ASI (Air Susu Ibu) adalah air susu yang dihasilkan oleh ibu dan mengandung zat gizi yang diperlukan oleh bayi untuk kebutuhan dan perkembangan bayi. Bayi hanya diberi ASI saja, tanpa tambahan cairan lain seperti susu formula, air jeruk, madu, air teh, air putih dan tanpa tambahan makanan padat seperti pisang, pepaya, bubur susu, biskuit, bubur nasi dan tim, selama 6 bulan (Mufdlilah, dkk. 2017). Manfaat ASI eksklusif bagi bayi antara lain sebagai nutrisi lengkap, meningkatkan daya tubuh, meningkatkan kecerdasan mental dan emosional yang stabil serta spiritual yang matang diikuti perkembangan sosial yang baik, mudah dicerna dan diserap, memiliki komposisi lemak, karbohidrat, kalori, protein dan vitamin, perlindungan penyakit infeksi, perlindungan alergi karena didalam ASI mengandung antibodi, memberikan rangsang intelegensi dan saraf, meningkatkan kesehatan dan kepandaian secara optimal (Mufdlilah, dkk, 2017).

Hasil studi pendahuluan melalui wawancara yang dilakukan di Wilayah kerja Puskesmas Air Dingin, ibu-ibu hamil banyak yang tidak mengetahui tentang stunting. Mereka mengatakan bahwa apabila gizi tidak tercukupi maka anak dikatakan kurang gizi tanpa mengetahui batasan dan indikatornya.

Pemberian edukasi tentang ASI eksklusif dan stunting diharapkan dapat memberikan informasi kepada ibu-ibu untuk termotivasi dalam

memberikan ASI eksklusif untuk mendapatkan pertumbuhan dan perkembangan yang sesuai untuk anak-anak mereka.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan dengan melakukan penyuluhan pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang. Penyuluhan yang disampaikan oleh mahasiswa dan dosen Stikes Alifah Padang. Peserta ibu post hamil di Wilayah kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang sebanyak lebih kurang 20 orang. Pengabdian ini dilakukan pada bulan Februari 2022 di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan dengan memberikan penyuluhan pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang. Peserta ibu hamil di Wilayah kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang sebanyak lebih kurang 20 orang. Pengabdian ini dilakukan pada bulan Februari 2021 di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin.

ASI Eksklusif adalah pemberian ASI saja tanpa pemberian makanan yang lain sampai usia bayi 6 bulan. Stunting adalah masalah kurang gizi kronis yang disebabkan kurangnya asupan gizi dalam waktu yang cukup lama, hal ini menyebabkan adanya gangguan di masa yang akan datang seperti mengalami kesulitan dalam mencapai perkembangan fisik dan kognitif yang optimal.

Kegiatan ini memberikan penyuluhan dan edukasi tentang ASI eksklusif diantaranya :

1. Pengertian

ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan sampai usia enam bulan, tanpa menambahkan dan/atau mengganti dengan makanan atau minuman lain kecuali obat, vitamin dan mineral.

2. Komposisi

- a. Kolostrum
- b. ASI masa transisi
- c. ASI matur

3. Manfaat

- a. Bagi bayi
- b. Bagi ibu

Selain itu juga diberikan penyuluhan tentang stunting, kepada ibu hamil yang disampaikan oleh mahasiswa dan dosen Stikes Alifah Padang.

1. Pengertian

Masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam waktu yang cukup lama, hal ini menyebabkan adanya gangguan di masa yang akan datang yakni mengalami kesulitan dalam mencapai perkembangan fisik dan kognitif yang optimal.

2. Penilaian

Dilakukan melalui pengukuran antropometri, seperti :

- a. Berat Badan menurut Umur (BB/U)
- b. Panjang/Tinggi Badan menurut Umur (PB/U atau TB/U)
- c. Berat Badan menurut Panjang/Tinggi Badan (BB/PB atau BB/TB)
- d. Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U)

Peserta mengikuti kegiatan dengan antusias. Beberapa ibu diberikan kesempatan bertanya dan diberikan penjelasan ulang dan lebih detail oleh tim pengabdian dan bidan untuk meningkatkan pengetahuan ibu. Kegiatan ini diakhiri dengan pemberian aroma terapi kepada ibu/peserta. Melalui kegiatan ini, meningkatkan pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif dan *stunting*.



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan

SIMPULAN

Stunting dapat terjadi pada anak yang kekurangan gizi. Salah satu penyebab kekurangan gizi adalah tidak diberikannya ASI eksklusif kepada anak usia 0-6 bulan. Selama kegiatan ini berlangsung peserta mengikuti dengan antusias. Melalui kegiatan ini, diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif dan *stunting*.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ucapkan kepada Yayasan Pendidikan Alifah Nur Ikhlas Padang yang telah mensupport

kegiatan ini dari awal sampai selesai. Terima kasih juga kami ucapkan kepada pihak puskesmas Air Dingin yang telah memfasilitasi kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- De Porter, Bobbi Dan Hernacki, Mike. 1992. *Quantum Learning*. Membiasakan Belajar Nyaman Dan Menyenangkan. Terjemahan Oleh Alwiyah Abdurrahman. Bandung: Penerbit Kaifa.
- Fauziddin. 2014. *Pembelajaran Paud Bermain Cerita Menyanyi Secara Islami*. Bandung. Pt. Remaja Rosda Karya.
- Sujimat, D. Agus. 2000. *Penulisan Karya Ilmiah*. Makalah Disampaikan Pada Pelatihan Penelitian Bagi Guru Sltip Negeri Di Kabupaten Sidoarjo Tanggal 19 Oktober 2000 (Tidak Diterbitkan). Mkks Sltip Negeri Kabupaten Sidoarjo
- Suparno. 2000. *Langkah-Langkah Penulisan Artikel Ilmiah Dalam Sauekah*, Ali Dan Waseso, M.G. 2000. *Menulis Artikel Untuk Jurnal Ilmiah*. Malang: Um Press.
- Unesa. 2000. *Pedoman Penulisan Artikel Jurnal*, Surabaya: Lembaga Penelitian Universitas Negeri Surabaya.