

Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita Terkait MP ASI Kaya Protein Hewani di Posyandu di Wilayah Kerja Puskesmas Hajimena

Efforts to Increase Knowledge of Toddlers' Mothers Regarding MP ASI that Rich in Animal Protein at Posyandu in the Region of Puskesmas Hajimena

Afiska Prima Dewi^{1*}, Ritma Dewanti¹, Syamsopyan¹, Suherman¹, Hernianti¹

¹STIKES Adila di Kota Bandar Lampung, Indonesia

*Korespondensi : afiska.pd@gmail.com

Article History:

Received: November 30, 2024;

Revised: Desember 30, 2024;

Accepted: Januari 30, 2025;

Online Available: Februari 06, 2025;

Keywords:

stunting, nutrition education, MP ASI creation

Abstract:

Stunted is a growth disorder in children due to chronic malnutrition and repeated infections. Stunted is characterized by the child's length or height being below the standard identified through anthropometric measurements using the PB/U or TB/U index. One of fulfillment of toddler nutritional is MP ASI (Complementary Food for Breast Milk). MP ASI that rich in animal protein can provide sufficient nutrients for toddlers so that can avoid stunted problems. Therefore, it is necessary to increase the knowledge of toddlers' mothers regarding MP ASI that rich in animal protein. This event was carried out at 2 Posyandu : Posyandu Induk Desa Pemanggilan and Posyandu Srimulyo I H on February 6 and 7, 2024. Target of this activity was mothers of toddlers at both Posyandu. The results showed an increase in knowledge before and after nutrition education that indicated by the results of Wilcoxon Test : p value of 0.025 (<0.05) on the first day and p value of 0.047 (<0.05) on the second day.

Abstrak

Stunting merupakan gangguan pertumbuhan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang yang ditandai dengan panjang atau tinggi badan anak berada dibawah standar yang diidentifikasi melalui pengukuran antropometri menggunakan indeks PB/U atau TB/U dimana kategori *stunted* (pendek) kurang dari -2 SD. Pemenuhan kebutuhan gizi balita mempertimbangkan banyak hal salah satunya adalah MP ASI (Makanan Pendamping ASI). MP ASI kaya akan protein hewani dapat memenuhi kebutuhan gizi balita sehingga balita dapat terhindar dari masalah *stunting*. Karena itu, perlu adanya upaya peningkatan pengetahuan ibu balita terkait MP ASI kaya protein hewani. Kegiatan ini dilaksanakan di dua posyandu yaitu Posyandu Induk Desa Pemanggilan dan Posyandu Srimulyo I pada tanggal 6 dan 7 Februari 2024. Sasaran kegiatan ini adalah ibu balita di kedua posyandu tersebut. Hasil kegiatan ini menunjukkan ada peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi yang ditunjukkan dari hasil uji wilcoxon *p value* 0,025 (< 0,05) pada hari pertama serta *p value* 0,047 (< 0,05) pada hari kedua.

Kata Kunci: *stunting*, edukasi gizi, kreasi MP ASI

1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang yang ditandai dengan panjang atau tinggi badan anak berada dibawah standar. *Stunting* diidentifikasi melalui pengukuran antropometri menggunakan indeks PB/U atau TB/U dimana kategori *stunted* (pendek) berada pada ambang batas (*z-score*) -2 SD sampai -3 SD dan *severely stunted* (sangat pendek) kurang dari -3 SD (Kemenkes, 2020).

Stunting merupakan kondisi kekurangan gizi pada balita yang berlangsung lama yang dapat menyebabkan terhambatnya pertumbuhan dan perkembangan anak. *Stunting* disebabkan

oleh kekurangan asupan gizi dalam waktu cukup lama pada 1.000 hari pertama kehidupan, dari janin hingga usia 24 bulan. Kondisi ini menyebabkan perkembangan otak dan fisik balita menjadi terhambat dan rentan terhadap penyakit. Selain itu, balita stunting cenderung sulit berpretasi dan saat dewasa berisiko mengalami penyakit degeneratif (Nirmalasari, 2020).

Gizi memiliki peranan besar dalam kesehatan optimal seorang individu, terutama pada balita. Gizi yang cukup serta seimbang dibutuhkan balita untuk proses pertumbuhan dan perkembangan. Jika asupan gizi tidak terpenuhi secara cukup dan seimbang, maka dapat berakibat pada masalah gizi serta pertumbuhan dan perkembangan balita akan terhambat. Pemenuhan kebutuhan gizi balita mempertimbangkan banyak hal salah satunya adalah MP ASI (Makanan Pendamping ASI) (Pritasari, 2017; Almatsier, 2011).

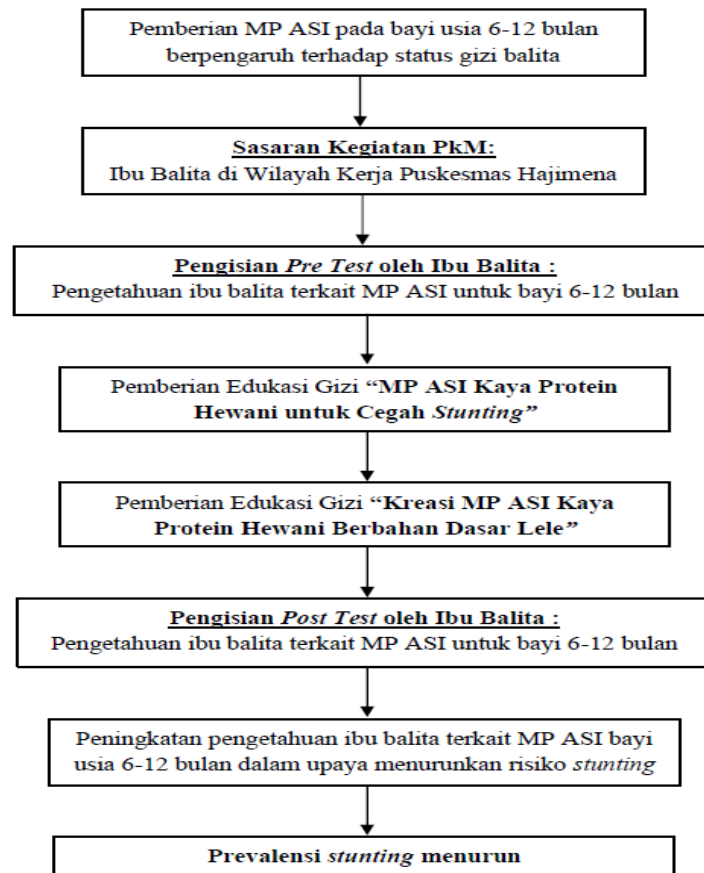
MP ASI merupakan makanan tambahan yang diberikan pada bayi setelah usia 6 bulan untuk mencukupi kebutuhan gizi bayi selain dari ASI. MP ASI dianjurkan mulai diberikan setelah bayi berusia 6 bulan karena sebelum usia tersebut imunitas tubuh bayi terhadap zat penyebab alergi belum optimal. Banyak produk MP ASI komersil yang dijual dipasaran. Produk tersebut umumnya dibuat dari bahan utama beras atau sereal yang diperkaya dengan protein nabati, bukan protein hewani. Padahal protein hewani mengandung asam amino serta vitamin dan mineral yang lebih lengkap serta mengandung asam lemak yang dibutuhkan untuk perkembangan fisik dan otak balita. Protein hewani juga lebih mudah disintesis tubuh dan mampu meningkatkan massa otot (Amalia, 2022; Pritasari, 2017).

MP ASI kaya protein hewani yang diberikan secara cukup pada balita dapat memenuhi kebutuhan gizi balita sehingga balita dapat terhindar dari masalah *stunting*. Melihat pentingnya hal ini, perlu adanya upaya peningkatan pengetahuan ibu balita terkait MP ASI kaya protein hewani. Pemahaman yang baik tentang MP ASI kaya protein hewani pada ibu balita dapat mencegah balita mengalami *stunting*.

2. METODE

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini mengangkat topik “MP ASI Kaya Protein Hewani untuk Cegah *Stunting*” dan “Kreasi MP ASI Kaya Protein Hewani Berbahan Dasar Lele”. Kegiatan ini dilaksanakan di dua posyandu yaitu Posyandu Induk Desa Pemanggilan dan Posyandu Srimulyo I pada dua hari yang berbeda yaitu Selasa dan Rabu (6-7 Februari 2024). Kegiatan ini memiliki tiga pokok kegiatan utama yaitu : 1) Pengisian kuesioner *pretest* oleh ibu balita untuk mengetahui pengetahuan awal ibu balita terkait MP ASI; 2) Kegiatan penyuluhan atau edukasi gizi terkait “MP ASI Kaya Protein Hewani untuk Cegah *Stunting*” dan “Kreasi MP ASI Kaya Protein Hewani Berbahan Dasar Lele”. Selain pemberian

edukasi, ibu balita yang hadir juga diberi sampel MP ASI hasil kreasi mahasiswa berbahan dasar lele sesuai topik materi kedua; dan terakhir 3) Pengisian kuesioner *posttest* oleh ibu balita untuk mengetahui pengetahuan ibu balita setelah pemberian penyuluhan.



Gambar 1. Kerangka Pemecahan Masalah

Evaluasi kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini dilaksanakan dengan memberikan *pretest* dan *posttest* pada ibu balita sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan atau edukasi gizi terkait “MP ASI Kaya Protein Hewani untuk Cegah *Stunting*” dan “Kreasi MP ASI Kaya Protein Hewani Berbahan Dasar Lele”. Hasil *pretest* dan *post test* ini kemudian dianalisis dan dievaluasi untuk mengetahui apakah ada perbedaan pengetahuan ibu balita yang menjadi subjek edukasi gizi sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi.

3. HASIL

Sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah ibu balita di Posyandu Induk Desa Pemanggilan dan Srimulyo I di Wilayah Kerja Puskesmas Hajimena, Kecamatan Natar, Kabupaten Lampung Selatan. Target kegiatan ini yaitu peningkatan pengetahuan ibu balita terkait MP ASI yang kaya akan protein hewani untuk dapat cegah *stunting* dan pemanfaatan lele sebagai bahan baku pembuatan MP ASI yang kaya akan protein hewani.

Tabel 1 Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi Hari Pertama

Pengetahuan	n	Rerata	SD	p value
<i>Pre Test</i>	17	62,5	17,521	0,025
<i>Post Test</i>	17	76,3	18,428	

Tabel 2 Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi Hari Kedua

Pengetahuan	n	Rerata	SD	p value
<i>Pre Test</i>	12	59,8	17,213	0,047
<i>Post Test</i>	12	72,4	18,172	

Tabel 1 menunjukkan pada hari pertama terdapat peningkatan nilai rata-rata dari nilai rata-rata *pre test* (62,5) dengan nilai SD (17,521) menjadi nilai rata-rata *post test* (76,3) dengan nilai SD (18,428). Hasil uji wilcoxon pada hari pertama menunjukkan nilai p (0,025) < (0,05) yang berarti terdapat perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi. Tabel 2 menunjukkan pada hari kedua terdapat peningkatan nilai rata-rata dari nilai rata-rata *pre test* (59,8) dengan nilai SD (17,213) menjadi nilai rata-rata *post test* (72,4) dengan nilai SD (18,172). Hasil uji wilcoxon hari kedua menunjukkan nilai p (0,047) < (0,05) yang berarti ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi gizi.

4. DISKUSI

Peserta pada pengabdian ini sebagian besar merupakan ibu dari balita dan juga terdapat beberapa pengasuh balita yang menjadi peserta. Selain memberi penyuluhan, tim kami juga memberi sampel MP ASI berbahan dasar lele yang menjadi materi penyuluhan kedua. Pengetahuan peserta sebelum diberi edukasi sebagian besar termasuk pada kategori cukup. Hal ini disebabkan sebagian besar peserta rutin mengikuti posyandu yang dilakukan oleh Puskesmas Hajimena tiap bulannya. Kegiatan penyuluhan MP ASI yang dilakukan oleh tim kami disambut dengan antusias oleh ibu balita. Bentuk antusias itu ditunjukkan dengan beberapa ibu balita bertanya terkait kendala pemberian MP ASI pada bayi mereka serta proses pembuatan MP ASI berbahan dasar lele yang dijadikan sampel kami.



Gambar 1. Penyuluhan MP ASI Kaya Protein Hewani pada Hari Pertama



Gambar 2. Penyuluhan MP ASI Kaya Protein Hewani pada Hari Kedua

Berdasarkan hasil olah data, pada hari pertama terdapat peningkatan nilai rata-rata dari nilai rata-rata *pre test* (62,5) dengan nilai SD (17,521) menjadi nilai rata-rata *post test* (76,3) dengan nilai SD (18,428). Hal ini juga terjadi pada penyuluhan hari kedua dimana terdapat peningkatan nilai rata-rata dari nilai rata-rata *pre test* (59,8) dengan nilai SD (17,213) menjadi nilai rata-rata *post test* (72,4) dengan nilai SD (18,172). Berdasarkan hasil uji wilcoxon, hari pertama diperoleh nilai p ($0,025$) $<$ ($0,05$) yang berarti terdapat perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi. Hari kedua diperoleh nilai p ($0,047$) $<$ ($0,05$) yang berarti ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi gizi.

Pengetahuan merupakan domain yang penting dalam membentuk tindakan seseorang. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan terjadi setelah melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan merupakan salah satu faktor penting terbentuknya tindakan. Pengetahuan dengan dasar pemahaman yang tepat dapat menimbulkan pemahaman positif sehingga akhirnya tumbuh suatu bentuk perilaku yang diharapkan. Penelitian menunjukkan intervensi edukasi terkait MP ASI berpengaruh pada pengetahuan responden (Aprillia, 2020).

Pemberian makanan pendamping ASI atau MPASI memiliki keterkaitan dengan terjadinya *stunting*. Pemberian MP ASI yang tidak adekuat dan terlalu dini adalah salah satu faktor penyebab terjadinya masalah gizi *stunting*. Frekuensi pemberian MP ASI yang benar dan sesuai dengan perkembangan pertumbuhan anak dapat mengurangi angka terjadinya *stunting*.

Frekuensi pemberian MP-ASI tidak sesuai standar berhubungan signifikan dengan kejadian *stunting*. Penelitian lain juga menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi pemberian MP-ASI dengan status gizi anak (Amalia, 2022; Nirmalasari, 2020).

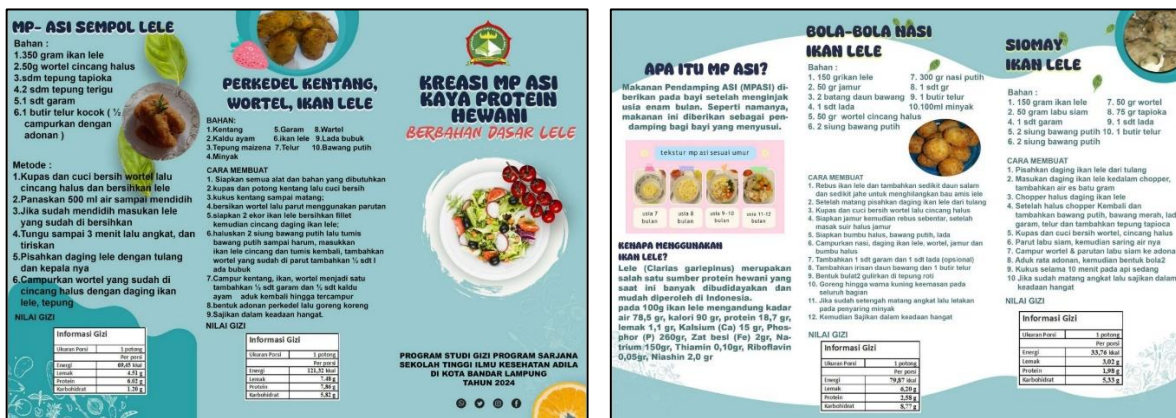
Usia pemberian MP-ASI yang tepat sesuai dengan usia memiliki peluang 1,6 kali tidak *stunting* dibandingkan balita yang diberi MP ASI yang tidak tepat. Pemberian MP ASI pada usia terlalu dini dapat meningkatkan risiko terjadinya *stunting* pada balita. MP ASI dianjurkan mulai diberikan setelah bayi berusia 6 bulan karena sebelum usia tersebut imunitas tubuh bayi terhadap zat penyebab alergi (alergen) belum optimal. Pemberian MP ASI terlalu dini berkaitan dengan peningkatan gangguan gastrointestinal yang berakibat gangguan pertumbuhan, defisiensi zat gizi mikro, dan rentan terkena penyakit menular pada masa dua tahun pertama kehidupan (Amalia, 2022; Pritasari, 2017; Kemenkes, 2014).

Salah satu zat gizi makro yang berperan penting dalam pencegahan *stunting* adalah protein. Protein bertindak dalam proses pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan tubuh serta menggantikan sel-sel yang rusak. Apabila asupan protein tidak adekuat saat periode pertumbuhan balita, maka proses tumbuh kembang balita dapat terlambat dan masalah gizi *stunting* dapat timbul. Tingkat kecukupan gizi protein memiliki hubungan dengan kejadian *stunting*. Apabila asupan protein kurang, maka lebih berisiko mengalami *stunting* (Amalia, 2022; Kemenkes, 2014; Almatsier, 2011).

Lele (*Clarias gariepinus*) merupakan salah satu sumber protein hewani yang saat ini banyak dibudidayakan dan mudah diperoleh di Indonesia. Beberapa syarat pembuatan MPASI juga perlu dipenuhi, yang meliputi kandungan zat gizi, kebersihan, campuran yang perlu ditambahkan, dan tidak boleh diradiasi. Selain itu, perlu dipertimbangkan pula tingkat penerimaan MP ASI karena bayi akan menerima MPASI dengan karakter tekstur lembut (sesuai dengan kemampuan pencernaannya), lebih menyukai rasa manis, menolak rasa pahit, dan menyukai rasa gurih yang diberi garam, serta menyukai flavor tergantung saat pertama kali diberi MPASI (Aprilia, 2016; Almatsier, 2011).



Gambar 3. Leaflet MP ASI Kaya Protein Hewani Cegah Stunting



Gambar 4. Leaflet Kreasi MP ASI Kaya Protein Hewani Berbahan Dasar Lele

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan yaitu terdapat peningkatan nilai rata-rata dan perbedaan sebelum dan sesudah diberikan edukasi terhadap pengetahuan ibu balita terkait pemberian MP ASI kaya protein hewani untuk cegah stunting.

DAFTAR REFERENSI

- Almatsier, Sunita *et al.* (2011) *Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta : Gramedia
- Amalia, Riza *et al.* (2022) *Hubungan antara Riwayat Pemberian MP ASI dan Kecukupan Protein dengan Kejadian Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Bantaran Kabupaten Probolinggo*. *Media Gizi Indonesia (National Nutrition Journal)*. 17(3), 310–319
- Aprilia, Veriani & Hati, Febrina Suci (2016) *Formulasi Bubur Bayi MPASI yang Diperkaya Hidrolisat Protein Ikan Lele Dumbo (Clarias gariepinus)*. *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia*, 4 (2), 88-96
- Aprillia, Yuna Trisuci *et al* (2020) *Pengetahuan Ibu Tentang Makanan Pendamping ASI (MP-ASI)*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9 (2), 865-872
- Fahmida, Umi and Drupadi HS Dillon. 2007. *Nutritional Assesment*. Jakarta : Seameo-Tropmed RCCN UI
- Gibson, Rosalind S. 2005. *Principles of Nutritional Assesment. Second Edition*. Oxford : Oxford University Press Inc
- Kemenkes (Kementerian Kesehatan). (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 66 Tahun 2014 Tentang Pemantauan Pertumbuhan, Perkembangan, dan Gangguan Tumbuh Kembang Anak*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta
- Kemenkes (Kementerian Kesehatan). (2020). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta
- Nirmalasari, N. O. (2020). *Stunting Pada Anak : Penyebab dan Faktor Risiko Stunting di Indonesia*. *Qawwam*, 14(1), 19-28
- Pritasari *et al.* (2017) *Bahan Ajar Gizi : Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Thamaria, Netty. (2017). *Bahan Ajar Gizi : Penilaian Status Gizi*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia