



## *Education and training on preparing complementary feeding (MP-ASI) from local ingredients to prevent stunting*

Eddy Fitriahadi✉, Esitra Herfanda

Universitas Aisyiyah Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia

✉ [ennyfitriahadi@unisayogya.ac.id](mailto:ennyfitriahadi@unisayogya.ac.id)

 <https://doi.org/10.31603/ce.10278>

### **Abstract**

*Stunting can occur during fetal development and becomes apparent when the child reaches two years of age. Without proper intervention, such as balanced catch-up growth, stunting can lead to decreased overall growth. This issue is a significant public health concern, associated with an elevated risk of morbidity, mortality, and impediments to both motor and mental development. One proactive approach to address stunting involves education and training in the preparation of Complementary Feeding (MP-ASI) using locally sourced snakehead fish and Moringa leaves. Our observations, conducted until September 2022, revealed that out of 109 children in Sidoarum Village, 34 were identified as stunted. Our initiative commenced with socialization efforts and progressed to educational sessions and practical training in MP-ASI preparation using local ingredients. Participants in these sessions included 40 mothers of toddlers. Notably, 75% of the participants demonstrating high knowledge following the stunting education and MP-ASI preparation training. In addition to enhancing maternal understanding of stunting prevention, our service providers conducted assessments of toddlers' growth and development.*

**Keywords:** MP-ASI; Stunting; Toddler

## **Edukasi dan pelatihan pembuatan MP-ASI berbahan dasar lokal untuk mencegah *stunting***

### **Abstrak**

*Stunting dapat terjadi mulai janin masih dalam kandungan dan baru nampak saat anak berusia dua tahun dan bila tidak diimbangi dengan *catch-up growth* (tumbuh kejar) mengakibatkan menurunnya pertumbuhan. Masalah *stunting* merupakan masalah kesehatan masyarakat yang berhubungan dengan meningkatnya risiko kesakitan, kematian dan hambatan pada pertumbuhan baik motorik maupun mental. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi *stunting* yaitu edukasi dan pelatihan membuat MP-ASI berbahan dasar lokal ikan gabus dan daun kelor. Berdasarkan hasil observasi diketahui bahwa hingga September 2022 terdapat 109 anak di Desa Sidoarum dan 34 di antaranya terindikasi mengalami *stunting*. Kegiatan diawali dengan sosialisasi dan dilanjutkan dengan edukasi *stunting* dan pelatihan membuat MP-ASI berbahan dasar lokal ikan gabus dan daun kelor. Peserta yang hadir terdiri dari ibu balita sebanyak 40 orang dimana 75% peserta memiliki pengetahuan tinggi setelah dilakukan edukasi *stunting* dan pelatihan pembuatan MP-ASI. Selain meningkatkan pengetahuan ibu tentang pencegahan *stunting*, pengabdian juga melakukan pemeriksaan pertumbuhan dan perkembangan balita.*

**Kata Kunci:** MP-ASI; Stunting; Balita

# 1. Pendahuluan

---

*Stunting* merupakan kondisi kekurangan gizi kronis yang terjadi pada saat periode kritis dari proses tumbuh dan kembang sejak dari dalam kandungan, dimana hasil pengukuran panjang/tinggi badan menurut umur (TB/U atau PB/U) menunjukkan  $< -2$  SD s.d.  $< -3$  SD sesuai standar WHO (Kementerian Kesehatan RI, 2020; UNICEF, 2020). *Stunting* merupakan kondisi gagal tumbuh yang paling dasar akibat kekurangan gizi pada 1.000 hari pertama kehidupan anak. Kondisi ini berefek jangka panjang hingga anak dewasa dan lanjut usia. *Stunting* dapat terjadi mulai janin masih dalam kandungan dan baru nampak saat anak berusia dua tahun dan bila tidak diimbangi dengan *catch-up growth* (tumbuh kejar) mengakibatkan menurunnya pertumbuhan, masalah *stunting* merupakan masalah kesehatan masyarakat yang berhubungan dengan meningkatnya risiko kesakitan, kematian dan hambatan pada pertumbuhan baik motorik maupun mental, dengan gerakan mempercepat perbaikan gizi pada anak harapannya memperbaiki kehidupan anak Indonesia di masa mendatang (Fitriahadi, 2018; Rahmadhita, 2020).

Menurut WHO, Indonesia masuk ke dalam negara ketiga dengan kejadian tertinggi Asia Tenggara sebesar 27,7% (Hidayah et al., 2021). Berdasarkan data World Bank Tahun 2020, prevalensi *stunting* di Indonesia berada pada urutan ke 115 dari 151 negara di dunia dan belum mencapai target nasional dalam penurunan kasus *stunting*. Banyak faktor yang menyebabkan tingginya kejadian *stunting* pada balita. Faktor langsung yang berhubungan dengan *stunting* yaitu asupan makanan dan status kesehatan. Faktor tidak langsung yang berhubungan dengan *stunting* yaitu pola pengasuhan, pelayanan kesehatan, faktor maternal dan lingkungan rumah tangga. Akar masalah yang menyebabkan kejadian *stunting* yaitu status ekonomi keluarga yang rendah (Semba & Bloem, 2001). Kekurangan gizi dapat meningkatkan risiko infeksi, sedangkan infeksi dapat menyebabkan malnutrisi anak kurang gizi, daya tahan terhadap penyakitnya rendah, jatuh sakit dan akan menjadi semakin kurang gizi, sehingga mengurangi kapasitasnya untuk melawan penyakit (Maxwell, 2011).

Dampak yang ditimbulkan akibat *stunting* dalam jangka pendek adalah terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik dan gangguan metabolisme tubuh. Sedangkan dampak buruk jangka panjangnya yaitu menurunnya kemampuan secara kognitif serta prestasi belajar, rendahnya imunitas tubuh sehingga mudah sakit, risiko tinggi terkena penyakit degeneratif serta produktivitas yang rendah sehingga berakibat pada rendahnya produktivitas secara ekonomi (Nwebube et al., 2017; Wardita et al., 2021). Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi *stunting* yaitu dengan upaya pencegahan dan mengurangi gangguan secara langsung (intervensi gizi spesifik) yaitu upaya yang difokuskan pada kelompok 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) antara lain ibu hamil, ibu menyusui dan anak umur 0-23 bulan. 1000 HPK merupakan periode emas atau periode kritis (*windows of opportunity*) dalam penanggulangan *stunting* (Arluis et al., 2017; Hasanah, 2018).

Di Kabupaten Sleman, angka kasus *stunting* masih cukup tinggi dan menjadi prioritas utama penanganan. Pemerintah kabupaten mendukung program pemerintah dalam mencapai target penurunan prevalensi *stunting* menjadi 14% pada 2024. Sebagai bentuk komitmen, pemerintah telah menetapkan sejumlah regulasi untuk akselerasi pencapaian target penurunan *stunting*. Saat ini Pemerintah Sleman memiliki regulasi terkait dengan penanganan *stunting* seperti Peraturan Bupati Sleman No.22.1/2021

tentang Percepatan Penanggulangan Stunting yang Terintegrasi; Peraturan Bupati Sleman No. 1.8/2021 tentang Jaring Pengaman Sosial; Peraturan Bupati No.28.3/2021 tentang Kewenangan Kalurahan dalam upaya Pencegahan dan Penanggulangan Stunting Terintegrasi di Tingkat Kalurahan; serta Keputusan Bupati Sleman No. 12.3/2022 tentang Tim Percepatan Penurunan Stunting Kabupaten Sleman. Targetnya adalah menurunnya angka anak balita *stunting* di Sleman di bawah lima persen pada 2026. Dengan target penurunan angka kejadian *stunting* dapat memperbaiki pertumbuhan dan perkembangan pada anak (Fitriahadi et al., 2021).

Balita yang mengalami *stunting* meningkatkan risiko penurunan kemampuan intelektual, menghambatnya kemampuan motorik, produktivitas dan peningkatan risiko penyakit degeneratif di masa mendatang. Hal ini dikarenakan anak *stunting* cenderung lebih rentan menjadi obesitas, karena orang dengan tubuh pendek berat badan idealnya juga rendah. Kenaikan berat badan beberapa kilogram saja bisa menjadikan Indeks Massa Tubuh (IMT) orang tersebut naik melebihi batas normal. Kurangnya pengetahuan orang tua akan sangat berpengaruh pada asupan gizi anak. Oleh karenanya diperlukan upaya pencegahan terjadinya *stunting* pada balita baik secara langsung (intervensi gizi spesifik) maupun secara tidak langsung yang melibatkan lintas sektor dan masyarakat dalam penyediaan pangan, air bersih dan sanitasi, penanggulangan kemiskinan, pendidikan, sosial dan sebagainya (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Berdasarkan besarnya dampak yang ditimbulkan pada balita *stunting* dan masih tingginya kasus *stunting* di Indonesia khususnya di Posyandu Dewi Sartika Desa Sidoarum, Desa Sidoarum memiliki keunggulan berupa swasembada masyarakat yang memadai, mulai dari lokasinya yang menarik, banyak persawahan, industri perdagangan serta lokasinya yang tidak terlalu jauh dari pusat kota. Namun demikian, Desa Sidoarum menghadapi masalah kesehatan yang memerlukan penanganan serius yakni permasalahan *stunting*. Berdasarkan hasil observasi dan survei diketahui bahwa data terbaru hingga September 2022 terdapat 109 anak di Desa Sidoarum dan yang terindikasi mengalami masalah *stunting* dengan jumlah 34 balita. Oleh karenanya dilakukan pengabdian masyarakat yang bertujuan sebagai upaya pencegahan, serta penurunan kasus *stunting* berupa penguatan edukasi *stunting* dan pelatihan pembuatan MP-ASI yang difokuskan untuk meningkatkan pengetahuan para orang tua betapa pentingnya menjaga asupan gizi balita bahkan pada saat kehamilan untuk mencegah *stunting*. Menurut United Nation Children's Fund, pada tahun 2018 hampir 200 juta anak di bawah 5 tahun menderita *stunting* (pendek) atau *wasting*. Berdasarkan data Pemantauan Status Gizi (PSG) selama tahun 2015-2017, balita pendek memiliki prevalensi tertinggi dibandingkan dengan masalah gizi lainnya (gizi kurang, kurus dan gemuk) yakni sebesar 29,6% (Kemenkes RI, 2018). Hal ini memberikan informasi bahwa dengan pemberian MP-ASI yang tepat dapat meningkatkan pengetahuan ibu terkait gizi dan peningkatan kesehatan balita.

## 2. Metode

Metode yang digunakan adalah pendampingan dan pelatihan pembuatan MP-ASI dalam mewujudkan balita yang sehat untuk mencegah *stunting*. Beberapa tahapan dalam pengabdian ini yaitu: (a) sosialisasi dengan kader balita, (b) edukasi *stunting*, (c) pelatihan pembuatan MP-ASI berbahan pangan lokal, dan (d) evaluasi kegiatan

pengabdian masyarakat. Secara lebih detail, kegiatan edukasi dilaksanakan dalam dua bagian, yaitu:

### 2.1. Edukasi *stunting*

- a. Melakukan identifikasi jumlah ibu yang mempunyai balita.
- b. Persiapan tempat dan sarana pelaksanaan edukasi *stunting*.
- c. Memberikan soal *pre-test* sebelum kegiatan dimulai.
- d. Penyuluhan tentang *stunting* menggunakan media PPT.
- e. Penyuluhan tentang tumbuh kembang balita dan manfaat buku KIA.
- f. Membagikan soal *post-test* setelah kegiatan selesai.

### 2.2. Edukasi kelas ibu hamil

- a. Penjelasan tentang persalinan dan nifas menggunakan lembar balik.
- b. Penjelasan tentang ASI eksklusif dan gizi untuk ibu hamil untuk mencegah *stunting* oleh bagian gizi puskesmas.
- c. Menjadwalkan pelaksanaan kelas ibu hamil selanjutnya.

## 3. Hasil dan Pembahasan

---

Pengabdian masyarakat dilaksanakan pada hari Kamis, 2 Februari 2023 dan Jumat 3 Februari 2023 di Posyandu Dewi Sartika Sidoarum Godean Sleman yang bertepatan dengan pelaksanaan kegiatan posyandu. Jarak mitra dengan institusi pengabdian kurang lebih 3 km. Jumlah peserta ibu dan balita yang datang sebanyak 40 ibu dan balita. Ibu balita pada umumnya bekerja sebagai ibu rumah tangga (75%), sedangkan sisanya sebagai wiraswasta dan pegawai negeri.

Pada tahapan survei lapangan tim pelaksana melakukan koordinasi dengan kader balita Posyandu Dewi Sartika di kediamannya. Melalui beliau, tim pengabdian mendapatkan rekomendasi dan perijinan mitra untuk melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat di lokasi tersebut. Pada saat itu tim menemui sekretaris sekaligus kader balita di posyandu tersebut untuk melakukan koordinasi pelaksanaan dan penyusunan acara kegiatan pengabdian masyarakat.

*Rundown* kegiatan pengabdian terdiri dari pembukaan, sosialisasi dan persiapan alat serta bahan pengabdian, penguatan edukasi *stunting*, pelatihan pembuatan MP-ASI dan evaluasi kegiatan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan secara *offline* dengan tetap mematuhi protokol kesehatan, memakai masker, berjarak dan menghindari kerumunan. Secara demografi peserta kegiatan terdiri dari 100% wanita yang dominan berperan sebagai ibu rumah tangga. Kisaran umur berada pada rentang 22-45 tahun. Pendidikan ibu umumnya berada pada tingkat menengah.

Kegiatan sosialisasi dan persiapan pengabdian masyarakat di Posyandu Dewi Sartika ditunjukkan pada [Gambar 1](#) bahwa kader balita berantusias dan mendukung adanya kegiatan pengabdian masyarakat. Hal ini dibuktikan dengan semua kader balita aktif mengikuti acara sosialisasi dan bersedia ikut membantu dalam kegiatan pengabdian masyarakat.

Ibu balita yang mengikuti edukasi *stunting* yang ditunjukkan pada [Gambar 2](#) juga sangat berantusias dan memahami setiap materi yang diberikan. Hal ini dibuktikan dengan peserta banyak yang bertanya dan menyampaikan pengalaman sehari-harinya dalam memberikan MP-ASI. Diskusi yang menarik dari pemateri dan ibu balita yang

mempunyai pengalaman dalam memberikan MP-ASI menjadi pengalaman baru bagi ibu muda yang baru mempunyai anak sehingga *sharing* materi ini sangat bermanfaat bagi ibu-ibu yang mempunyai balita. Beberapa metode penyuluhan bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang kesehatan balitanya (Apriliani et al., 2021)



Gambar 1. Kegiatan sosialisasi kader dan persiapan alat serta bahan pengabdian



Gambar 2. Penguatan edukasi *stunting*

Pelatihan pembuatan makanan pendamping ASI ditunjukkan pada Gambar 3 dimana pengabdi menjelaskan bahan dan alat serta prosedur kerja pembuatan bubur bayi berbahan dasar lokal daun kelor dan ikan gabus. Bahan yang dibutuhkan yaitu ikan gabus sudah dihaluskan, daun kelor direbus dan dihaluskan, beras, wortel sudah dipotong, keju parut dan bumbu bawang merah, bawang putih, jahe dan kaldu jamur. Setelah selesai pelatihan, pengabdi membagikan hasil bubur bayi kepada ibu balita. Sebelum diberikan pelatihan dan edukasi pengabdi melakukan dan membagikan soal *pre-test* dengan hasil kategori pengetahuan tinggi sebesar 37,5% dan setelah diberikan edukasi dan pelatihan pengetahuan ibu meningkat sebesar 75%.



Gambar 3. Pelatihan pembuatan makanan pendamping ASI

Kegiatan terakhir adalah evaluasi yang ditunjukkan pada Gambar 4 yang dilakukan setelah kegiatan pengabdian masyarakat selesai dengan hasil 75% ibu balita paham dengan bagaimana membuat MP-ASI berbahan dasar produk lokal yang bisa dimanfaatkan di rumah. Dengan demikian, kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat memberikan pengaruh pada kesehatan ibu dan juga balitanya (Abasi et al., 2013). Selain itu, kegiatan ini juga menguatkan kegiatan sebelumnya yang mengungkapkan adanya hubungan dukungan orang tua terhadap pendampingan balita (Firmansyah, 2020; Sukmawati, 2021; Yusmaharani, 2018). Lebih lanjut, kegiatan ini juga mendukung hasil sebelumnya dimana peningkatan pengetahuan ibu tentang kesehatan balita dapat mencegah *stunting* (Ida, 2021; Simanjuntak & Georgy, 2019) dan pendampingan tentang pemberian MP-ASI bisa meningkat derajat kesehatan balita (Fajrin & Khusna, 2021).



Gambar 4. Evaluasi kegiatan

## 4. Kesimpulan

Edukasi *stunting* dan pelatihan pembuatan MP-ASI berhasil meningkatkan pengetahuan ibu balita sebesar 37,5%. Hal ini terlihat dari hasil *pre-test* bahwa ibu balita yang memiliki pengetahuan tinggi sebesar 37,5% dan setelah diberikan intervensi diperoleh hasil *post-test* bahwa ibu balita dengan pengetahuan tinggi sebesar 75%.

## Ucapan Terima Kasih

Pengabdi mengucapkan terima kasih pada LPPM Universitas Aisyiyah Yogyakarta yang telah membantu memberikan dana untuk pelaksanaan pengabdian masyarakat dan kami mengucapkan terima kasih kepada mitra yang telah memberikan *support* dan dukungannya selama kegiatan berlangsung.

## Daftar Pustaka

---

- Abasi, E., Tafazzoli, M., Esmaily, H., & Hasanabadi, H. (2013). The effect of maternal-fetal attachment education on maternal mental health. *Turkish Journal of Medical Sciences*, 43(5), 815–820. <https://doi.org/10.3906/sag-1204-97>
- Apriliansi, I. M., Purba, N. P., Dewanti, L. P., Herawati, H., & Faizal, I. (2021). Open access Open access. *Citizen-Based Marine Debris Collection Training: Study Case in Pangandaran*, 2(1), 56–61.
- Arliaus, A., Sudargo, T., & Subejo, S. (2017). Hubungan Ketahanan Pangan Keluarga Dengan Status Gizi Balita (Studi Di Desa Palasari Dan Puskesmas Kecamatan Legok, Kabupaten Tangerang). *Jurnal Ketahanan Nasional*, 23(3), 359. <https://doi.org/10.22146/jkn.25500>
- Fajrin, F. L., & Khusna, N. S. N. (2021). Mewujudkan kehamilan yang sehat melalui optimalisasi keikutsertaan kelas ibu hamil. *Community Empowerment*, 6(12), 2176–2180.
- Firmansyah, F. (2020). Sosialisasi Buku KIA Edisi Revisi Tahun 2020. In *Kementrian kesehatan RI* (pp. 1–3).
- Fitriahadi, E. (2018). Hubungan tinggi badan ibu dengan kejadian stunting pada balita usia 24 -59 bulan. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 14(1), 15–24. <https://doi.org/10.31101/jkk.545>
- Fitriahadi, E., Priskila, Y., Suryaningsih, E. K., Satriyandari, Y., & Intarti, W. D. (2021). Social Demographic Analysis with the Growth and Development of Children in the Era of the COVID-19 Pandemic in Indonesia. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 9(G), 321–327. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2021.7389>
- Hasanah, Z. (2018). Faktor-faktor Penyebab Kejadian Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Kotagede I Yogyakarta. *Naskah Publikasi Universitas 'Aisyiyah*.
- Hidayah, A., Siswanto, Y., & Pertiwi, K. D. (2021). Riwayat Pemberian MP-ASI dan Sosial Ekonomi dengan Kejadian Stunting pada Balita. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 2(1). <https://doi.org/10.15294/jppkmi.v2i1.47526>
- Ida, A. S. (2021). Pengaruh Edukasi Kelas Ibu Hamil Terhadap Kemampuan Dalam Deteksi Dini Komplikasi Kehamilan. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(2), 345–350.
- Kemendes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Kementrian Kesehatan RI. (2020). Buku KIA Kesehatan Ibu dan Anak. In *Kementrian kesehatan RI*.
- Maxwell, S. (2011). *Module 5 Cause of Malnutrition*.
- Nwebube, C., Glover, V., & Stewart, L. (2017). Prenatal listening to songs composed for pregnancy and symptoms of anxiety and depression: A pilot study. *BMC Complementary and Alternative Medicine*, 17(1), 1–5. <https://doi.org/10.1186/s12906-017-1759-3>
- Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan Stunting dan Pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 225–229. <https://doi.org/10.35816/JISKH.V11I1.253>
- Semba, R. D., & Bloem, M. W. (2001). *Nutritional Health in Developing Countries*. Human Press.
- Simanjuntak, D. R., & Georgy, C. (2019). Hubungan Pengetahuan, Sikap dan praktik Ibu

- tentang Pemberian MP-ASI dengan Kejadian Stunting di UPTD Puskesmas Beru, Kelurahan Waioti, Kabupaten Sikka Pada Tahun 2019. *Repository Universitas Kristen Indonesia*.
- Sukmawati, S. (2021). Evaluasi Pelaksanaan Kelas Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Madapangga Kabupaten Bima Tahun 2019. *Aksara: Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal*, 7(3). <https://doi.org/10.37905/aksara.7.3.937-946.2021>
- UNICEF. (2020). *Levels and trends in child malnutrition: Report 2020*. 21–25.
- Wardita, Y., Suprayitno, E., & Kurniyati, E. M. (2021). Determinan Kejadian Stunting pada Balita. *Journal Of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 6(1), 7–12. <https://doi.org/10.24929/jik.v6i1.1347>
- Yusmaharani, Y. (2018). Hubungan Dukungan Suami dengan Pemanfaatan Kelas Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru. *KESMARS: Jurnal Kesehatan Masyarakat, Manajemen Dan Administrasi Rumah Sakit*, 1(1), 1–5. <https://doi.org/10.31539/kesmars.v1i1.149>



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Non-Commercial 4.0 International License

---