



PENINGKATAN PENGETAHUAN ORANG TUA TENTANG MPASI DAN PENCEGAHAN STUNTING MELALUI PENYULUHAN DAN KONSELING KESEHATAN DI POSYANDU MAWAR KELURAHAN GANDUL

Rahma Rufaida Susetyo
Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta
e-mail: rahma.rufaida@gmail.com

ABSTRAK

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang berdampak pada pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak, serta meningkatkan risiko penyakit kronis di masa depan. Pencegahan stunting memerlukan edukasi berkelanjutan, peran aktif posyandu, dan kolaborasi lintas sektor. Pengabdian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kegiatan penyuluhan dan pendampingan orang tua di Posyandu Mawar, Kelurahan Gandul, dalam upaya pencegahan stunting. Kegiatan dilakukan pada 7 November 2024 oleh tim Fakultas Kedokteran UPN Jakarta bekerja sama dengan Puskesmas Cinere. Metode kegiatan meliputi konsultasi kesehatan, penyuluhan gizi dan stunting, sesi tanya jawab, serta pembagian materi edukatif. Hasil menunjukkan partisipasi tinggi dari masyarakat, dengan mayoritas pertanyaan berfokus pada MPASI. Ditemukan keterbatasan dalam variasi menu MPASI dan pemahaman tentang stunting yang masih perlu ditingkatkan. Kegiatan ini menunjukkan bahwa penyuluhan berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan orang tua mengenai gizi seimbang dan pencegahan stunting. Diperlukan program lanjutan yang lebih intensif, pelatihan kader, serta keterlibatan tokoh masyarakat untuk memperkuat upaya pencegahan stunting secara berkelanjutan di tingkat komunitas.

Kata kunci: stunting, penyuluhan, MPASI, gizi seimbang, posyandu

ABSTRACT

Stunting is a chronic nutritional problem that affects a child's physical growth and cognitive development and increases the risk of chronic diseases later in life. Preventing stunting requires continuous education, active roles from community health centers (Posyandu), and cross-sector collaboration. This study aims to describe the health education and parental assistance activities conducted at Posyandu Mawar, Kelurahan Gandul, as part of a stunting prevention effort. The activity was carried out on November 7, 2024, in collaboration between the Faculty of Medicine, UPN Jakarta, and Cinere Public Health Center. The methods included health consultations, educational sessions on nutrition and stunting, Q&A discussions, and the distribution of educational materials. The results showed high community participation, with most parental questions focused on complementary feeding (MPASI). Limited variation in MPASI menus and insufficient understanding of stunting were identified. The activity demonstrated that health education plays a vital role in improving parents' knowledge about balanced nutrition and stunting prevention. Further initiatives such as regular follow-up programs, training for community health volunteers (kader), and the involvement of local stakeholders are recommended to strengthen sustainable community-based stunting prevention strategies.

Keywords: stunting, health education, complementary feeding, balanced nutrition, community health center

PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam

waktu lama, umumnya dimulai dari 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) seorang anak. Kondisi ini ditandai dengan tinggi badan anak

yang berada di bawah standar rata-rata usianya. Stunting tidak hanya berdampak pada fisik, tetapi juga mempengaruhi perkembangan kognitif, kemampuan belajar, dan meningkatkan risiko penyakit kronis di kemudian hari (Kemenkes RI, 2021).

World Health Organization (WHO) mendefinisikan stunting sebagai gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badan anak yang berada di bawah minus dua standar deviasi panjang atau tinggi badan median standar pertumbuhan anak WHO (WHO, 2020).

Upaya pencegahan dan penanganan stunting memerlukan pendekatan yang komprehensif dan melibatkan berbagai pihak, termasuk tenaga kesehatan, keluarga, dan masyarakat. Posyandu sebagai ujung tombak pelayanan kesehatan masyarakat memiliki peran penting dalam memantau tumbuh kembang anak, memberikan edukasi gizi, serta mendeteksi dini faktor risiko stunting (BKKBN, 2022).

Dalam rangka meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya kesehatan bayi dan balita, serta mencegah stunting, Posyandu Mawar Kelurahan Gandul bekerja sama dengan dr. Rahma Rufaida (Dosen Fak. Kedokteran UPN Jakarta) dan Puskesmas Cinere menyelenggarakan kegiatan pendampingan dan penyuluhan pada tanggal 7 November 2024. Kegiatan ini dihadiri oleh sekitar 40 orangtua, bayi, dan balita.

Melalui kegiatan pendampingan dan penyuluhan, orangtua diharapkan mendapatkan informasi dan pengetahuan yang cukup mengenai pentingnya gizi seimbang, pola asuh yang baik, serta pencegahan stunting. Penelitian ini akan membahas kegiatan pendampingan dan penyuluhan yang telah dilaksanakan di Posyandu Mawar, Kelurahan Gandul. Dengan mengetahui hasil penelitian ini, diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi tenaga kesehatan, kader posyandu, dan masyarakat dalam upaya pencegahan stunting. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat

menjadi masukan bagi pemerintah dalam merumuskan kebijakan dan program pencegahan stunting yang lebih efektif.

METODE

Melakukan Langkah - langkah pendekatan yang telah disepakati untuk menyelesaikan masalah tersebut. Kegiatan ini dilakukan dalam rangka pemberian edukasi kepada para orangtua untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman terkait stunting. Adapun Langkah - langkah dalam menyelesaikan masalah tersebut adalah :

A. Persiapan Pelaksanaan

1. Koordinasi: Melakukan koordinasi dengan pihak Posyandu Mawar, Kelurahan Gandul, untuk menentukan jadwal, materi, dan kebutuhan pelaksanaan kegiatan.
2. Penyusunan Materi: Menyusun materi penyuluhan dan pendampingan yang relevan dengan kebutuhan peserta, meliputi:
 - a. Pemantauan tumbuh kembang anak
 - b. Pola makan dan gizi seimbang
 - c. Imunisasi
 - d. Penyakit umum pada anak
 - e. Pencegahan dan penanganan stunting
3. Persiapan Media: Mempersiapkan media penyuluhan seperti leaflet, poster, dan buku panduan pemantauan tumbuh kembang anak.
4. Persiapan Logistik: Menyiapkan perlengkapan untuk kegiatan, seperti timbangan berat badan dan tinggi badan, alat tulis, serta souvenir.

B. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pendampingan dan penyuluhan dilaksanakan pada hari Kamis, 7 November 2024 di Posyandu Mawar, Kelurahan Gandul dengan rangkaian kegiatan sebagai berikut :

1. Registrasi dan Penimbangan : Peserta melakukan registrasi dan penimbangan berat badan serta tinggi badan anak.
2. Konsultasi Kesehatan : dr. Rahma Rufaida memberikan konsultasi

¹⁾**Rahma Rufaida Susetyo**

PENINGKATAN PENGETAHUAN ORANG TUA TENTANG MPASI DAN PENCEGAHAN STUNTING MELALUI PENYULUHAN DAN KONSELING KESEHATAN DI POSYANDU MAWAR KELURAHAN GANDUL

kesehatan individual kepada orang tua mengenai tumbuh kembang anak, pola makan, imunisasi, dan penyakit umum pada anak.

3. Penyuluhan Stunting : Dokter dari Puskesmas Cinere memberikan penyuluhan tentang pencegahan dan penanganan stunting, meliputi pentingnya gizi seimbang, pola makan, tanda-tanda stunting, dampak, dan langkah pencegahannya.
4. Sesi Tanya Jawab : Peserta diberikan kesempatan untuk bertanya dan berdiskusi dengan narasumber.
5. Pembagian Materi : Peserta mendapatkan leaflet edukasi tentang stunting, buku panduan pemantauan tumbuh kembang anak, dan souvenir.



Gambar 1. Sesi Penyuluhan Terkait Stunting



Gambar 2. Sesi Konsultasi dengan dr. Rahma Rufaida (Dosen Fak. Kedokteran UPN Jakarta)

HASIL

Kegiatan pendampingan dan penyuluhan kesehatan bayi dan balita di Posyandu Mawar, Kelurahan Gandul pada 7 November 2024 menunjukkan hasil sebagai berikut :

1. Tingkat kehadiran tinggi : Sebanyak 40 orang tua beserta bayi dan balitanya hadir, menunjukkan antusiasme dan kesadaran masyarakat akan pentingnya kesehatan anak. (Data primer dari kegiatan)
2. Dominasi pertanyaan seputar MPASI : Pada sesi konsultasi dengan dr. Rahma Rufaida, mayoritas pertanyaan (60%) berfokus pada pola makan, khususnya mengenai MPASI, seperti jenis makanan, tekstur, dan frekuensi pemberian.
3. Kurangnya variasi menu : Berdasarkan diskusi dan observasi pada sesi penyuluhan, teridentifikasi kecenderungan orang tua memberikan menu MPASI dengan variasi yang terbatas, didominasi oleh nasi tim dan bubur saring.
4. Pemahaman stunting masih perlu ditingkatkan : Meskipun sebagian besar peserta telah mengenal istilah stunting, pemahaman mengenai tanda-

¹⁾Rahma Rufaida Susetyo

PENINGKATAN PENGETAHUAN ORANG TUA TENTANG MPASI DAN PENCEGAHAN STUNTING MELALUI PENYULUHAN DAN KONSELING KESEHATAN DI POSYANDU MAWAR KELURAHAN GANDUL

tanda, dampak, dan cara pencegahannya masih perlu ditingkatkan.

PEMBAHASAN

Hasil kegiatan ini sejalan dengan penelitian Sudirman & Yuliani (2020) yang menunjukkan bahwa penyuluhan gizi efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang MPASI dan pencegahan stunting. Dominasi pertanyaan seputar MPASI mengindikasikan bahwa topik ini menjadi perhatian utama orang tua di Kelurahan Gandul. Hal ini sesuai dengan teori Soetjningsih (2012) yang menyatakan bahwa pemberian MPASI yang tepat merupakan faktor krusial dalam menentukan tumbuh kembang optimal anak.

Kurangnya variasi menu MPASI yang teridentifikasi dalam kegiatan ini berpotensi menyebabkan kekurangan zat gizi pada anak, sehingga meningkatkan risiko stunting. Kemenkes RI (2021) menekankan pentingnya pemberian makanan dengan gizi seimbang yang mengandung makronutrien dan mikronutrien lengkap untuk mencegah stunting. Oleh karena itu, perlu dilakukan edukasi lanjutan mengenai pentingnya variasi menu dan cara menyusun menu MPASI yang bergizi dengan bahan lokal.

Pemahaman yang masih perlu ditingkatkan mengenai stunting menunjukkan perlunya pengulangan dan intensifikasi program penyuluhan. WHO (2022) menyatakan bahwa stunting merupakan masalah kesehatan global yang memiliki dampak jangka panjang terhadap kualitas sumber daya manusia. Upaya pencegahan stunting memerlukan peran aktif dari berbagai pihak, termasuk posyandu, tenaga kesehatan, dan masyarakat.

SIMPULAN

Kegiatan pendampingan dan penyuluhan di Posyandu Mawar memberikan manfaat dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran orang tua mengenai kesehatan bayi dan balita. Fokus edukasi pada MPASI dan pencegahan stunting sesuai

dengan kebutuhan masyarakat di Kelurahan Gandul.

Keberhasilan kegiatan ini didukung oleh kerjasama yang baik antara Posyandu Mawar, dr. Rahma Rufaida dari Fakultas Kedokteran UPN Jakarta, dan Puskesmas Cinere, sesuai dengan temuan Haryanto & Rahmawati (2019) mengenai pentingnya kolaborasi dalam upaya pencegahan stunting. Untuk meningkatkan efektivitas program, disarankan untuk :

Melakukan pendataan dan pemantauan tumbuh kembang balita secara berkala.

Menyelenggarakan penyuluhan dengan frekuensi yang lebih sering dan mencakup topik yang lebih luas.

Memberikan pelatihan kepada kader posyandu mengenai konseling gizi dan pemantauan tumbuh kembang.

Melibatkan tokoh masyarakat dan pemangku kepentingan lainnya dalam upaya pencegahan stunting.

DAFTAR PUSTAKA

- BKKBN. (2022). Strategi Nasional Percepatan Penurunan Stunting. Jakarta: Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional.
- Haryanto, T., & Rahmawati, N. (2019). Peran Posyandu dalam Upaya Pencegahan Stunting di Indonesia. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia*, 8(1), 45-52.
- Kemenkes RI. (2021). Pedoman Pencegahan Stunting. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Soetjningsih. (2012). *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC.
- Sudirman, A., & Yuliani, R. (2020). Efektivitas Penyuluhan Gizi Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang MPASI dan Pencegahan Stunting. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(2), 123-130.
- WHO. (2020). WHO Child Growth Standards: Length/height-for-age, weight-for-age, weight-for-length, weight-for-height and body mass index-for-age: Methods and development. Geneva: World Health Organization.