



PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF SEBAGAI SALAH SATU TINDAKAN PENCEGAHAN STUNTING

Health Counseling on Exclusive Breastfeeding as One of The Measures to Prevent Stunting

Siti Yulaikah*, Dewi Susilowati

Program Studi Kebidanan, Poltekkes Surakarta

Jl. Kesatrian No. 2 Danguran, Klaten Selatan, Klaten 57425

*Alamat Korespondensi : yulaikah.2.siti@gmail.com

(Tanggal Submission: 8 November 2024, Tanggal Accepted : 18 Maret 2025)



Kata Kunci :

*Stunting , ASI
Eksklusif*

Abstrak :

Hampir 9 juta atau sekitar 37% anak balita di Indonesia mengalami stunting. Indonesia adalah negara dengan prevalensi stunting kelima terbesar di seluruh dunia (Riset Kesehatan Dasar, 2013). Intervensi anak dengan stunting memerlukan konvergensi program atau intervensi dan upaya sinergis dari kementerian atau lembaga, pemerintah daerah serta dunia usaha atau masyarakat. Besarnya manfaat pemberian ASI pada awal kehidupan bayi sebagai awal pencegahan kejadian stunting perlu selalu disosialisasikan kepada masyarakat baik melalui penyuluhan, leaflet, sependuk, poster, iklan dan lain sebagainya. Hal tersebut difungsikan untuk mendukung dalam peningkatan pengetahuan masyarakat terutama ibu untuk mendukung pemberian ASI eksklusif. Penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif sebagai salah satu tindakan pencegahan stunting. Metode kegiatan dalam Pengabdian kepada Masyarakat ini menggunakan metode ceramah, diskusi atau tanya jawab, demonstrasi dan simulasi atau praktek. Kegiatan penyuluhan dalam bentuk Pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan selama 2 hari pada hari Kamis – Jumat, tanggal 25 – 26 April 2024 waktu 07.30. WIB sampai dengan selesai bertempat di balai desa Granting Jogonalan Klaten yang merupakan wilayah kerja Puskesmas Jogonalan 2 Klaten dengan jumlah peserta yang hadir kurang lebih 26 orang. Terjadi peningkatan pengetahuan pada ibu, hal ini dapat dilihat dari nilai antara pre test dan post test yang diberikan kepada peserta.

Key word :

*Stunting,
Exclusive
Breastfeeding*

Abstract :

Nearly 9 million or around 37% of children under five in Indonesia are stunted. Indonesia is the country with the fifth largest prevalence of stunting worldwide (Basic Health Research, 2013). Intervention for children with stunting requires



the convergence of programs or interventions and synergistic efforts from ministries or institutions, local governments, and the business world or the community. The benefits of breastfeeding at the beginning of a baby's life as the beginning of stunting prevention need to always be socialized to the community both through counseling, leaflets, banners, posters, advertisements and so on. This is used to support the improvement of public knowledge, especially mothers to support exclusive breastfeeding. This research is expected to be able to increase the knowledge of pregnant women about the importance of exclusive breastfeeding as one of the stunting prevention measures. The method of activities in Community Service uses the method of lectures, discussions or questions and answers demonstration and simulation or practice. This outreach activity in the form of Community Service was carried out for 2 days, Thursday – Friday, April 25 – 26 2024, 07.30. WIB until the end took place at the Granting Jogonalan Klaten village hall which is the working area of the Jogonalan 2 Klaten Community Health Center with approximately 26 participants attending. There was an increase in knowledge among mothers, this can be seen from the scores between the pre-test and post-test given to participants.

Panduan sitasi / citation guidance (APPA 7th edition) :

Yulaikah, S. & Susilowati, D. (2025). Penyuluhan Kesehatan Tentang Pemberian ASI Eksklusif Sebagai Salah Satu Tindakan Pencegahan Stunting. *Jurnal Abdi Insani*, 12(3), 920-927. <https://doi.org/10.29303/abdiinsani.v12i3.2222>

PENDAHULUAN

Stunting merupakan suatu kondisi di mana anak -anak di bawah usia 5 tahun atau bayi di bawah usia 5 tahun tidak dapat tumbuh karena kekurangan gizi kronis, sehingga anak -anak terlalu pendek. Kekurangan gizi tersebut terjadi sejak di dalam rahim hingga awal kelahiran bayi. Tetapi kondisi stunting baru nampak setelah bayi berusia 2 tahun (Kemenkes, 2017).

Kejadian stunting pada anak membutuhkan perhatian khusus dari berbagai pihak karena anak dengan stunting dapat menghambat perkembangan fisik dan mental mereka. Dampak stunting berkaitan dengan peningkatan risiko terhadap kesakitan dan kematian, anak dengan stunting cenderung lebih rentan terhadap penyakit infeksi. serta anak dengan stunting terhambat pertumbuhan dan kemampuan motorik dan mental sehingga berisiko terjadinya penurunan kemampuan intelektual, produktivitas dan peningkatan risiko penyakit degenerative (Kartikawati, 2011 *dalam* Sampe, 2020).

Data menunjukkan bahwa hampir 9 juta atau sekitar 37% anak balita di Indonesia mengalami stunting. Indonesia adalah negara dengan prevalensi stunting kelima terbesar di seluruh dunia (Riset Kesehatan Dasar, 2013). Menurut data EPPGBM (Elektronik Pencatatan dan Pelaporan Gizi Berbasis Masyarakat) di Kabupaten Klaten pada tahun 2023 tercatat anak dengan stunting sebanyak 13,9 % dan mengalami penurunan 1,7 % pada bulan Mei 2024 (Prakoso *dalam* Solopos.com, 2024).

Intervensi anak dengan Stunting memerlukan konvergensi program atau intervensi dan upaya sinergis dari kementerian atau lembaga, pemerintah daerah serta dunia usaha atau masyarakat. Rencana aksi penanganan stunting diusulkan menjadi 5 pilar utama yaitu melalui komitmen dan visi pimpinan tertinggi negara kampanye nasional berfokus pada pemahaman, perubahan perilaku, komitmen politik, akuntabilitas, konvergensi, koordinasi, dan konsolidasi program nasional, daerah, serta masyarakat, mendorong kebijakan “food nutrition security”, pemantauan dan evaluasi (Nisa, 2018).



Sistem penanggulangan berbasis masyarakat perlu ditingkatkan lebih lanjut. Kesadaran yang tinggi dari masyarakat mengenai pentingnya gizi seimbang, sanitasi, dan kebersihan lingkungan merupakan modal yang sangat berharga untuk menekan angka stunting. Stunting merupakan suatu tragedi tersembunyi yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis selama 1000 hari pertama kehidupan seorang anak (Nisa, 2018).

ASI atau Air Susu Ibu merupakan sumber nutrisi yang bergizi bagi bayi selama 6 bulan pertama kehidupan. ASI memberikan nutrisi penting dan senyawa bioaktif yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi. ASI dipercaya dapat meningkatkan kesehatan bayi dan mengoptimalkan perkembangan kekebalan tubuh bayi (Lyons, 2020).

Berdasarkan penelitian Indrawati (2016) *dalam* Sampe (2020) yang meneliti tentang hubungan pemberian ASI eksklusif dengan kejadian stunting pada balita usia 2-3 tahun, didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden dalam katagori sangat pendek tidak mendapatkan ASI eksklusif yaitu sebanyak 7,7% dari 92 responden yang diteliti, responden yang diberikan ASI eksklusif dalam katagori pendek sebanyak 13,8% dan 70,8% dalam katagori normal.

Besarnya manfaat pemberian ASI pada awal kehidupan bayi sebagai awal pencegahan kejadian stunting perlu selalu disosialisasikan kepada masyarakat baik melalui penyuluhan, liflet, spanduk, poster, iklan dan lain sebagainya, hal tersebut difungsikan untuk mendukung dalam peningkatan pengetahuan masyarakat terutama ibu untuk mendukung pemberian ASI eksklusif. Tingkat pengetahuan yang rendah merupakan salah satu tantangan dalam upaya pencegahan stunting. Oleh karena itu, perlu dilakukan kolaborasi yang mendalam untuk meningkatkan pengetahuan serta literasi kesehatan ibu terkait pencegahan stunting. Salah satu metode intervensi promosi kesehatan yang dapat diterapkan adalah melalui ceramah, diskusi interaktif, serta kombinasi antara materi visual dengan praktik. Metode ini bisa menjadi alternatif efektif untuk meningkatkan pemahaman ibu dalam mencegah stunting pada anak-anak mereka.

METODE KEGIATAN

Kegiatan penyuluhan dalam bentuk Pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan selama 2 hari pada hari Kamis – Jumat, tanggal 25 – 26 April 2024 waktu 07.30. WIB sampai dengan selesai bertempat di balai desa Granting Jogonalan Klaten yang merupakan wilayah kerja Puskesmas Jogonalan 2 Klaten dengan jumlah peserta yang hadir kurang lebih 26 orang. Metode kegiatan dalam Pengabdian kepada Masyarakat ini menggunakan metode ceramah, diskusi atau tanya jawab, demonstrasi atau simulasi. Metode ceramah, diskusi atau tanya jawab digunakan untuk menyampaikan materi penyuluhan tentang proses pembentukan ASI, ASI eksklusif, manajemen laktasi, permasalahan-permasalahan dalam masa laktasi dan nutrisi ibu menyusui.

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dimulai dari perizinan. Perizinan dari pihak Poltekkes Kemenkes Surakarta sebagai Perguruan Tinggi yang menaungi tim pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat. Perizinan kedua didapat dari pihak Puskesmas Delanggu Klaten sebagai pihak mitra dalam kegiatan serta bertanggung jawab sebagai pusat layanan kesehatan di wilayah Kecamatan Delanggu.

Persiapan selanjutnya yaitu mengenai kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat meliputi materi yang akan disampaikan. Materi yang akan disampaikan dikemas dalam bentuk buku modul. Materi juga akan disampaikan melalui penayangan dalam bentuk visual, dan juga akan dilakukan sebuah demonstrasi. Perlengkapan yang digunakan untuk mendukung kegiatan tersebut seperti LCD, penguat suara, meja, kursi, tikar, dan alat peraga demonstrasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil laporan PWS KIA Puskesmas Jogonalan 2 Klaten Desa Granting didapati jumlah balita ada 148 balita pada bulan Oktober 2023. Dari 148 balita di desa Granting terdapat ada 22 balita yang memerlukan perhatian dari berbagai pihak diantaranya 7 balita berstatus stunting, 1 balita dengan gizi



buruk, 5 balita dengan gizi kurang dan 9 balita dalam berat badan kurang. 7 balita yang berstatus stunting dengan rincian 5 balita berstatus pendek dan 2 balita berstatus sangat pendek.

Atas masalah yang dihadapi di Puskesmas Jogonalan 2 Klaten maka solusi yang ditawarkan dari tim Pengabdian kepada Masyarakat adalah memberikan edukasi melalui kegiatan penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan ibu yang memiliki bayi usia 0-6 bulan tentang pencegahan stunting pada 1000 hari kehidupan pertama bayi dengan memberikan ASI eksklusif.

Kegiatan penyuluhan dalam bentuk Pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan selama 2 hari pada hari Kamis – Jumat, tanggal 25 – 26 April 2024 waktu 07.30. WIB sampai dengan selesai bertempat di balai desa Granting Jogonalan Klaten yang merupakan wilayah kerja Puskesmas Jogonalan 2 Klaten dengan jumlah peserta yang hadir kurang lebih 26 orang. Karena banyaknya peserta yang diundang dan untuk memudahkan dalam mengontrol peserta mendapatkan keilmuan yang diberikan maka 26 orang peserta dibagi menjadi 3 kelompok kecil, setiap kelompok ada 8 – 9 peserta, setiap kelompok mendapatkan 3 materi. Setiap kelompok diberikan waktu satu jam untuk mendapatkan materi, games dan tanya jawab. Kelompok akan berputar ke tentor ataupun pemateri berikutnya. Adapun materi hari pertama antara lain tentang ASI eksklusif, nutrisi bagi ibu menyusui, permasalahan-permasalahan pemberian ASI. Materi hari ke dua antara lain manajemen laktasi, stunting dan pencegahan stunting dengan ASI eksklusif. Adapun agenda kegiatan terdapat pada Tabel 1 sebagai berikut :

Tabel 1. Agenda Kegiatan Pengabdian Masyarakat

HARI/TANGGAL	WAKTU	ACARA
Kamis, 5 April 2024	07.30 – 08.00	Absensi Pre-test
	08.00 - 08.30	Pembukaan Bu Eka (Bidan desa) Ketua Pengabmasy
		Materi I Pemateri : Dewi Susilowati SST., M. Kes Tema materi : ASI eksklusif Tanya jawab
		Materi II Pemateri : Piscolia Dynamurti SST., M.Keb Tema materi : Nutrisi bagi ibu menyusui Tanya jawab
		Materi ke III Pemateri : Dewi Susilowati, SST., M.Keb Tema materi : Permasalahannya dalam pemberian ASI Yang dibahas : (a) Masalah-masalah dalam memberikan ASI (b) Langkah-langkah keberhasilan menyusui ASI eksklusif Tanya jawab
	12.00	Selesai
Jumat, 6 April 2024	07.30 – 08.00	Absensi

Materi IV

Pemateri :

Lusinta Agustina SST., M.Keb

Tema materi : Manajemen laktasi

Materi ke V

Pemateri :

Siti Yulaikah, SST., M.Keb

Tema materi : Stunting dan ASI pencegah stunting dalam kehidupan pertama bayi

Yang dibahas :

Manajemen laktasi

Post test

12.00

Selesai

Pelaksanaan kegiatan tersebut dibagi menjadi tiga kelompok, seperti pada Gambar 1, Gambar 2 dan Gambar 3 :



Gambar 1. Kelompok Satu

Kegiatan yang dilakukan oleh kelompok 1 tersaji pada Gambar 1 yaitu diskusi mengenai pentingnya ASI eksklusif, nutrisi bagi ibu menyusui, permasalahan-permasalahan pemberian ASI. Antusias peserta sangat dirasakan karena semua peserta aktif mengikuti sesi diskusi. Kelompok 1 nantinya akan berputar ke tentor ataupun pemateri berikutnya.



Gambar 2. Kelompok dua

Kegiatan yang dilakukan oleh kelompok 2 tersaji pada Gambar 2 yaitu pemaparan materi tentang permasalahan dalam pemberian ASI meliputi masalah-masalah dalam memberikan ASI dan langkah-langkah keberhasilan menyusui ASI eksklusif. Kelompok 2 nantinya akan berputar ke tentor ataupun pemateri berikutnya.



Gambar 3. Kelompok tiga

Kegiatan yang dilakukan oleh kelompok 3 yang tersaji pada Gambar 3 yaitu penyampaian materi terkait dengan nutrisi bagi ibu menyusui. Kelompok 3 nantinya akan berputar ke tenda ataupun pemateri berikutnya yaitu mengenai pentingnya ASI eksklusif dan permasalahan dalam pemberian ASI. Peserta dari hari pertama ataupun kedua sangat antusias untuk mengikuti kegiatan. Banyak peserta yang ikut partisipasi dalam bertanya seputar materi yang dibahas dan disampaikan oleh pemateri.

Penyuluhan kesehatan adalah sebuah proses yang bertujuan untuk memberikan informasi mengenai hidup sehat, dengan harapan dapat mengubah perilaku masyarakat menuju pola hidup yang lebih baik. Selain itu, penyuluhan kesehatan juga merupakan bentuk intervensi yang independen, dirancang untuk membantu individu, keluarga, kelompok, maupun masyarakat secara keseluruhan dalam mengatasi berbagai masalah kesehatan yang mereka hadapi (Yuhana, 2020).

Salah satu strategi untuk mencapai perubahan perilaku, menurut WHO (2014) yang dikutip oleh (Yetiani, 2020), adalah dengan memberikan informasi guna meningkatkan pengetahuan. Hal ini dapat menumbuhkan kesadaran, yang salah satunya dapat dicapai melalui penyuluhan kesehatan.

Pengetahuan adalah elemen yang krusial dalam pembentukan tindakan seseorang. Perilaku yang berlandaskan pengetahuan cenderung lebih bertahan lama, sehingga diharapkan mampu menghasilkan sikap positif dalam pengambilan keputusan terkait tindakan yang akan diambil di masa depan (Yetiani, 2020).

Menurut Notoatmodjo (2010), salah satu faktor utama yang mempengaruhi pengetahuan adalah kurangnya informasi. Oleh karena itu, penyediaan informasi melalui pendidikan dan pelatihan sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan. Harapannya, hasil dari penyuluhan ini dapat menumbuhkan kesadaran, sehingga individu akan menerapkan praktik sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya. Secara teori, proses perubahan praktik atau adopsi perilaku baru mengikuti urutan perubahan yang terdiri dari pengetahuan, sikap, dan praktik. Pengalaman telah menunjukkan bahwa praktik yang didasarkan pada pengetahuan akan lebih berkelanjutan dibandingkan dengan praktik yang tidak didasarkan pada pengetahuan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih diucapkan pada Dirjen Dikti Kemendikbud Ristek yang telah memberikan dukungan finansial terhadap kegiatan pengabdian masyarakat ini. Kegiatan ini didanai melalui Program Kreativitas Mahasiswa (PKM-PM) sesuai perjanjian 2383/E2/DT.01.00/2023.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini berjalan dengan lancar. Dalam kegiatan ini dilakukan evaluasi untuk menilai dari keberhasilan kegiatan. Indikator keberhasilan dari pelaksanaan kegiatan ini adalah sebagai berikut :

1. Aspek tujuan pengabdian masyarakat



Aspek tujuan pengabdian kepada masyarakat telah tercapai yaitu terjadi peningkatan pengetahuan pada ibu, hal ini dapat dilihat dari nilai antara pre test dan post test yang diberikan kepada peserta.

2. Aspek kegiatan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat
Proses kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini berjalan dengan lancar, semua peserta mengikuti seluruh kegiatan dari awal sampai akhir. Antusias para peserta yang mengikuti penyuluhan sangat baik hal ini dibuktikan dengan ada peserta yang mengajukan pertanyaan tentang materi sehingga ada peningkatan pengetahuan peserta.
3. Aspek target capaian dan luaran
Tersusunnya laporan pengabdian kepada masyarakat yang bisa dijadikan acuan atau referensi pihak lain yang akan melakukan pengabdian kepada masyarakat, tersusunnya buku saku tentang "ASI eksklusif sebagai awal kehidupan bayi dalam mencegah stunting sejak dini" dan sudah ter-submitnya laporan ini dalam jurnal sinta 5.

Saran

Saran ini ditujukan kepada pihak-pihak terkait meliputi :

1. Ibu hamil
Diharapkan ibu terus mencari informasi mengenai persiapan masa laktasi, sehingga pada saat masa laktasi tiba ibu sudah siap untuk memberikan ASInya.
2. Ibu dengan bayi usia 0-6 bulan
Diharapkan ibu yang memiliki bayi usia 0-6 bulan dapat memberikan ASI secara eksklusif untuk mencegah stunting sedini mungkin.
3. Keluarga dan masyarakat
Keluarga dan masyarakat diharapkan selalu memberikan dukungan kepada ibu hamil atau ibu yang memiliki bayi usia 0-6 bulan untuk memberikan ASI eksklusif kepada bayinya.
4. Bidan atau Tenaga kesehatan

Bidan atau tenaga kesehatan selalu memberikan informasi dan dukungannya kepada ibu dalam mempersiapkan masa laktasi yang dipersiapkan sejak masa kehamilan sampai dengan ibu masuk dalam masa menyusui.

DAFTAR PUSTAKA

- Nisa, L. H. (2018). Kebijakan Penanggulangan Stunting di Indonesia. *Jurnal Kebijakan Pembangunan*, 13(2). Diakses tanggal 4 Februari 2022.
- Arisman, M. B. (2009), *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: EGC.
- Bilimale, A., & Anjum, J. (2010). Improving Adherence to Oral Iron Supplementation During Pregnancy. *Australasian Medical Jurnal AMJ*, 2010, 3, 5. USA: Ohio University.
- Handayani, D. Y. & Aprilina, H. A. (2015). Pemberdayaan Kader Posyandu Dalam Program ASI Eksklusif di Desa Pamijen Sokaraja Banyumas. *Jurnal Medisains*, 13(1).
- Kusmiyati, Yeni, Wahyuningsih, H. P., & Sujiyatino. (2010). *Perawatan Ibu Hamil*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Manuaba, I. B. G. (2010). *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan KB Untuk Pendidikan Bidan*. Ed.2., Jakarta: EGC.
- Noviana, R., Suparni, & Rusmariansa, A. (2012). Hubungan Antara Paritas Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Kesesi 2 Kabupaten Pekalongan Tahun 2015. Skripsi Stikes Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan.
- Pujiastuti N, Retnowati L. (2021). Pelatihan MPASI Lokal Bagi Kader Posyandu Sebagai Upaya Menurunkan Wasting Dan Stunting Di Desa Balonggabus Kecamatan Candi Kabupaten Sidoarjo. *Prosiding Pengabdian Masyarakat Polkkes Kemenkes Tasikmalaya*. E-ISSN : 2807-9183



- Prawirahardjo S. (2010). *Ilmu Kebidanan*. Ed.4., Cet 3. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Proverawati, A. (2011). *Anemia dan Anemia Kehamilan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Saifuddin, A. B. (2008). *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal Dan Neonatal*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirahardjo.
- Sulistyawati, A. (2009). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Kehamilan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Waryana. (2010). *Gizi Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Rihama.

