

PENCEGAHAN STUNTING MELALUI EDUKASI DAN PENDAMPINGAN PEMBUATAN MPASI UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN IBU DI DESA JATISARI

¹Dita Dwi Marcelina, ¹Roby Aji Permana*, ¹Sely Tri Wahyuni, ¹Makhya Al Inayatul Iza, ¹Angga Dwi Kurniawan

¹Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi

*email corresponding: roby.ajipermana@uds.ac.id

Received : 16-06-2025 Revised : 23-07-2025 Accepted : 30-07-2025

Keywords:

Stunting
Complementary
feeding
Maternal
knowledge

ABSTRACT *Stunting remains a significant public health challenge, particularly in developing regions. In Jatisari Village, the prevalence of stunting among children under five necessitates targeted interventions to improve nutritional outcomes. This community service initiative addressed this critical issue by focusing on improving maternal knowledge and practices related to complementary feeding. This program aimed to enhance mothers' understanding of stunting prevention and provide practical guidance on preparing nutritious and age-appropriate complementary foods (MPASI) for their infants in Jatisari Village. The activity utilized a two-pronged approach: interactive health education sessions to convey theoretical knowledge about stunting and MPASI, followed by hands-on demonstrations and direct assistance in preparing MPASI. A pre-test and post-test methodology was employed to assess the immediate impact of the intervention on participants' knowledge levels. The comparative analysis of pre-test and post-test scores demonstrated a significant improvement in participants' knowledge regarding stunting prevention and the proper preparation of MPASI. This indicates the effectiveness of the educational and practical intervention in enhancing understanding. The positive shift in knowledge among mothers suggests that targeted educational and practical support can play a crucial role in combating stunting. This intervention is expected to contribute to improved feeding practices and ultimately, better nutritional status and optimal growth for children in Jatisari Village.*

PENDAHULUAN

Stunting merupakan kondisi di mana anak usia di bawah lima tahun memiliki tinggi badan yang tidak sesuai dengan usianya, yaitu berada di bawah dua standar deviasi dari kurva pertumbuhan (Indriani, N., & Nazmi, A. N. 2023; WHO, 2020). Kejadian stunting pada anak balita dipengaruhi oleh sejumlah faktor, seperti usia anak, panjang badan saat lahir, serta kecukupan asupan zat gizi makro (seperti protein dan karbohidrat) dan mikronutrien (seperti kalsium, vitamin A, zat besi, dan seng). WHO mencatat bahwa secara global, prevalensi stunting pada anak balita mencapai angka 21,9%, dengan sebagian besar kasus ditemukan di kawasan Asia (World Health Organization, 2020). Di Indonesia, Kabupaten Jember menjadi salah satu wilayah dengan jumlah kasus stunting yang tinggi. Berdasarkan pernyataan dari Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Jember, Hendro Soelistijono, daerah ini menempati posisi tertinggi kasus stunting di Provinsi Jawa Timur. Hasil Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) tahun 2022 yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan RI menunjukkan bahwa angka stunting di Jember mencapai 34,9%.

Desa Jatisari merupakan salah satu desa yang mempunyai permasalahan dengan angka stunting masih tergolong cukup tinggi, maka dari itu Desa Jatisari masih memerlukan perhatian khusus mengenai sosialisasi pencegahan stunting. Angka stunting di Desa Jatisari cukup tinggi dikarenakan beberapa faktor, salah satu utamanya yaitu kurangnya pengetahuan para ibu dan calon

ibu mengenai cara pembuatan MPASI yang bergizi untuk mencegah stunting, selain itu faktor ekonomi juga mempengaruhi dalam pembuatan MPASI yang bergizi. Stunting tidak semata-mata disebabkan oleh kekurangan pangan, tetapi juga dipengaruhi oleh pemberian makanan pendamping ASI (MPASI) yang tidak memadai serta proses penyapihan yang dilakukan terlalu dini. Praktik pemberian MPASI yang kurang tepat, ditambah dengan minimnya pengetahuan ibu mengenai manfaat dan cara penyajian MPASI yang sesuai, turut memengaruhi sikap ibu dalam memberikan MPASI (Safitri, H., & Mulyaningsih., 2023). Kondisi ini secara tidak langsung menjadi faktor penyebab terjadinya gangguan gizi pada anak usia di bawah dua tahun. Mutu dari pemberian MPASI sangat bergantung pada tingkat pengetahuan ibu serta ketersediaan bahan pangan di lingkungan keluarga. Kesadaran ibu akan pentingnya gizi seimbang menjadi kunci utama dalam menjaga kualitas MPASI yang diberikan kepada anak (Kemenkes RI, 2022).

Upaya meningkatkan status kesehatan dan gizi anak guna mencegah stunting tidak dapat dipisahkan dari upaya mengedukasi ibu mengenai pengetahuan dan perilaku yang tepat dalam pemberian makanan pendamping ASI (MPASI). Edukasi ini dapat dilaksanakan melalui kegiatan penyuluhan kesehatan. Seorang ibu yang memiliki bayi perlu memiliki pemahaman yang baik mengenai praktik pemberian MPASI. Pengetahuan tersebut menjadi faktor krusial dalam menentukan waktu dan jenis makanan tambahan yang sesuai untuk bayi. Kurangnya pengetahuan dapat menyebabkan praktik pemberian MPASI yang terlalu dini atau tidak sesuai dengan kebutuhan gizi anak (Jayanti et al., 2020). Sosialisasi dan pendampingan mengenai cara pembuatan MPASI secara ekonomis di Desa Jatisari merupakan salah satu upaya untuk mencegah stunting di Desa Jatisari. Diharapkan dengan adanya kegiatan sosialisasi dan pendampingan mengenai cara pembuatan MPASI secara ekonomis di Desa Jatisari dapat meningkatkan pengetahuan para ibu dan calon ibu untuk mencegah angka stunting yang ada di Desa Jatisari.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan metode sosialisasi yang interaktif untuk menyampaikan informasi kepada sasaran mengenai stunting dan MPASI. Populasi pengabdian masyarakat ini yaitu Ibu hamil dan Ibu dengan anak usia maksimal 1,5 tahun di Desa Jatisari dimana dengan jumlah total 25 sasaran. Kegiatan ini juga melibatkan perangkat desa, bidan desa, dan kader desa. Program pengabdian ini dilakukan selama 1 hari secara offline, dengan instrumen yang digunakan yaitu leaflet dan kuisioner. Kuisioner dilakukan dalam dua tahap yaitu pretest (sebelum kegiatan) dan posttest (setelah kegiatan). Kegiatan ini dilakukan dalam 3 tahap yang meliputi:

1. Pelaksanaan sosialisasi, pada tahap ini tim memberikan edukasi dan informasi mengenai stunting dan cara mencegah stunting dengan pemberian MPASI yang baik dan benar.
2. Setelah diberikan sosialisasi selanjutnya dilakukan sesi diskusi dimana tahap ini tim memberikan kesempatan pada sasaran untuk berdiskusi mengenai topik yang sudah dibahas sebelumnya.
3. Demonstrasi, pada tahap ini tim melakukan demonstrasi mengenai cara pembuatan MPASI dan memberikan penjelasan mengenai MPASI sesuai dengan usia anak. Selain demonstrasi yang dilakukan oleh tim, tim memberikan kesempatan kepada sasaran untuk ikut serta dalam demonstrasi.

Dari tahapan-tahapan kegiatan pengabdian masyarakat ini, tim melakukan evaluasi dengan mengarahkan sasaran untuk mengisi kuisioner pretest dan posttest dimana masing-masing kuisioner berjumlah 20 soal. Hal ini dilakukan untuk mengukur tingkat pengetahuan sasaran sebelum dan sesudah dilakukan kegiatan sosialisasi mengenai stunting dan MPASI.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di Desa Jatisari ini terdiri dari beberapa tahapan, dimulai dengan pre-test untuk mengukur pengetahuan awal peserta, dilanjutkan dengan sosialisasi tentang stunting dan pencegahannya, demonstrasi pembuatan Makanan Pendamping Asi (MPASI), dan diakhiri dengan post-test untuk mengevaluasi perubahan pengetahuan peserta. Peserta dalam kegiatan ini melibatkan ibu hamil serta orang tua balita yang

berusia maksimal dua tahun dengan pendampingan kader dan bidan dari posyandu Desa Jatisari. Tujuan utama dari kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan peserta tentang pentingnya pemberian MPASI yang bergizi seimbang dalam mencegah stunting pada anak.



Gambar 1. Kegiatan sosialisasi

Dalam sesi sosialisasi, materi yang diberikan meliputi pemahaman mengenai stunting, penyebab dan dampaknya pada tumbuh kembang anak, serta bagaimana pencegahan stunting dapat dilakukan melalui pemberian MPASI yang tepat. Para peserta diberikan pengetahuan bahwa stunting tidak hanya disebabkan oleh faktor genetik, tetapi juga kekurangan gizi yang dialami anak pada usia dini, terutama dalam 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Setelah itu peserta juga diberikan edukasi mengenai jenis-jenis makanan yang bergizi untuk MPASI, serta cara menyajikannya dengan tepat sesuai dengan usia anak, sehingga dapat membantu memenuhi kebutuhan gizi anak dengan optimal.



Gambar 2. Bahan makanan dalam demonstrasi MPASI

Demonstrasi serta pendampingan pembuatan MPASI dilakukan dengan memfokuskan pada usia anak yang berbeda, mulai dari usia 6-8 bulan, 9-11 bulan, dan 12-23 bulan, yang mana pada setiap usia tersebut memiliki aturan khusus mengenai tekstur, takaran dan cara penyajian. Para peserta diperlihatkan proses pembuatan berbagai jenis MPASI dengan bahan-bahan lokal yang bergizi namun ekonomis, misalnya pada usia 6-8 bulan diberikan nasi halus, telur (sebagai bahan wajib), hati ayam (protein hewani), tahu (protein nabati) dan wortel (serat). Demonstrasi ini bertujuan agar peserta bisa langsung mempraktikkan pembuatan MPASI bergizi di rumah dengan bahan-bahan yang mudah didapatkan di lingkungan sekitar.

Tabel 1. Pengetahuan sebelum dan sesudah sosialisasi serta demonstrasi

Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
	n	%	n	%
Baik	2	8	13	52
Cukup	10	40	11	44
Rendah	13	52	1	4
Total	25	100	25	100

Sumber: Data primer

Berdasarkan hasil dari *pre-test* dan *post-test* tersebut, diketahui bahwa sebelum dilakukan sosialisasi dan demonstrasi menunjukkan sebanyak 13 peserta (52%) memiliki tingkat pengetahuan yang tergolong rendah mengenai MPASI dan pencegahan stunting. Setelah dilakukan kegiatan, jumlah peserta dengan pengetahuan rendah menurun drastis menjadi hanya 1 orang (4%). Hal ini menunjukkan bahwa sebelum kegiatan pendampingan, masih banyak ibu dan orang tua balita yang kurang memahami pentingnya pemberian gizi seimbang pada tahap awal kehidupan anak. Namun, setelah kegiatan, terjadi perbaikan signifikan yang mencerminkan keberhasilan program sosialisasi dalam meningkatkan pemahaman peserta.

Sementara itu, jumlah peserta dengan pengetahuan cukup sebelum kegiatan sebanyak 10 orang (40%), dan setelah kegiatan meningkat menjadi 11 orang (44%). Untuk kategori pengetahuan baik, sebelum sosialisasi hanya terdapat 2 peserta (8%) yang memiliki pemahaman yang baik, namun jumlah ini meningkat signifikan menjadi 13 peserta (52%) setelah kegiatan. Peningkatan ini menunjukkan bahwa sosialisasi dan demonstrasi yang dilakukan berhasil memperkuat pengetahuan peserta, khususnya dalam memahami pentingnya MPASI yang bergizi seimbang dan peranannya dalam mencegah stunting. Meskipun masih ada sebagian peserta yang berada dalam kategori "cukup", hal ini mengindikasikan perlunya penguatan lebih lanjut dalam penerapan MPASI. Secara keseluruhan, kegiatan ini menunjukkan efektivitas dalam mengurangi kesenjangan pengetahuan serta memberikan dampak positif terhadap pemahaman dan sikap orang tua dalam pemberian gizi yang tepat untuk mendukung pertumbuhan anak secara optimal.

MPASI yang diberikan dengan gizi seimbang sangat penting dalam mencegah stunting pada anak. Pengetahuan yang baik tentang sesuatu akan mendorong perubahan dalam sikap dan perilaku individu (Latifah, *et. al.* 2024). Pengetahuan ibu tentang gizi, khususnya tentang MPASI, berperan penting dalam mencegah stunting. Ibu yang memiliki pengetahuan yang cukup akan lebih mampu memberikan makanan yang bergizi dan sesuai dengan tahap pertumbuhan anak, yang mengarah pada pengurangan angka stunting (Solahuddin *et al*, 2024). Sosialisasi yang efektif mengenai MPASI dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang pentingnya gizi seimbang dalam MPASI, yang akan berkontribusi pada perubahan pola pemberian makanan yang lebih baik. Pengetahuan yang meningkat tentang MPASI juga mendorong ibu untuk memilih bahan pangan lokal yang bergizi seimbang dan sesuai dengan kebutuhan anak, sehingga mampu mendukung tumbuh kembang anak secara optimal (Mursali *et al*, 2023). Edukasi dapat meningkatkan pengetahuan ibu dan jenis edukasi yang paling efektif adalah edukasi yang melibatkan indra pendengaran dan indra penglihatan seperti penyuluhan yang memanfaatkan media cetak (Muharram *et. al*, 2021). Kegiatan edukasi selanjutnya bisa direkomendasikan dengan menggunakan media yang inovatif.

KESIMPULAN

Hasil kegiatan menunjukkan lebih dari setengah responden (52%) memiliki tingkat pengetahuan rendah pada skor *pre-test*. Sedangkan pada skor *post-test*, lebih dari setengah responden memiliki kategori pengetahuan baik (52%). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan presentase pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan. Kegiatan sosialisasi dan pendampingan pembuatan Makanan Pendamping ASI (MPASI) di Desa Jatisari berhasil meningkatkan pengetahuan ibu dan calon ibu mengenai pentingnya pemberian MPASI yang bergizi dalam mencegah stunting.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada seluruh mitra yaitu perangkat Desa Jatisari, bidan desa, kader desa, seluruh responden, pembina, serta Himpunan Mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi.

DAFTAR PUSTAKA

- Bilqis, A., Putri, I., & Okdiyanti, S. A., et al. (2024). Analisis Kebijakan Pemerintah Kabupaten Jember dalam Menangani Stunting dengan Perspektif *Problem Tree Analysis*. *Jurnal Media Akademik (JMA)*, 2(5), 3031–5220. <https://doi.org/10.62281>
- Fitri, R., Huljannah, N., & Rochmah, T. N. (2022). Program Pencegahan Stunting di Indonesia: A Systematic Review. *Media Gizi Indonesia (National Nutrition Journal)*. 2022, 17(3), 281–292. <https://doi.org/10.204736/mgi.v17i3.281-292>
- Indriani, N., & Nazmi, A. N. (2023). Pendidikan Kesehatan dalam Pemberian MPASI dapat Merubah Perilaku Ibu Dalam Mencegah Stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Singotrunan Kabupaten Banyuwangi. *Jurnal Afiat: Kesehatan Dan Anak*, 9(2), 117–129. <https://doi.org/10.34005/afiat.v9i2.3509>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2023 tentang *Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*. Jakarta
- Laode Burhanuddin Mursali, Khairunnas, Rizky Anggara, Nala Oktawianda, & Asyura Pebriola., et al. (2023). Sosialisasi Mpasi yang Tepat Sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *Jurnal Pengabdian Mandiri*, 9, 1869–1872.
- Muharram, I., Faradillah, A., Helvian, F. A., Sari, J. I., & Sabri, M. S., (2021). The Effect of Breastfeeding Complimentary Food Education On Increasing Maternal Knowledge. *Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 20(2): 77-90.
- Latifah N.A., Romdhona, F.F.N., Herdiansyah, D., Ernyasih, Suherman., et al. (2024). Systematic Literature Review: Stunting pada Balita di Indonesia dan Faktor yang Mempengaruhinya. <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/JKK>
- Putri, N. R., Septiana, Y. C., Larasati, D., Dharmawan, C., & Amalia, R. (2024). Edukasi Mpasi pada Ibu Bayi Usia 0-1 Tahun sebagai Upaya Persiapan dan Peningkatan Berat Badan Bayi Sesuai dengan Kurva Pertumbuhan. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 8(1), 1124. <https://doi.org/10.31764/jmm.v8i1.20632>
- Safitri, H., & Mulyaningsih. (2023). Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Pemberian Mpasi Pada Bayi Usia 6-12 Bulan. *Jurnal Keperawatan Duta Medika*, 1, 6–12.
- Solahuddin, R. A., Fitriani, D., Anggarani, P., Magdalena, L. A., Hasibuan, N. J., et al. (2024). Strategi Pencegahan Stunting melalui Edukasi MPASI di Kelurahan Tanah Baru, Kecamatan Bogor Utara, Kota Bogor. *Jurnal Pusat Inovasi Masyarakat (PIM)*, 6(2), 186–197. <https://doi.org/10.29244/jpim.6.2.186-197>