

EDUKASI MPASI KAYA PROTEIN HEWANI MENCEGAH STUNTING DI RADIO MARIA

Serlina Silalahi¹⁾, Elfrida Sianturi²⁾, Nagoklan Simbolon³⁾
HettyGustina Simamora⁴⁾, Pomarida Simbolon⁵⁾, Seri Rayani Bangun⁶⁾,
Paska Ramawati Situmorang⁷⁾

^{1,2,3,4)}Program Studi Sarjana Gizi, STIKes Santa Elisabeth Medan

⁵⁾Program Studi Manajemen Informasi Kesehatan, STIKes Santa Elisabeth Medan

^{6,7)}Program Studi Teknologi Laboratorium Medik, STIKes Santa Elisabeth Medan

Informasi Artikel

Sejarah Artikel :

Diterima, Nov 14, 2023

Revisi, Des 9, 2023

Disetujui, Des 31, 2023

Kata kunci :

Stunting;

MPASI;

Edukasi Gizi

ABSTRAK

Permasalahan gizi pada balita saat ini adalah kasus balita dengan stunting. Permasalahan stunting masih tingginya angka di Indonesia disebabkan karena kurangnya asupan gizi selama hamil, praktik pengasuhan, terbatasnya akses pelayanan Ante Natal Care dan Post Natal Care yang berkualitas, penyakit infeksi, bayi lahir prematur, berat badan lahir rendah (BBLR), kurangnya akses air bersih dan sanitasi, masih kurangnya akses makanan bergizi karena tergolong mahal, Inisiasi Menyusu Dini, tidak mendapat ASI eksklusif 0-6 bulan, asupan energy dan zat gizi harian yang tidak adekuat. Kegiatan pengabdian masyarakat ini tim pengabdian memfokuskan memberikan edukasi informasi kepada masyarakat umum di Radio Maria yaitu mengenai MPASI kaya protein hewani cegah stunting Pada tahap persiapan kegiatan ini adalah persiapan ruangan siaran, alat-alat siaran yang akan dipakai dan alat-alat lainnya yang sudah disiapkan oleh tim siaran Radio Maria. Tahap Pelaksanaan Acara ini dilaksanakan di Gedung Keuskupan Catholic Center, Lantai 5 Medan. Metode diskusi langsung, tanya jawab kepada peserta yang hadir mendengar dan mengikuti acara siaran Radio Maria. Hasil menunjukkan pengetahuan tentang stunting kurang dipahami. Pemberian edukasi MPASI lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan Ibu sehingga kedepannya permasalahan gizi dengan stunting bisa teratasi.

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



Korespondensi Penulis :

Serlina Silalahi

Program Studi Sarjana Gizi

STIKes Santa Elisabeth Medan

Email: serlinanovember@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Negara-negara di dunia masih menyoroiti permasalahan gizi hingga saat ini. Permasalahan ini tidak hanya timbul pada orang dewasa, tetapi juga bayi, balita, hingga lansia dapat menderita permasalahan gizi. Terdapat beragam permasalahan gizi yang sering kali dihadapi seperti halnya, obesitas, anemia, stunting, dan gizi buruk (Agustina, Rahmadhena, 2020). Salah satu permasalahan gizi pada balita yang memerlukan fokus dalam penanganannya adalah kasus balita dengan stunting. Definisi dari stunting secara umum adalah kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi kronis dalam jangka waktu lama terjadi sejak janin dalam kandungan sampai awal kehidupan anak (1000 hari pertama kehidupan) (The American Academy Of Pediatrics, 2022).

Di Indonesia trend angka stunting mengalami penurunan, padatahun 2018 sebesar 30,08%, tahun 2019 sebanyak 27,67%, tahun 2021 sebesar 24,4 % dan pada tahun 2022 sebesar 21,6% namun masih belum sesuai dengan target WHO sebesar 20% dan target capaian pada tahun 2024 sebesar 14% (SSGI, 2022)

Permasalahan stunting masih tingginya angka di Indonesia disebabkan karena kurangnya asupan gizi selama hamil, praktik pengasuhan, terbatasnya akses pelayanan *Ante Natal Care* dan *Post Natal Care* yang berkualitas, penyakit infeksi, bayi lahir prematur, berat badan lahir rendah (BBLR), kurangnya akses air bersih dan sanitasi, masih kurangnya akses makanan bergizi karena tergolong mahal, Inisiasi Menyusu Dini, tidak mendapat ASI eksklusif 0-6 bulan, asupan energy dan zat gizi harian yang tidak adekuat (kekurangan gizi) khususnya pada protein hewani pada pemberianmakanpendamping air susu ibu (MP-ASI) (BKKBN, 2021). Menurut WHO, dengan mengkonsumsi protein hewani sebanyak 10-15% perharinya dapat mencegah stunting pada balita (Furuta *et al.*, 2021).

Kejadian stunting menjadi permasalahan yang serius dan termasuk kedalam permasalahan gizi utama di Indonesia. Simbolon (2019), berpendapat bahwa stunting akan berdampak secara panjang bagi gangguan tumbuh kembang anak secara fisik, mental, serta intelektual yang bersifat permanen, resiko terkena penyakit kronis, kanker, hipertensi, jantung koroner, dan stroke, serta imunitas dan produktivitas kerja yang menurun (cenderung rendah). Apabila kasus stunting dapat diatasi dengan baik, maka diharapkan ekonomi Indonesia dapat bertumbuh dengan baik. Selain itu, pembangunan Bangsa Indonesia juga akan menjadi lebih baik karena tidak perlu terbebani oleh adanya biaya pengobatan penyakit-penyakit degeneratif. Dampak jangka pendek berkaitan dengan adanya morbiditas (kesakitan) dan mortalitas pada bayi atau balita. Adapun dampak jangka menengah berkaitan dengan rendahnya kemampuan kognitif dan intelektualitas yang akan berakibat pada jangka panjangnya, yakni kurangnya kualitas sumber daya manusia dan timbulnya penyakit-penyakit degenerative pada usia dewasa nantinya (Aryastami, 2017).

Pengkategoriannya berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan RI tentang standar antropometri anak tahun 2020 dengan cara mengukur tinggi badan menurut umur (TB/U) di grafik z-score berwarna biru (anak laki-laki) dan grafik z-score berwarna merah muda (anak perempuan). Kategori sangat pendek (*severely stunting*) dengan TB dikategorikan grafik z score $< -3SD$, kategori pendek (*stunting*) $-3 SD \leq z < -2 SD$, kategori normal $-2 SD \leq z < +3 SD$, dan kategori tinggi $> +3 SD$ (Perkemenkes RI, 2020).

Pemberdayaan perempuan khususnya pada ibu hamil sebagai sasaran dari intervensi spesifik percepatan penurunan stunting, sehingga intervensi difokuskan pada ibu hamil. Adanya kesadaran bahwa stunting memiliki potensi sebagai ancaman dalam mewujudkan generasi berkualitas, maka menjadi saat yang tepat bagi seluruh masyarakat untuk mencegah stunting melalui praktek pengasuhan yang baik, terutama pada periode 1000 HPK. Persepsi ibu hamil akan mempengaruhi perilaku ibu dalam pencegahan stunting (Adani *et al*, 2017).

Pengetahuan mengenai pencegahan stunting perlu ditingkatkan, disertai strategi pemberian MPASI yang kaya protein hewani yang baik melalui suatu promosi kesehatan pencegahan stunting dan pengolahan menu MPASI dengan memanfaatkan bahan-bahan lokal yang murah dan mudah didapat (Witari *et al.*, 2020).

Langkah untuk membantu mencegah stunting dilakukan edukasi MPASI kaya protein hewani cegah stunting di Radio Maria serta sekaligus memperingati Hari Gizi Nasional pada tanggal 25 Januari yang ke-63 tahun. Edukasi ini ditujukan untuk masyarakat umum, agar peringatan ini menjadi momentum untuk meningkatkan kepedulian masyarakat dalam mengatasi stunting di Indonesia.

2. METODE PENELITIAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini tim pengabdian memfokuskan memberikan edukasi informasi kepada masyarakat umum di Radio Maria yaitu mengenai MPASI kaya protein hewani cegah stunting.

1. Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan pada kegiatan ini adalah persiapan ruangan siaran, alat-alat siaran yang akan dipakai dan alat-alat lainnya yang sudah disiapkan oleh tim siaran Radio Maria.

2. Tahap Pelaksanaan

Acara ini dilaksanakan di Gedung Keuskupan *Catholic Center*, tepatnya di ruangan siaran Radio Maria Lantai 5 Medan dengan metode diskusi langsung berupaya tanya jawab atau studi kasus.

3. Tahap Evaluasi

Evaluasi yang diberikan kepada peserta yang hadir adalah setiap orang yang ikut mendengar dan mengikuti acara siaran Radio Maria Medan (tidak dibatasi).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) telah dilaksanakan pada hari Rabu, 24 Januari 2023 pukul 13.00 WIB dengan judul “Edukasi MPASI Kaya Protein Hewani Cegah Stunting” di ruangan Radio Maria Lantai 5 Medan. Pengabdian Kepada Masyarakat ini sebagai upaya untuk memberikan edukasi dalam pencegahan stunting.

Kegiatan ini diawali dengan memperkenalkan diri terlebih dahulu selanjutnya memberikan edukasi dimulai dari pengertian, penyebab, dampak, hubungan stunting dengan MPASI, sumber pangan, porsi makan sesuai usia dan cara pencegahannya. Setelah materi disampaikan, selanjutnya memberikan kesempatan kepada pendengar Radio Maria untuk bertanya seputar stunting.

Hasil dari edukasi ini menunjukkan pengetahuan tentang stunting kurang memahami akan tetapi rasa antusias para pendengar setia Radio Maria dengan memberikan beberapa pertanyaan kepada tim sebagai pemateri untuk menambah pengetahuan masyarakat umum. Hal ini sejalan dengan penelitian menurut Andriani *et al.*, (2022), edukasi MPASI lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan Ibu sehingga kedepannya permasalahan gizi bisa dihindarkan.



Gambar 1. Foto Kegiatan siaran Radio Maria



Gambar 2. Foto Saat Siaran Radio Maria Sedang Berlangsung

4. KESIMPULAN

Pengabdian Kepada Masyarakat telah dilakukan di Radio Maria Medan hari Rabu, 24 Januari 2023 pukul 13.00 WIB dengan judul “MPASI kaya protein hewani cegah stunting. Para pendengar Radio Maria sangat antusias bertanya seputar topik stunting bagi balita, mereka sangat mendukung dan senang kegiatan ini untuk menambah pengetahuan dengan mengaplikasikan di kehidupan sehari-hari.

REFERENSI

- Atasih, H., Mulyani, S. (2022). Sosialisasi “Isi Piringku” Pada Remaja Putri Sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 116-121. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v6i1.4685>
- Fatima, M. N., Lestari, F. S. (2021). Pengembangan Media Promosi Kesehatan Merchandise Kipas Mengenai Gizi Seimbang Bagi Remaja. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 2(1), 223-230.
- Fauziyah, A., Puspareni, L. D., Wardhani, S. (2022). Pendidikan Gizi tentang Pola Makan untuk Mencegah Dispepsia pada Remaja. *Jurnal Abmas Negeri (JAGRI)*, 3(1), 56-61
- Rahmanu, I., Wulandari, S., Wahyuni, S., Nevanayu, Z. C. (2022). Promosi Kesehatan Mengenai Malnutrisi Remaja dan Penghitungan IMT pada Siswa SMPN 31 Medan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 35-40.
- Rahmy, H. A., Prativa, N., Andrianus, R., Shalma, M. P. (2020). Edukasi Gizi Pedoman Gizi Seimbang Dan Isi Piringku pada Anak Sekolah Dasar Negeri 06 Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, 3(2), 162-172.
- Ramadhani, K., Khofifah, H. (2021). Edukasi Gizi Seimbang Sebagai Upaya Meningkatkan Pengetahuan Pada Remaja Di Desa Bedingin Wetan Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesehatan Global*, 4(2), 66-74. <http://ejournal.helvetia.ac.id/index.php/jkg>
- Waluyani, I., Siregar, F. N., Anggreini, D., Aminuddin, Yusuf, M. U. (2022). Pengaruh Pengetahuan, Pola Makan, dan Aktivitas Fisik Remaja Terhadap Status Gizi di SMPN 31 Medan, Kecamatan Medan Tuntungan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 28