

## **EDUKASI MP-ASI KAYA PROTEIN HEWANI SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING**

**Ika Wirya Wirawanti<sup>1</sup>, St Marwati<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Mulawarman

<sup>2</sup>Puskesmas Tamalanrea Makassar

\*Korespondensi : ikawiryawirawanti@fkm.unmul.ac.id

### **ABSTRACT**

Promotion of consumption of food sources of animal protein to toddlers can be done as a form of education for parents and caregivers so they can provide MP-ASI rich in animal protein to toddlers as an effort to prevent stunting. The aim of this activity is to provide education regarding MP-ASI rich in animal protein to increase the knowledge of parents of toddlers as an effort to prevent stunting. The method used is education through outreach activities using the lecture method accompanied by questions and answers using leaflets and print out power point slides. Counseling activities were carried out at Bangkala Posyandu and Tamalanrea Community Health Center with 30 parents of toddlers participating. Evaluation of activities is carried out by giving pre-post tests using questionnaires to see how parents knowledge changes after being given education. The results of the activity showed that there was a significant increase in knowledge among parents of toddlers after being given education regarding MP-ASI material rich in animal protein. Increasing knowledge among parents of toddlers regarding MP-ASI rich in animal protein is expected to help parents in implementing attitudes and behavior at home, especially regarding providing MP-ASI rich in animal protein to prevent stunting.

**Keywords:** Animal Protein, Complementary food, Counseling, Education, Stunting

### **ABSTRAK**

Promosi konsumsi pangan sumber protein hewani kepada balita dapat dilakukan sebagai salah satu bentuk edukasi kepada orang tua dan pengasuh agar dapat memberikan MP-ASI kaya protein hewani kepada balita sebagai upaya pencegahan stunting. Tujuan dari kegiatan ini adalah memberikan edukasi terkait MP-ASI kaya protein hewani untuk meningkatkan pengetahuan orang tua balita sebagai upaya pencegahan stunting. Metode yang digunakan yaitu edukasi melalui kegiatan penyuluhan dengan metode ceramah disertai tanya jawab menggunakan media leaflet dan print out slide power point. Kegiatan penyuluhan dilakukan di Posyandu Bangkala dan Puskesmas Tamalanrea dengan peserta orang tua yang memiliki balita berjumlah 30 orang. Evaluasi kegiatan dilakukan dengan pemberian pre-post test menggunakan kuisioner untuk melihat bagaimana perubahan pengetahuan peserta setelah diberikan edukasi. Hasil kegiatan menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan pada orang tua balita setelah diberikan edukasi terkait materi MP-ASI kaya protein hewani. Peningkatan pengetahuan diharapkan dapat membantu orang tua dalam menerapkan sikap dan perilaku di rumah khususnya terkait pemberian MP-ASI kaya protein hewani untuk mencegah stunting.

**Kata Kunci:** Edukasi, MP-ASI, Penyuluhan, Protein hewani, Stunting



*This work is licensed under a Creative Commons Attribution  
4.0 International License*

## **Pendahuluan**

Stunting merupakan masalah gizi yang rentan terjadi pada anak dan dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak. Stunting pada anak dapat berdampak terhadap rendahnya kualitas sumber daya manusia dan berisiko terhadap rendahnya produktivitas kerja pada saat dewasa. Berdasarkan data hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) pada tahun 2023 prevalensi stunting di Indonesia mencapai 21,5%. Prevalensi stunting di Sulawesi Selatan lebih tinggi mencapai 27,4%, dan khususnya di kota Makassar telah terjadi peningkatan prevalensi stunting dari 18,4% di tahun 2022 berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) menjadi 25,6% di tahun 2023 berdasarkan SKI. Hal ini kontras dengan target RPJMN tahun 2024 yaitu menurunkan prevalensi stunting hingga 14% di tahun 2024 (Kemenkes 2023; Kemenkes 2024).

Stunting adalah gangguan pertumbuhan linier pada anak yang ditandai dengan panjang atau tinggi badan anak lebih pendek dari usianya. Salah satu penyebabnya adalah kurangnya asupan gizi dalam jangka waktu lama, padahal pada masa ini anak mempunyai kebutuhan untuk tumbuh kembang yang relatif lebih tinggi dibandingkan orang dewasa, dan apabila tidak terpenuhi akan berdampak pada pertumbuhan dan perkembangannya (Khoeroh, 2017). Penelitian menunjukkan bahwa balita dengan asupan gizi kurang mempunyai risiko 2,6 kali lebih besar terkena stunting dibanding balita dengan asupan gizi baik (Sulastiningsih dan Madi, 2013). Asupan gizi khususnya protein menjadi hal yang perlu untuk diperhatikan karena protein berfungsi sebagai zat pembangun. Kekurangan protein dalam jangka panjang akan menyebabkan terganggunya regulasi tubuh dan hormon pertumbuhan dapat terganggu yang dapat menyebabkan gangguan gizi seperti stunting. Anak yang kekurangan asupan protein terbukti akan mengalami keterlambatan pertumbuhan (Fitri dan Ernita, 2019).

Salah satu intervensi spesifik untuk mempercepat penurunan stunting adalah pemberian protein hewani pada anak. Protein hewani memiliki mutu protein yang lebih tinggi dan asam amino yang lebih lengkap dibandingkan dengan protein nabati (Kemenkes, 2023). Penelitian membuktikan bahwa konsumsi protein hewani dapat menurunkan risiko stunting pada anak. Balita yang mengkonsumsi satu jenis protein hewani per hari selama masa pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) memiliki presentase stunting 3,7% lebih rendah daripada balita yang tidak mengkonsumsi protein hewani selama masa pemberian MP-ASInya. Balita yang mengkonsumsi protein hewani 2-3 jenis per hari bahkan memiliki presentase stunting 5,7-6,1% lebih rendah daripada balita yang tidak mengkonsumsi protein hewani (Headey et al., 2018). Hasil tinjauan naratif menguatkan perlunya intervensi holistik yang mendorong peningkatan asupan pangan beragam yang kaya sumber protein hewani utamanya selama masa pemberian MP-ASI pada balita dan tidak hanya berfokus pada satu jenis makanan tertentu. Oleh karena itu, pengembangan program intervensi gizi yang holistik diperlukan untuk mendukung peningkatan asupan protein hewani dan makanan yang beragam dan kaya protein hewani untuk MP-ASI balita, salah satunya seperti edukasi kepada orang tua dan pengasuh (Rahmawati, 2023). Hal ini sejalan dengan program pemerintah dalam prioritas penanganan stunting melalui peningkatan konsumsi protein hewani salah satunya dengan meningkatkan promosi dan edukasi terkait konsumsi pangan sumber protein hewani kepada masyarakat Indonesia.

Promosi konsumsi pangan sumber protein hewani kepada balita dapat dilakukan sebagai salah satu bentuk edukasi kepada orang tua dan pengasuh agar dapat memberikan MP-ASI kaya protein hewani kepada balita untuk mencegah terjadinya stunting. Edukasi dapat diberikan dalam bentuk penyuluhan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan orang tua balita khususnya terkait MP-ASI kaya protein hewani untuk mencegah stunting. Penelitian menunjukkan terdapat peningkatan rata-rata skor pengetahuan sebesar 8,7 dan terdapat peningkatan rata-rata skor sikap sebesar 14,0 setelah diberikan edukasi kesehatan dalam mencegah stunting melalui edukasi berbasis media (Sutriyawan et al., 2021). Oleh karena itu, dilakukan edukasi terkait MP-ASI kaya protein hewani dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan orang tua balita terkait MP-ASI kaya protein hewani sebagai upaya pencegahan stunting khususnya di wilayah kerja Puskesmas Tamalanrea Kota Makassar.

## **Metode**

Pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada tanggal 8 dan 9 Maret 2024 di Posyandu Bangkala dan Puskesmas Tamalanrea. Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan memberikan edukasi melalui kegiatan penyuluhan dengan metode ceramah disertai tanya jawab menggunakan media leaflet dan print out slide power point. Peserta kegiatan yaitu orang tua yang memiliki balita berjumlah 30 orang.

Materi edukasi yang diberikan yaitu terkait MP-ASI kaya protein hewani untuk cegah stunting dengan rincian materi pengertian stunting, prevalensi stunting, penyebab stunting, cara mencegah stunting, gizi seimbang untuk mencegah stunting, pentingnya protein hewani untuk mencegah stunting, dan isi piringku kaya protein hewani. Media edukasi utama yang digunakan adalah leaflet yang dibagikan kepada masing-masing orang tua balita, kemudian print out slide power point juga digunakan pameri selama penyuluhan untuk mempermudah proses penyampaian informasi.

Evaluasi pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan pemberian pre-post test menggunakan kuisisioner pada peserta. Sebelum edukasi dilakukan, peserta terlebih dahulu diberikan kuisisioner pre-test terkait materi MP-ASI kaya protein hewani untuk cegah stunting yang akan diberikan, selanjutnya setelah edukasi selesai diberikan peserta kembali diberikan kuisisioner post-test untuk melihat bagaimana perubahan pengetahuan peserta sebelum dan setelah diberikan edukasi.

## **Hasil dan Pembahasan**

Edukasi gizi dalam bentuk penyuluhan diberikan selama kurang lebih 15 menit dengan metode ceramah dan diskusi tanya jawab pada dua lokasi yang berbeda yaitu di Posyandu Bangkala (Gambar 1a) dan di Puskesmas Tamalanrea (Gambar 1b). Semua peserta yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat ini berjenis kelamin perempuan yaitu ibu balita dengan rentang usia 21-40 tahun. Pendidikan terakhir peserta paling banyak yaitu lulusan SMA dan pekerjaan paling banyak sebagai ibu rumah tangga. Pendidikan ibu berhubungan dengan status gizi balita karena semakin tinggi pendidikan ibu diharapkan semakin tinggi pula pengetahuan ibu dalam pemberian MP-ASI pada anak agar mencapai status gizi yang baik (Labada et al., 2016).



(a)

(b)

**Gambar 1. (a) Edukasi di Posyandu Bangkala dan (b) Edukasi di Puskesmas Tamalanrea**

Edukasi adalah suatu proses yang bersifat formal yang bertujuan untuk memberi pengetahuan atau melatih suatu keterampilan. Pemberian edukasi pada orang tua balita dimaksudkan untuk membantu orang tua dalam menerapkan sikap dan perilaku di rumah secara sukarela hingga dapat dijadikan sebagai suatu kebiasaan yang diterapkan sehari-hari, khususnya terkait pemberian MP-ASI kaya protein hewani bagi balita agar tercapai status gizi yang baik pada balita. Leaflet merupakan media yang digunakan untuk menyampaikan informasi terkait pengetahuan yang akan diberikan kepada orang tua balita yaitu pengetahuan terkait MP-ASI kaya protein hewani bagi balita yang nantinya bisa dibawa pulang oleh orang tua balita untuk kembali dapat dibaca di rumah. Pengetahuan terkait MP-ASI ini penting untuk diketahui oleh orang tua balita karena konsumsi protein hewani terbukti dapat menurunkan risiko stunting pada anak. Balita yang mengkonsumsi satu jenis protein hewani per hari selama masa pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) memiliki presentase stunting lebih rendah daripada balita yang tidak mengkonsumsi protein hewani selama masa pemberian MP-ASI (Headey et al., 2018).

Evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui pengisian kuisisioner yang diberikan sebagai pre-test untuk mengetahui bagaimana pengetahuan peserta sebelum diberikan penyuluhan. Setelah itu, kuisisioner kembali diberikan kepada peserta sebagai post-test untuk mengetahui bagaimana pengetahuan peserta setelah diberikan penyuluhan (Gambar 2). Hasil pre-post test peserta dapat dilihat pada Tabel 1.



**Gambar 2. Pengisian Kuisisioner Pre-Post Test**

**Tabel 1. Hasil Pre-Post Test Pengetahuan Peserta**

Variabel	n	Mean ± SD	p-value <sup>a)</sup>
Pre Test	30	52,3 ± 15,7	0,001*
Post Test	30	74,7 ± 11,7	

a) Uji Paired T-Test

\*Signifikan pada p-value <0,05

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan secara signifikan pada orang tua balita setelah diberikan edukasi melalui kegiatan penyuluhan terkait materi MP-ASI kaya protein hewani untuk mencegah stunting. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi gizi masyarakat melalui kegiatan penyuluhan secara signifikan dapat meningkatkan pengetahuan orang tua balita khususnya terkait pengetahuan tentang MP-ASI kaya protein hewani sebagai upaya pencegahan stunting.

### **Kesimpulan dan Saran**

Pengetahuan orang tua balita meningkat secara signifikan setelah diberikan edukasi terkait materi MP-ASI kaya protein hewani. Hal ini diharapkan dapat membantu orang tua dalam menerapkan sikap dan perilaku di rumah khususnya terkait pemberian MP-ASI kaya protein hewani untuk mencegah stunting hingga dapat dijadikan sebagai kebiasaan yang dapat diterapkan sehari-hari agar tercapai status gizi yang baik pada balita. Kegiatan pengabdian masyarakat dengan topik lainnya diharapkan dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan orang tua balita sebagai upaya pencegahan stunting.

### **Daftar Pustaka**

- Fitri, L., Ernita. 2019. Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dan MP ASI Dini dengan Kejadian Stunting Pada Balita. *Jurnal Ilmu Kebidanan*.
- Headey D, Hirvonen K, Hoddinott J. 2018. Animal Sourced Foods and Child Stunting. *Am J Agric Econ*. 100(5):1302-19.
- Kemkes. 2023. *Buku Saku Hasil Survei Status Gizi Indonesia 2022*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemkes. 2024. *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 Dalam Angka*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Khoeroh H. 2017. Evaluasi Penatalaksanaan Gizi Balita Stunting. *Unnes J Public Heal*.
- Labada, A., Ismanto, A. Y., Kundre, R. 2016. Hubungan Karakteristik Ibu dengan Status Gizi Balita yang Berkunjung di Puskesmas Bahu Manado. *eJournal Keperawatan*. 4(1).
- Rahmawati, W. 2023. Cegah Stunting dengan Protein Hewani : Tinjauan Naratif. *Jurnal Gizi Mandiri*. 1(1).
- Sulastiningsih, A., Madi, D. A. M. Y. 2013. Kurangnya asupan makan sebagai penyebab kejadian balita Pendek. *Jurnal Dunia Kesehatan*.
- Sutriyawan, A., Valiani, C., Munawaroh, M., Sarbini A. S., Sutrisno, E. 2021. Peningkatan Pengetahuan Kader Posyandu Dalam Mencegah Stunting Melalui Edukasi Berbasis Media Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Masyarakat Mandiri*. 5(4).