



## Pencegahan Stunting Melalui Edukasi Manajemen Laktasi

Inge Anggi Anggarini<sup>1</sup>, Renda Natalina Pratama<sup>2</sup>, Fadilah Zhafarina<sup>3</sup>  
Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan Universitas Muhammadiyah Ahmad Dahlan Palembang  
Email: [anggiinge@gmail.com](mailto:anggiinge@gmail.com)

### ABSTRAK

Pertumbuhan dan perkembangan anak merupakan hal yang harus diperhatikan sejak usia dini. Kegagalan pertumbuhan dan perkembangan akan berakibat terhadap kesejahteraan anak. Salah satu gangguan dalam pertumbuhan anak yang saat ini sedang marak dibicarakan adalah stunting. Laktasi merupakan keseluruhan proses menyusui, mulai dari ASI diproduksi sampai proses bayi menghisap dan menelan ASI. Manajemen laktasi dimulai pada masa kehamilan, setelah persalinan dan masa menyusui bayi. Ruang lingkup manajemen laktasi periode post natal meliputi ASI eksklusif, cara menyusui, memeras ASI peras, dan memberikan ASI peras. Bila manajemen laktasi tidak terlaksana maka akan berdampak penurunan pemberian ASI sehingga bisa berdampak pada peningkatan angka gizi buruk dan gizi kurang yang beresiko pada peningkatan kematian bayi. Berarti, penting sekali bagi Ibu untuk mengetahui tentang manajemen laktasi dengan baik dan benar Edukasi atau penyuluhan dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan atau pemahaman ibu hamil trimester III. Metode pengabdian masyarakat berupa edukasi atau penyuluhan dengan judul Pencegahan Stunting Melalui Edukasi Manajemen Laktasi. Kegiatan ini dilaksanakan pada bulan Desember 2024-Januari 2025 di PMB Herasdiana Palembang. Selama periode 2 bulan tersebut dilakukan beberapa tahapan persiapan dan berkoordinasi dengan pihak terkait dan melakukan edukasi kepada ibu di PMB Herasdiana Palembang.

**Kata Kunci:** edukasi, stunting, manajemen laktasi

### ABSTRACT

*Children's growth and development is something that must be considered from an early age. Failure of growth and development will have an impact on children's welfare. One of the disorders in children's growth that is currently being widely discussed is stunting. Lactation is the entire breastfeeding process, starting from the production of breast milk to the process of the baby sucking and swallowing the breast milk. Lactation management begins during pregnancy, after delivery and during the breastfeeding period. The scope of lactation management in the postnatal period includes exclusive breastfeeding, breastfeeding methods, expressing expressed breast milk, and providing expressed breast milk. If lactation management is not implemented, it will have an impact on reducing breastfeeding, which can result in an increase in the rate of malnutrition and undernutrition which has the risk of increasing infant mortality. This means that it is very important for mothers to know about lactation management properly and correctly. Education or counseling can be carried out to increase the knowledge or understanding of third trimester pregnant women. The community service method is in the form of education or counseling with the title Stunting Prevention Through Lactation Management Education. This activity will be carried out in December 2024-January 2025 at PMB Herasdiana Palembang. During this 2 month period, several stages of preparation were carried out and coordinated with related parties and provided education to mothers at PMB Herasdiana Palembang.*

**Keywords:** education, stunting, lactation management



## PENDAHULUAN

Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang memiliki permasalahan terhadap gizi, permasalahan gizi yang dimiliki oleh Indonesia berbeda dengan yang ada di negara maju, dimana Indonesia memiliki masalah gizi yang ganda, yaitu selain dari kelebihan gizi atau obesitas, ada juga yang kekurangan gizi, diantaranya adalah stunting (Wardanengsih et al., 2022).

Stunting adalah penyakit yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis pada masa awal kehidupan anak. Risiko dari masalah stunting terbilang wajib diwaspadai karena akan mempengaruhi tumbuh kembang anak secara langsung, sekarang maupun dalam jangka panjang. Anak yang tumbuh mengidap masalah stunting akan mengalami gangguan perkembangan otak (Yulaikhah et al., 2020). Pengaruhnya terlihat pada kemampuan kognitif anak, cenderung sulit mengingat, menyelesaikan masalah, dan tersendat dalam aktivitas yang melibatkan kegiatan mental atau otak. Pertumbuhan kognitif yang lambat di kemudian hari bisa menyebabkan anak mengalami penurunan fungsi intelektual, kesulitan memproses informasi, serta susah berkomunikasi. Ini tentu mempengaruhi proses belajar anak di sekolah dan di rumah, sekaligus membuat mereka kesulitan bergaul serta bermain bersama rekan sebaya. Masalah stunting adalah salah satu isu penting dalam dunia kesehatan anak-anak yang masih menjadi perhatian besar, khususnya anak-anak di negara terbelakang dan negara berkembang (Cahyati et al., 2022).

Pertumbuhan dan perkembangan anak merupakan hal yang harus diperhatikan sejak usia dini. Kegagalan pertumbuhan dan perkembangan akan berakibat terhadap kesejahteraan anak. Salah satu gangguan dalam pertumbuhan anak yang saat ini sedang marak dibicarakan adalah stunting. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 Angka kejadian stunting di Indonesia sebesar 30,8%. Hal ini masih jauh dari target WHO dimana angka stunting targetnya adalah 20%. Stunting merupakan suatu kondisi dimana panjang atau tinggi badan kurang dibandingkan umurnya, dengan kata lain anak mengalami gangguan pertumbuhan yang menyebabkan anak tidak bertambah tingginya sehingga menjadi pendek dibandingkan dengan usianya. Kondisi anak pendek merupakan tanda dari adanya masalah gizi kronis pada pertumbuhan anak (Lia, 2022).

Angka stunting pada 2023 di Sumatera Selatan (Sumsel) naik 1,7% menjadi 20,3% dari tahun sebelumnya. Itu berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI). Padahal kasus stunting sempat turun signifikan pada 2022, dari 24,8% (2021) menjadi 18,6% (2022). Pada 2021-2022, prevalensi stunting diukur berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI).



Sedangkan target nasional dan daerah 2024 sebesar 14%. Target itu cukup jauh dibandingkan capaian 2023, selisih 6,3% (20,3%-14%). Apalagi, dari data yang ada hingga Juni 2024, jumlah anak stunting di Sumsel mencapai 6.847 balita. Dari data SKI pada 2023 di Sumsel, kasus stunting paling banyak terjadi di Musi Rawas Utara (Muratara) yang mencapai 33,1% (SSGI 2022 sebesar 20,2%). Berikutnya di Empat Lawang 32,6% (18,5%), Ogan Komering Ilir (OKI) 32,5% (15,1%), Muara Enim 25,9% (22,8%) dan Pagar Alam 23,3% (11,6%). Selanjutnya OKU Selatan 23% (19,4%), Ogan Ilir 22,9% (24,9%), Musi Rawas 21,9% (25,4%) dan Banyuasin 20,4% (24,8%). Kemudian di Palembang 18,9% (14,3%), Lubuklinggau 17,5% (11,7%), Muba 16,5% (17,7%), OKU 15,7% (19,9%), PALI 15,4% (14,6%), Prabumulih 15,4% (12,3%), OKU Timur 9,3% (19,1%) dan paling rendah di Lahat 7,8% (19%) (Dinkes Sumsel, 2023).

Stunting ini merupakan masalah kesehatan yang tidak jarang kita temui dalam kehidupan sehari-hari, tidak jarang didapatkan adanya anak yang mengalami gangguan pertumbuhan. Ada berbagai penyebab terjadinya stunting ini yaitu ekonomi keluarga yang menyebabkan anak tidak mendapatkan asupan nutrisi dengan baik dari berbagai sumber makanan yang bergizi, ASI eksklusif juga dapat menjadi penyebab ketika seorang ibu tidak mementingkan ASI eksklusif untuk anaknya, serta tingkat pengetahuan pengetahuan mengenai gizi kurang sehingga asupan gizi untuk keluarga tidak begitu diperhatikan (Megawati & Wiramihardja, 2019).

Cakupan ASI eksklusif yang rendah terjadi hampir di seluruh wilayah pedesaan maupun perkotaan. Berdasarkan hasil survey yang dilakukan oleh *Nutrition & Health Surveillance System* (NSS) dengan Balitbangkes dan Helen Keller International di 4 perkotaan (Jakarta, Surabaya, Semarang, Makasar) dan 8 pedesaan (Sumbar, Lampung, Banten, Jabar, Jatim, NTB, Sulsel) menunjukkan bahwa pencapaian ASI eksklusif di pedesaan 2%-13%, sedangkan diperkotaan berkisar antara 1%-13% (Risadi et al., 2019).

Laktasi merupakan keseluruhan proses menyusui, mulai dari ASI diproduksi sampai proses bayi menghisap dan menelan ASI (Khairunnisyah et al., 2024). Manajemen laktasi dimulai pada masa kehamilan, setelah persalinan dan masa menyusui bayi. Ruang lingkup manajemen laktasi periode post natal meliputi ASI eksklusif, cara menyusui, memeras ASI peras, dan memberikan ASI peras (Afrinis et al., 2020). Bila manajemen laktasi tidak terlaksana maka akan berdampak penurunan pemberian ASI sehingga bisa berdampak pada peningkatan angka gizi buruk dan gizi kurang yang beresiko pada



peningkatan kematian bayi. Berarti, penting sekali bagi Ibu untuk mengetahui tentang manajemen laktasi dengan baik dan benar (Hien & Kam, 2008).

## MASALAH

Adanya kasus stunting yang marak terjadi menjadi perhatian pemerintah, dimana penyebab stunting itu sendiri dikarenakan kurangnya asupan sejak masih di dalam kandungan, kurangnya kesadaran untuk memeriksakan kesehatan, serta kurangnya sanitasi dan air bersih. Oleh karena itu, perlu dilakukan perbaikan pola makan, pola asuh serta sanitasi yang baik (Sarliana et al., 2023).

Beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya stunting Salah satu usaha untuk mengatasi masalah dalam pemberian ASI, dibutuhkan pengetahuan dan sikap ibu yang baik. Pemberian edukasi merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan dan sikap serta mampu mempengaruhi individu, kelompok, atau masyarakat sehingga mereka mampu melakukan apa yang diharapkan. Edukasi harus dilakukan semenarik mungkin dan perlu melibatkan indra penglihatan dan pendengaran agar menjadi lebih efektif. Dengan adanya media edukasi terbukti dapat mempermudah dalam menyampaikan materi dan mempermudah penerimaan materi . Edukasi gizi yang diberikan dapat menggunakan media edukasi seperti buku saku, booklet, ataupun video. Fungsi media dalam pendidikan kesehatan adalah sebagai alat peraga untuk menyampaikan informasi atau pesan-pesan tentang kesehatan (Utama, 2022).

Untuk mencegah terjadinya stunting diperlukan penanganan yang komprehensif terhadap semua pihak yang terkait dengan pertumbuhan anak yaitu orang tua terutama ibu, keluarga, lingkungan serta tenaga kesehatan dalam melakukan pemantauan pertumbuhan anak. Berbagai upaya yang dilakukan oleh pemerintah dalam rangka menanggulangi terjadinya stunting terdapat lima pilar penanganan stunting yaitu : komitmen dan visi pimpinan tertinggi Negara, kampanye nasional berfokus pada pemahaman, perubahan perilaku, komitmen politik dan akuntabilitas, konvergensi, koordinasi, dan konsolidasi program nasional, daerah, dan masyarakat, mendorong kebijakan “*Nutritional Food Security*”, pemantauan dan evaluasi. Kelima pilar tersebut dilakukan secara terintegrasi dan saling terkait antar komponen (Megawati & Wiramihardja, 2019).



## METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pendidikan kesehatan ini dilakukan melalui 4 tahap yaitu tahap perizinan, persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.

### a. Perizinan

Perizinan pengabdian masyarakat Pencegahan Stunting Melalui Edukasi Manajemen Laktasi dilakukan setelah menentukan tempat, sasaran penyuluhan yaitu di ibu hamil trimester III. Perizinan diajukan kepada PMB Herasdiana Palembang.

### b. Persiapan kegiatan

Persiapan pengabdian masyarakat dimulai dengan memastikan sasaran khususnya dalam hal jumlah peserta, menyiapkan absensi kehadiran peserta dan berita acara kegiatan, menyiapkan perlengkapan untuk kegiatan pengabdian masyarakat (SAP, Leaflet) berisi materi pencegahan stunting melalui edukasi manajemen laktasi di sekolah.

### c. Kegiatan Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada hari Sabtu, tanggal 04 Januari 2025. Metode pengabdian masyarakat ini dengan ceramah dan tanya jawab.

Peserta kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan ibu ibu hamil trimester III sebanyak 11 orang.

Tahap pelaksanaan kegiatan meliputi:

- a. Kegiatan diawali dengan pengenalan, kemudian pelaksanaan *pre test* secara lisan.
- b. Kemudian dilanjutkan dengan pelaksanaan pendidikan kesehatan “Pencegahan Stunting Melalui Edukasi Manajemen Laktasi” dengan membagikan leaflet dan mempresentasikan materi.
- c. Sesi selanjutnya tanya jawab dengan peserta dan ditutup dengan *post test* untuk menilai peningkatan pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Proses Kegiatan

Kegiatan Pengabdian masyarakat ini disambut baik para peserta, peserta tampak antusias dilihat dari jumlah peserta yang hadir. Semua peserta mengikuti kegiatan dari awal sampai akhir, aktif dalam kegiatan diskusi, serta mengikuti evaluasi dengan baik.

Stunting adalah penyakit yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis pada masa awal kehidupan anak. Risiko dari masalah stunting terbilang wajib diwaspadai karena akan mempengaruhi tumbuh kembang anak secara langsung, sekarang maupun dalam jangka



panjang. Anak yang tumbuh mengidap masalah stunting akan mengalami gangguan perkembangan otak (Yulaikhah et al., 2020). Pengaruhnya terlihat pada kemampuan kognitif anak, cenderung sulit mengingat, menyelesaikan masalah, dan tersendat dalam aktivitas yang melibatkan kegiatan mental atau otak. Pertumbuhan kognitif yang lambat di kemudian hari bisa menyebabkan anak mengalami penurunan fungsi intelektual, kesulitan memproses informasi, serta susah berkomunikasi. Ini tentu mempengaruhi proses belajar anak di sekolah dan di rumah, sekaligus membuat mereka kesulitan bergaul serta bermain bersama rekan sebaya. Masalah stunting adalah salah satu isu penting dalam dunia kesehatan anak-anak yang masih menjadi perhatian besar, khususnya anak-anak di negara terbelakang dan negara berkembang (Cahyati et al., 2022).

Pertumbuhan dan perkembangan anak merupakan hal yang harus diperhatikan sejak usia dini. Kegagalan pertumbuhan dan perkembangan akan berakibat terhadap kesejahteraan anak. Salah satu gangguan dalam pertumbuhan anak yang saat ini sedang marak dibicarakan adalah stunting. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 Angka kejadian stunting di Indonesia sebesar 30,8%. Hal ini masih jauh dari target WHO dimana angka stunting targetnya adalah 20%. Stunting merupakan suatu kondisi dimana panjang atau tinggi badan kurang dibandingkan umurnya, dengan kata lain anak mengalami gangguan pertumbuhan yang menyebabkan anak tidak bertambah tingginya sehingga menjadi pendek dibandingkan dengan usianya. Kondisi anak pendek merupakan tanda dari adanya masalah gizi kronis pada pertumbuhan anak (Lia, 2022).

Stunting ini merupakan masalah kesehatan yang tidak jarang kita temui dalam kehidupan sehari-hari, tidak jarang didapatkan adanya anak yang mengalami gangguan pertumbuhan. Ada berbagai penyebab terjadinya stunting ini yaitu ekonomi keluarga yang menyebabkan anak tidak mendapatkan asupan nutrisi dengan baik dari berbagai sumber makanan yang bergizi, ASI eksklusif juga dapat menjadi penyebab ketika seorang ibu tidak mementingkan ASI eksklusif untuk anaknya, serta tingkat pengetahuan pengetahuan mengenai gizi kurang sehingga asupan gizi untuk keluarga tidak begitu diperhatikan (Megawati & Wiramihardja, 2019).

Cakupan ASI eksklusif yang rendah terjadi hampir di seluruh wilayah pedesaan maupun perkotaan. Berdasarkan hasil survey yang dilakukan oleh *Nutrition & Health Surveillance System* (NSS) dengan Balitbangkes dan Helen Keller International di 4 perkotaan (Jakarta, Surabaya, Semarang, Makasar) dan 8 pedesaan (Sumbar, Lampung,



Banten, Jabar, Jatim, NTB, Sulsel) menunjukkan bahwa pencapaian ASI eksklusif di pedesaan 2%-13%, sedangkan diperkotaan berkisar antara 1%-13% (Risadi et al., 2019).

Laktasi merupakan keseluruhan proses menyusui, mulai dari ASI diproduksi sampai proses bayi menghisap dan menelan ASI (Khairunnisyah et al., 2024). Manajemen laktasi dimulai pada masa kehamilan, setelah persalinan dan masa menyusui bayi. Ruang lingkup manajemen laktasi periode post natal meliputi ASI eksklusif, cara menyusui, memeras ASI peras, dan memberikan ASI peras (Afrinis et al., 2020). Bila manajemen laktasi tidak terlaksana maka akan berdampak penurunan pemberian ASI sehingga bisa berdampak pada peningkatan angka gizi buruk dan gizi kurang yang beresiko pada peningkatan kematian bayi. Berarti, penting sekali bagi Ibu untuk mengetahui tentang manajemen laktasi dengan baik dan benar (Hien & Kam, 2008).

Untuk mencegah terjadinya stunting diperlukan penanganan yang komprehensif terhadap semua pihak yang terkait dengan pertumbuhan anak yaitu orang tua terutama ibu, keluarga, lingkungan serta tenaga kesehatan dalam melakukan pemantauan pertumbuhan anak. Berbagai upaya yang dilakukan oleh pemerintah dalam rangka menanggulangi terjadinya stunting terdapat lima pilar penanganan stunting yaitu : komitmen dan visi pimpinan tertinggi Negara, kampanye nasional berfokus pada pemahaman, perubahan perilaku, komitmen politik dan akuntabilitas, konvergensi, koordinasi, dan konsolidasi program nasional, daerah, dan masyarakat, mendorong kebijakan “*Nutritional Food Security*”, pemantauan dan evaluasi. Kelima pilar tersebut dilakukan secara terintegrasi dan saling terkait antar komponen (Megawati & Wiramihardja, 2019).

## **KESIMPULAN**

Bila manajemen laktasi tidak terlaksana maka akan berdampak penurunan pemberian ASI sehingga bisa berdampak pada peningkatan angka gizi buruk dan gizi kurang yang beresiko pada peningkatan kematian bayi. Berarti, penting sekali bagi Ibu untuk mengetahui tentang manajemen laktasi dengan baik dan benar. Upaya pencegahan terjadinya stunting diperlukan penanganan yang komprehensif terhadap semua pihak yang terkait dengan pertumbuhan anak yaitu orang tua terutama ibu, keluarga, lingkungan serta tenaga kesehatan dalam melakukan pemantauan pertumbuhan anak.



## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada Rektor Universitas Muhammadiyah Ahmad Dahlan Palembang beserta jajarannya, LP2MI Universitas Muhammadiyah Ahmad Dahlan Palembang, masyarakat dan PMB Herasdiana Palembang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afrinis, N., Indrawati, I., & Haspriyanti, N. (2020). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Manajemen Laktasi Dan Dukungan Keluarga Dengan Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi Usia 0-6 Bulan. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(2), 157–168. <https://doi.org/10.31004/prepotif.v4i2.973>
- ANANDA MUHAMAD TRI UTAMA. (2022). *Hubungan Pengetahuan Ibu dengan Praktik IMD, ASI Eksklusif, dan MP-ASI pada Anak Stunting di Puskesmas Marusu, Maros*. 9(1), 356–363.
- Cahyati, P., Hartono, D., Kartilah, T., & Februanti, S. (2022). *Abdimas Galuh DALAM PENCEGAHAN STUNTING DI KOTA TASIKMALAYA DEVELOPMENT OF ACTIVITY GROUPS ( POKTAN ) IN PREVENTING STUNTING IN THE CITY OF TASIKMALAYA*. 4(September), 1034–1040.
- Ery Wardanengsih, Yanuar Azis, A., Ikdafile, Yammar, Nirmawati Darwis, Fatmawati, Ruslang, Rizky Rahayu Amas, Hermawin, & Siti Hardianti. (2022). Deteksi Dini Stunting pada Anak Usia Sekolah di TK Baharuddin Kelurahan Tempe Kabupaten Wajo. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JurDikMas) Sosiosaintifik*, 4(1), 25–30. <https://doi.org/10.54339/jurdikmas.v4i1.410>
- Hien, N. N., & Kam, S. (2008). Nutritional status and the characteristics related to malnutrition in children under five years of age in Nghean, Vietnam. *Journal of Preventive Medicine and Public Health*, 41(4), 232–240. <https://doi.org/10.3961/jpmph.2008.41.4.232>
- Khairunnisyah, R., Nur, N. C., & Helmizar. (2024). Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Mengenai Manajemen Laktasi untuk Pencegahan Stunting Menggunakan Buku Saku. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 7(2), 414–421. <https://doi.org/10.56338/mppki.v7i2.4623>
- Lia, S. (2022). Deteksi Dini tentang Ciri-Ciri Stunting pada Balita di Huta Holbung Kec.Angkola Muaratais Kab.Tapanuli Selatan. 4, 7777(8.5.2017), 2005–2003. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/autism-spectrum-disorders>
- Megawati, G., & Wiramihardja, S. (2019). Peningkatan Kapasitas Kader Posyandu Dalam Mendeteksi Dan Mencegah Stunting. *Dharmakarya*, 8(3), 154. <https://doi.org/10.24198/dharmakarya.v8i3.20726>
- Risadi, C. A., Mashabi, N. A., & Nugraheni, P. L. (2019). Pengaruh Pengetahuan Ibu Tentang Manajemen Laktasi Terhadap Perilaku Pemberian Asi Eksklusif. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 6(01), 25–32. <https://doi.org/10.21009/jkkp.061.04>



- Sarliana, S., Tondong, H. I., Kaparang, M. J., & Usman, H. (2023). The Giving of Stunting Pocketbooks as a Health Education Tool for Women of Childbearing Age in an Effort to Prevent Stunting. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(1), 119–124. <https://doi.org/10.30604/jika.v8i1.1532>
- Yulaikhah, L., Kumorojati, R., Puspitasari, D., & Eniyati. (2020). Upaya Pencegahan Stunting Melalui Deteksi Dini Dan Edukasi Orangtua Dan Kader Posyandu Di Dukuh Gupak Warak Desa Sendangsari Pajangan Bantul Yogyakarta. *Journal of Innovation in Community Empowerment*, 2(2), 71–78. <https://doi.org/10.30989/jice.v2i2.520>