



Pelatihan *Maternal Feeding* untuk Mencegah Terjadinya *Stunting*

Suryanto, Andini Damayanti ✉, Endang Retno Surjaningrum, Afif Kurniawan, Hana Izdihar, Carrisa Yumna Nabila Bakti, Nabila Fadha Ulhaq

Universitas Airlangga

Jl. Airlangga No.4 - 6, Airlangga, Kec. Gubeng, Surabaya, Jawa Timur 60115, Indonesia

| andini.damayanti@psikologi.unair.ac.id ✉ | DOI: <https://doi.org/10.37729/abdimas.v9i1.5724> |

Abstrak

Stunting menjadi salah satu isu yang relevan di Indonesia, dimana angka *stunting* masih cukup tinggi dan belum memenuhi rekomendasi WHO. Selain nutrisi dan kesehatan ibu-anak, salah satu faktor yang mempengaruhi *stunting* adalah cara pemberian makan, terutama oleh ibu (*maternal feeding practices*). Cara pemberian makan yang tepat diharapkan dapat meningkatkan penilaian yang positif terhadap aktivitas makan, sehingga anak lebih disiplin dan bersemangat saat makan. Masyarakat di kecamatan Talango, Sumenep masih mengadakan gawai dan mengancam anak agar mau makan. Fenomena ini ditunjang dengan minimnya tenaga kesehatan dan banyaknya warga yang menitipkan anak ke kakek-nenek karena merantau ke luar Madura. Tujuan dari kegiatan ini adalah memberikan edukasi mengenai cara memberi makan yang tepat sehingga menumbuhkan nafsu makan anak, disiplin positif sekaligus ikatan emosional antara ibu dan anak. Pelatihan diberikan dalam bentuk diskusi interaktif mengenai *stunting*, pola asuh positif, dan cara pemberian makan yang tepat. Hasil evaluasi dengan *pre-test* dan *post-test* menunjukkan bahwa ada peningkatan pengetahuan mengenai *maternal feeding* yang ditunjukkan dengan Terdapat peningkatan signifikan pada hasil *post-test* dibandingkan *pre-test* ($M = -0,529$, $SD = 0,943$, $t(16) = -2,314$, $p = 0,034$).

Kata Kunci: *Feeding*, Pola asuh, *Stunting*, Nutrisi



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

1. Pendahuluan

Pada tahun 2030 mendatang, Indonesia diprediksi akan mengalami bonus demografi. Oleh karenanya, pemerintah mulai mencanangkan Generasi Emas 2045 untuk mewujudkan Indonesia sebagai jajaran empat besar ekonomi dunia (Finaka, 2021). Terdapat beberapa permasalahan di masyarakat yang harus segera diatasi dari sekarang untuk membantu tercapainya visi tersebut. Salah satu permasalahan yang saat ini menjadi fokus pemerintah adalah *stunting*. Menurut WHO, *stunting* adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badannya berada di bawah standar. Dampak jangka pendek yang dialami anak antara lain adalah munculnya penyakit dan menurunnya ketahanan terhadap penyakit hingga kematian anak (Beal *et al.*, 2018). Sementara itu, dampak jangka pendek ini dapat menyebabkan hambatan pertumbuhan maupun perkembangan psikososial dan kognitif hingga dewasa yang berdampak pada kesempatan untuk bekerja maupun melanjutkan pendidikan juga semakin berkurang.

Hal tersebut dapat pula menyebabkan berkurangnya kemampuan untuk hidup produktif dan mandiri secara finansial (Beal *et al.*, 2018). Menurut Asian Development Bank, pada tahun 2022 prevalensi stunting di Indonesia mencapai 31,8%. Persentase tersebut merupakan persentase tertinggi kedua di Asia Tenggara setelah Timor Leste (Nareswari, 2023). Menurut Kementerian Kesehatan, persentase stunting di Indonesia menurun menjadi 21,6% pada tahun 2022 namun persentase tersebut masih berada di atas ambang minimal WHO, yaitu sebesar 20% (Nareswari, 2023).

Stunting sendiri disebabkan oleh berbagai faktor, baik dari faktor praktik pengasuhan maupun konteks ekonomi dan sosial-budaya (Beal *et al.*, 2018). Kerangka kerja WHO merumuskan faktor-faktor secara langsung (*proximate causes*) yang dapat mempengaruhi *stunting*, diantaranya adalah situasi rumah tangga dan keluarga, praktik makan yang inadeguat, praktik menyusui dan penyakit atau infeksi. Faktor ekonomi dan situasi sosial juga berpengaruh sebagai *contextual factors*, misalnya harga dan produksi makanan, akses terhadap pelayanan kesehatan dan pendidikan, keyakinan dan norma masyarakat serta akses terhadap air bersih (Beal *et al.*, 2018). Sehingga dapat disimpulkan bahwa *stunting* adalah fenomena multifaktor yang tidak hanya disebabkan oleh gizi buruk ataupun kemiskinan.

Salah satu faktor yang berperan penting terhadap *stunting* adalah cara atau praktik pemberian makan. *Parental feeding* adalah strategi pemberian makan yang dimulai dari tahap perencanaan, persiapan dan dampak terhadap perilaku makan anak (Birch & Fisher, 2000). Prevalensi perilaku makan bermasalah, seperti lama menelan, tidak mau makan, dan lain sebagainya pada anak masih cukup tinggi, yaitu 20-40% di Indonesia (Rifani *et al.*, 2019). Hal ini disebabkan oleh strategi dari orang tua yang yang membiarkan anak makan sambil menonton video atau bermain game. *Responsive feeding* seperti memberikan makan dengan perlahan yang menyebabkan adanya interaksi antara ibu- anak selama makan berkorelasi negatif dengan *stunting* (Mugode *et al.*, 2018). Studi lain juga menunjukkan bahwa anak dari *caregiver* yang responsif selama makan akan mengembangkan selera makan yang baik (Winahyu *et al.*, 2023). Selain itu, *caregiver* yang tidak memaksa anak untuk makan dan menggunakan afirmasi positif selama makan membuat penerimaan anak terhadap makanan meningkat (Nuhan & Yulianti, 2024).

Beberapa program intervensi yang terpublikasi masih berfokus pada perbaikan gizi. Program mengatasi *stunting* dapat dibagi dalam dua kategori, yaitu *specific nutrition intervention* dan *sensitive nutrition intervention*. *Specific nutrition intervention* yang berkaitan dengan perbaikan gizi dan nutrisi, perbaikan kesehatan ibu- anak dan penyuluhan mengenai menyusui merupakan intervensi yang paling banyak diberikan kepada masyarakat (Zaleha & Idris, 2022). Namun, *sensitive nutrition intervention* yang berkaitan dengan perbaikan akses pendidikan dan kesehatan serta pemberian edukasi mengenai perilaku sehat dan perilaku makan yang baik belum banyak terpublikasi (Zaleha & Idris, 2022).

Kabupaten Sumenep merupakan kabupaten dengan penduduk terbanyak di pulau Madura berkisar 1,13 juta orang. Kabupaten Sumenep memiliki tantangan untuk mencapai kesejahteraan masyarakat relatif lebih sulit dibandingkan dengan kabupaten lain di Madura (Abdullah, 2023). Berdasarkan data dari BPS Sumenep, kecamatan Talango memiliki jumlah tenaga kesehatan yang paling sedikit dibandingkan dengan semua kecamatan di Sumenep (BPS Kabupaten Sumenep, 2023). Minimnya jumlah tenaga kesehatan di Talango membuat kecamatan Talango menjadi target untuk pemberian edukasi mengenai perilaku makan yang adekuat. Tidak hanya itu, masyarakat Madura banyak yang bekerja sebagai buruh migran (Listiana, 2020).

Anak-anak dominan diasuh oleh anggota keluarga yang lain seperti kakek-nenek, sehingga melewati masa keemasan pertumbuhan tanpa pendampingan dari ibu sebagai figur utama. Padahal ibu adalah sosok yang berperan penting dalam perkembangan dan pertumbuhan anak, juga dalam proses pemberian makan yang berperan untuk membangun ikatan emosional antara ibu dan anak (Listiana, 2020).

Berdasarkan wawancara dengan camat Talango, Yudi Nursukmadyanto diperoleh informasi bahwa masyarakat kecamatan Talango masih menggunakan praktik yang inadekuat dalam memberikan makanan kepada anak. Pengetahuan mengenai nutrisi, gizi buruk dan *stunting* sudah mulai diberikan secara rutin kepada masyarakat melalui berbagai kegiatan di puskesmas dan posyandu; namun masyarakat belum memahami praktik pemberian makanan yang adekuat. Sebagai contoh yaitu memberikan makan kepada anak sembari melihat tayangan di handphone, sehingga menyebabkan anak makan dengan terburu-buru atau masih dijumpai orang tua yang mengancam tidak akan memberi makan jika anak tidak menghabiskan makanannya. Hal ini membuat praktik makan menjadi pengalaman yang tidak menyenangkan bagi anak dan justru dikhawatirkan akan mengganggu proses masuknya gizi yang sebenarnya sudah optimal.

2. Metode

Kegiatan pelatihan dilaksanakan pada Oktober 2024 di balai desa Gapurana, kecamatan Talango, kabupaten Sumenep, sebagai bagian dari program Posyandu Anak dan Sekolah Orang Tua Hebat. Pelatihan ini diikuti oleh para ibu dengan anak berusia 0-3 tahun dan dimulai dengan pemberian *pre-test* untuk mengukur pengetahuan awal peserta terkait *stunting* dan pengasuhan. Selanjutnya, materi disampaikan secara interaktif menggunakan media visual dan diskusi kelompok mengenai *stunting*, kebutuhan nutrisi, pola asuh, disiplin positif, serta cara pemberian makan yang baik. Sesi diskusi dan sharing difasilitasi dengan panduan studi kasus untuk mengeksplorasi praktik pengasuhan yang telah diterapkan peserta. Peserta diminta untuk membuat rancangan strategi makan dan pengasuhan yang bisa diterapkan dan saling berdiskusi dalam kelompok. Pelatihan diakhiri dengan pemberian *post-test* untuk mengevaluasi perubahan pengetahuan peserta. Data *pre-test* dan *post-test* akan dianalisis untuk mengetahui efektivitas kegiatan ini.

3. Hasil dan Pembahasan

Stunting merupakan cerminan dari pertumbuhan dan perkembangan anak yang terhambat akibat dari berbagai faktor, tak terkecuali minimnya tenaga kesehatan di suatu wilayah. Kendala tersebut didukung dengan kondisi mayoritas masyarakat kecamatan Talango, yang bekerja sebagai buruh migran, praktik pengasuhan utama anak akhirnya jatuh kepada anggota keluarga lain, seperti kakek atau neneknya. Hal tersebut tentu saja menjadi sebuah masalah karena figur utama ibu dan ayah tidak hadir secara langsung dalam 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) sang anak. Ikatan emosional antara anak dengan orang tua tidak terbentuk karena kurangnya keterlibatan orang tua dalam prosesnya, termasuk proses pemberian makanan yang adekuat.

Edukasi yang disampaikan kepada masyarakat Talango tentang *stunting* pernah dilakukan, namun terbatas pada gizi buruk, nutrisi yang dibutuhkan anak, dan *stunting*. Melalui Posyandu dan Sekolah Orang Tua Hebat, masyarakat diberikan pemahaman terkait tugas-tugas perkembangan anak dan cara mendeteksi penyimpangan pertumbuhan. Namun demikian, pemberian makanan yang bersifat adekuat kepada anak tidak tercakup di dalamnya. Kegiatan pelatihan yang dilaksanakan pada Oktober 2024 ini diadakan dalam 3 sesi materi dan 1 sesi tanya jawab. Pelatihan dihadiri oleh 32 peserta. Pelatihan dimulai dengan materi tentang *Stunting* dan Kebutuhan Nutrisi, yang tertera di **Gambar 1**. Pada sesi ini, pemateri menekankan kepada masyarakat bahwa *stunting* memiliki pengaruh yang sangat besar dalam perkembangan anak. Masyarakat diberikan pemahaman terkait ciri-ciri, penyebab, hingga cara mencegah *stunting*, serta nutrisi apa saja yang diperlukan oleh anak dalam masa pertumbuhannya. Lebih lanjut, ibu yang berhasil menerapkan pola asuh positif mampu memberikan nutrisi yang baik bagi anaknya. Pola asuh positif yang diaplikasikan melalui komunikasi dan disiplin positif tentu saja akan membuat anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal. Dengan demikian, urgensi kehadiran dan keterlibatan orang tua dalam mencegah *stunting* juga menjadi concern pemateri dalam pelatihan ini.

Pelatihan ini dilanjutkan dengan pemberian materi terkait *Maternal Feeding* yang dapat dilihat pada **Gambar 1**. Pola asuh positif dapat ditunjukkan melalui bagaimana cara orang tua dalam memberikan makanan kepada anak. Metode pemberian makanan sambil diselingi bermain handphone, tidak adanya jadwal makan yang teratur, hingga memberikan ancaman ketika proses makan berlangsung merupakan metode pemberian makan inadecuak. Pemberian makan yang positif berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Anak yang merasa bahagia dan tidak terpaksa saat makan tentunya akan memiliki nafsu makan yang baik sehingga membuat gizi yang dibutuhkan bisa masuk dengan optimal.



Gambar 1. Pemameran Materi Tentang Stunting dan Gizi

Sesi diskusi antara pemateri dan peserta dilaksanakan sebagai bentuk respon dan partisipasi dari peserta dengan memberikan beberapa pertanyaan terkait materi yang telah diberikan sebelumnya, salah satunya adalah tentang pemberian makanan terhadap anak (Gambar 2). Peserta pelatihan mengakui bahwa sering kali bersikap keras jika sang anak menolak untuk makan. Menanggapi pertanyaan tersebut, pemateri menyampaikan bahwa penting untuk memberikan rasa nyaman pada anak ketika makan sehingga dapat makan dengan baik dan orang tua tidak kesulitan dalam melakukannya. Pemateri juga menekankan kembali mengenai pentingnya membuat suasana makan yang menyenangkan, misalnya dengan membebaskan anak untuk memilih alat makan sendiri atau makan ditemani dengan mainan kesayangan. Peserta kemudian diminta untuk berkelompok dan sharing mengenai strategi pengasuhan dan cara makan untuk menunjang kedisiplinan dan semangat anak saat makan.

Pelatihan ini ditutup dengan pemberian *post-test* sehingga terlihat bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dari para orang tua peserta pelatihan. Peserta pelatihan menjadi lebih memahami tentang *stunting* dan faktor-faktor yang tanpa disadari memiliki andil yang cukup besar dalam proses mencegahnya, termasuk pola pemberian makanan. Lebih lanjut, wawasan peserta juga meluas tentang perkembangan anak, termasuk bagaimana pola asuh dapat mempengaruhi perkembangan anak.



Gambar 2. Sesi Tanya Jawab

Berdasarkan hasil analisis *pre-test* dan *post-test*, diketahui bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada pengetahuan peserta mengenai maternal feeding, pola asuh positif dan *stunting*. Terdapat 17 peserta yang menyelesaikan kedua tes yang disajikan pada Tabel 1; sedangkan hasil uji beda antara *pre-test* dan *post-test* dapat disajikan pada Tabel 2.

Tabel 1. Perbedaan Rata-rata *Pre-Test* dan *Post-Test* (N=17)

	Mean	Standar Deviasi	Standar Error Mean
<i>Pre-Test</i>	7.71	1.490	0.361
<i>Post-Test</i>	8.24	1.384	0.327

Tabel 2. Hasil Uji Beda *Pre-Test* dan *Post-Test*

	Mea n	Standar Deviasi	t	d f	Sig.
<i>Pre-Post</i>	-0.529	0.943	-2.314	16	0.034

Hasil analisis *paired samples test* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test*) dengan nilai mean perbedaan sebesar -0,529, yang menunjukkan bahwa skor *post-test* lebih tinggi. Standar deviasi perbedaan adalah 0,943, menunjukkan variasi yang rendah di antara partisipan. Nilai *t* yang diperoleh adalah -2,314 dengan derajat kebebasan 16, dan nilai *p* sebesar 0,034, yang menunjukkan bahwa perbedaan antara hasil *pre-test* dan *post-test* adalah signifikan secara statistik, sehingga dapat disimpulkan bahwa psikoedukasi yang diterapkan efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat.

4. Kesimpulan

Pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan tujuan memberikan edukasi terkait *stunting* dan kebutuhan nutrisi, pola asuh dan disiplin positif, serta cara pemberian makan yang baik. Pada mulanya, masyarakat masih menerapkan cara memberikan makanan yang sifatnya inadeguat. Melalui diskusi bersama para pemateri, peserta pelatihan mampu memahami bagaimana metode memberikan makan yang baik. Didukung dengan hasil dari *pre-test* dan *post-test*, terlihat bahwa terdapat peningkatan pengetahuan peserta pelatihan terkait materi yang telah diberikan. Dengan demikian, masyarakat diharapkan mampu untuk menerapkan metode *feeding* yang adekuat sehingga ikatan emosional antara anak dengan orang tua semakin kuat dan nafsu makan anak meningkat.

Acknowledgement

Ucapan terima kasih ditujukan kepada Universitas Airlangga dan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga atas bantuan pendanaan.

Daftar Pustaka

- Abdullah, M. H. (2023, December 10). Strategi Sumenep turunkan kemiskinan. DPD PDI Perjuangan Jawa Timur. <https://pdiperjuangan-jatim.com/strategi-sumenep-turunkan-kemiskinan/>
- Beal, T., Tumilowicz, A., Sutrisna, A., Izwardy, D., & Neufeld, L. M. (2018). A review of child *stunting* determinants in Indonesia. *Maternal & Child Nutrition*, 14(4), e12617. <https://doi.org/10.1111/mcn.12617>
- Birch, L. L., & Fisher, J. O. (2000). Mothers' child-feeding practices influence daughters' eating and weight. *The American journal of clinical nutrition*, 71(5), 1054-1061.
- BPS Kabupaten Sumenep. (2023). Kabupaten Sumenep dalam Angka. *BPS Kabupaten Sumenep*.
- Finaka, A. W. (2021). Siapkah kamu jadi generasi emas 2045? Indonesiabaik. <https://indonesiabaik.id/infografis/siapkah-kamu-jadi-generasi-emas-2045>
- Listiana, H. (2020). Struktur pola asuh anak tenaga kerja wanita di Madura. *An-Nisa Journal of Gender Studies*, 13(1), 40-68.

- Mugode, R. H., Puoane, T., Michelo, C., & Steyn, N. P. (2018). "Feeding a child slowly:" a responsive feeding behavior component likely to reduce stunting: Population-based observations from rural Zambia. *Journal of Hunger & Environmental Nutrition*, 13(4), 455–469. <https://doi.org/10.1080/19320248.2017.1403409>
- Nareswari, T. L. (2023, September 14). Ekonomi Indonesia terbesar di ASEAN, tapi 1 dari 5 anak mengalami 'stunting', mengapa? The Conversation. <http://theconversation.com/ekonomi-indonesia-terbesar-di-asean-tapi-1-dari-5-anak-mengalami-stunting-mengapa-206950>
- Nuhan, H. G., & Yulianti, E. (2024). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku sulit makan pada balita di RW 001 Kelurahan Jatinegara Jakarta Timur. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*.
- Rifani, R., Suryanto, P., & Suminar, D. R. (2019). Maternal feeding strategy used by working mothers of children 4-6 years old. In *1st International Conference on Advanced Multidisciplinary Research (ICAMR 2018)* (pp. 564-567). Atlantis Press. <https://doi.org/10.2991/icamr-18.2019.134>
- Winahyu, K. M., Perdani, Z. P., Kartini, K., & Astuti, A. (2023). From picky eaters to nourished explorers: Unveiling the power of responsive feeding in enhancing young children's nutrition. *Faletehan Health Journal*, 10(03). <https://doi.org/10.33746/fhj.v10i03.588>
- Zaleha, S., & Idris, H. (2022). Implementation of stunting program in Indonesia: A narrative review. *Indonesian Journal of Health Administration*, 10(1), 143–151. <https://doi.org/10.20473/jaki.v10i1.2022.143-151>