



PEMBERIAN STANDAR EMAS MAKANAN BAYI SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING

Yuni Puji Widiastuti¹, Cahyo Suraji², Julia Rackmawati², Muhammad Khabib Burhanudin Iqomh¹

¹Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kendal, Jln Laut 31 Kendal, Jawa Tengah 51311, Indonesia

²Program Studi Kesehatan Masyarakat, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kendal, Jln Laut 31 Kendal, Jawa Tengah 51311, Indonesia

*widi_ardana@yahoo.com

ABSTRAK

Saat ini stunting masih menjadi masalah tantangan secara global, terutama bagi negara miskin dan berkembang. Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024 melaporkan prevalensi stunting nasional turun menjadi 19,8%, namun angka tersebut masih di atas target jangka menengah dan menunjukkan adanya kesenjangan antarwilayah. Capaian penurunan stunting Indonesia 2013–2024 menunjukkan kemajuan, namun ketimpangan kualitas praktik PMBA dengan standar emas masih terjadi. Hal ini terlihat dari rendahnya cakupan ASI eksklusif pada sebagian wilayah, keterbatasan akses pangan hewani/pangan berfortifikasi, dan tantangan ekonomi rumah tangga. Penurunan yang sudah terjadi perlu dikonsolidasikan dengan intervensi berbasis bukti yang menargetkan periode 1.000 HPK, khususnya praktik pemberian makan bayi dan anak (PMBA) sesuai rekomendasi WHO dan Unicef. Pemberian standar emas makanan bayi berpengaruh terhadap pertumbuhan linear melalui beberapa mekanisme. Hasil penelitian memperlihatkan hubungan kuat antara kualitas pemberian IMD, ASI eksklusif, MP-ASI dengan status gizi. Data kebijakan dan analisis SSGI 2024 menekankan perlunya penguatan layanan konseling gizi, dukungan menyusui sejak perinatal, jaminan akses MP-ASI padat gizi yang terjangkau, serta edukasi praktik pemberian makan responsif dan higienis. Metode Pengabdian kepada Masyarakat melalui pendidikan kesehatan tentang Pemberian Standar Emas Makanan Bayi dengan harapan mampu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman serta ketrampilan ibu dan keluarga tentang praktik pemberian standar emas makanan bayi (IMD, ASI eksklusif, MP-ASI tepat, menyusui berlanjut minimal sampai dengan 24 bulan, dan pemberian makan responsif. Sasaran PKM adalah kader kesehatan desa Merbuh Singorojo Kendal sebanyak 42 orang. Tempat pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat berjarak kira-kira 35 KM dari Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kendal. Hasil dari pengabdian masyarakat ini adalah pengetahuan dan ketrampilan kader meningkat tentang pemberian standar emas makanan bayi sebagai upaya untuk pencegahan stunting. Luaran dari pengabdian masyarakat ini adalah leaflet dan poster yang digunakan untuk memberikan informasi seputar pemberian standar emas makanan bayi serta artikel dalam jurnal PKM.

Kata kunci: bayi; pemberian standar emas makanan bayi; stunting

PROVIDING THE GOLD STANDARD OF BABY FOOD AS AN EFFORTS TO PREVENT STUNTING

ABSTRACT

Stunting remains a global challenge, particularly for poor and developing countries. The 2024 Indonesian Nutritional Status Survey (SSGI) reported a decline in national stunting prevalence to 19.8%, but this figure remains above the medium-term target and indicates regional disparities. Indonesia's stunting reduction achievements from 2013 to 2024 demonstrate progress, but disparities in the quality of PMBA practices compared to the gold standard persist. This is evident in the low coverage of exclusive breastfeeding in some regions, limited access to animal-based foods/fortified foods, and household economic challenges. The decline

that has occurred needs to be consolidated with evidence-based interventions targeting the first 1,000 days of life, specifically infant and young child feeding (IYCF) practices, as recommended by WHO and UNICEF. Providing gold-standard infant food influences linear growth through several mechanisms. Research shows a strong relationship between the quality of early initiation of breastfeeding (IMD), exclusive breastfeeding, and complementary feeding (MP-ASI) and nutritional status. The 2024 SSGI policy data and analysis emphasize the need to strengthen nutrition counseling services, support perinatal breastfeeding, ensure access to affordable, nutrient-dense complementary feeding (MP-ASI), and educate on responsive and hygienic feeding practices. Community Service Method through health education on Providing Gold Standard Baby Food with the hope of being able to increase the knowledge and understanding as well as skills of mothers and families regarding the practice of providing gold standard baby food (IMD), exclusive breastfeeding, appropriate complementary feeding, continued breastfeeding for at least 24 months, and responsive feeding. The target of PKM is the health cadres of Merbuh Singorojo Kendal village totaling 42 people. The location of the community service activity is approximately 35 KM from the Kendal Health Sciences College. The results of this community service program were improved knowledge and skills of cadres (health volunteer) regarding the provision of gold-standard baby food as an effort to prevent stunting. The outputs of this community service program included leaflets and posters used to provide information about the provision of gold-standard baby food, as well as articles in the PKM journal.

Keywords: babies; provision of gold standard baby food; stunting

PENDAHULUAN

Stunting merupakan gangguan pertumbuhan dan perkembangan akibat kekurangan gizi kronis dan/atau infeksi berulang yang sering terjadi di negara miskin dan berkembang. Hal ini masih menjadi tantangan kesehatan secara global terutama bagi masyarakat di Indonesia. Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024 melaporkan prevalensi stunting nasional turun menjadi 19,8%, melanjutkan tren penurunan dari tahun-tahun sebelumnya. Meskipun demikian, angka tersebut masih di atas target jangka menengah dan menunjukkan adanya kesenjangan antarwilayah, terutama di Indonesia bagian timur. Penurunan yang sudah terjadi perlu dikonsolidasikan dengan intervensi berbasis bukti yang menargetkan periode 1.000 HPK, khususnya praktik pemberian makan bayi dan anak (PMBA). “Standar emas makanan bayi” merupakan pemberian makan bayi dan anak di Indonesia yang sejalan dengan rekomendasi global, yang mencakup: Inisiasi Menyusu Dini (IMD) dalam 1 jam pertama kelahiran; pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan pertama; pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) yang tepat, aman, cukup energi, protein, zat gizi mikro, dan beragam mulai usia 6–23 bulan; serta melanjutkan menyusui hingga 2 tahun atau lebih, disertai pemberian makan responsif dan praktik kebersihan yang baik. Paket praktik ini didukung oleh pedoman terkini WHO tentang pemberian MP-ASI (2023) dan ringkasan rekomendasi WHO/UNICEF mengenai menyusui.

Secara biologis dan epidemiologis, standar emas makanan bayi atau yang kita kenal dengan istilah PMBA berpengaruh terhadap pertumbuhan linear melalui beberapa mekanisme. ASI eksklusif 6 bulan melindungi dari infeksi (misalnya diare dan ISPA) yang menguras status gizi, sekaligus menyediakan zat gizi dan faktor bioaktif penting bagi pertumbuhan. Setelah 6 bulan, kebutuhan energi dan mikronutrien meningkat sehingga MP-ASI yang beragam, padat gizi, aman, dan cukup frekuensi sangat krusial untuk mencegah defisit zat gizi dan menunjang pertumbuhan. WHO (2023) menekankan keberlanjutan menyusui hingga ≥ 24 bulan, pemilihan pangan hewani sebagai sumber zat gizi bioavailabilitas tinggi, fortifikasi/penambahan suplemen sesuai indikasi, serta prinsip pemberian makan responsif. Bukti terbaru memperlihatkan hubungan kuat antara kualitas MP-ASI dan status gizi. Meta-analisis menunjukkan keragaman diet yang tidak memadai meningkatkan

risiko kekurangan gizi yang berdampak terhadap gangguan pertumbuhan termasuk stunting. Sementara frekuensi makan yang rendah juga menaikkan risiko stunting. Kajian lain menegaskan bahwa indikator minimal dietary diversity (MDD) berkorelasi positif dengan capaian pertumbuhan anak. Temuan ini menegaskan bahwa intervensi yang meningkatkan keragaman dan kepadatan zat gizi MP-ASI adalah pilar penting pencegahan stunting.

Komponen menyusui dalam standar emas makanan bayi juga relevan terhadap pencegahan stunting. Rekomendasi WHO/UNICEF menganjurkan ASI eksklusif 6 bulan dan melanjutkan menyusui hingga 2 tahun atau lebih. Sejumlah studi menyiratkan bahwa inisiasi menyusui dini meningkatkan peluang keberhasilan ASI eksklusif dan berasosiasi dengan penurunan morbiditas dan mortalitas neonatal, yang secara tidak langsung mendukung pertumbuhan. Selain itu, bukti dari Indonesia menunjukkan bahwa pada rumah tangga miskin, ASI eksklusif dapat memberikan efek protektif terhadap stunting. Aspek perilaku “pemberian makan responsif” artinya merespons tanda lapar/kenyang anak, memberikan dorongan positif, dan menciptakan lingkungan makan yang suportif semakin dipandang penting. WHO (2024) merilis dokumen ringkas yang menyoroti dampak positif praktik ini terhadap perilaku makan dan perkembangan anak; literatur yang berkembang juga menunjukkan peran pemberian makan responsif dalam membentuk regulasi nafsu makan dan hasil pertumbuhan yang lebih baik. Betapa bermanfaatnya pemberian standar emas makanan bayi, namun belum semua keluarga terutama ibu mengetahui dan mempraktekkan pemberian standar emas makanan bayi. Melalui integrasi pendekatan responsif ke dalam pendidikan kesehatan, konseling laktasi dan MP-ASI diharapkan dapat meningkatkan kualitas praktik standar emas makanan bayi di tingkat rumah tangga.

Dalam konteks program, capaian penurunan stunting Indonesia 2013–2024 menunjukkan kemajuan, namun ketimpangan kualitas praktik PMBA masih terjadi. Hal ini terlihat dari rendahnya cakupan ASI eksklusif pada sebagian wilayah, keterbatasan akses pangan hewani/pangan berfortifikasi, dan tantangan ekonomi rumah tangga. Data kebijakan dan analisis SSGI 2024 menekankan perlunya penguatan layanan konseling gizi, dukungan menyusui sejak perinatal, jaminan akses MP-ASI padat gizi yang terjangkau, serta edukasi praktik pemberian makan responsif dan higienis. Berdasarkan hal-hal tersebut, pengabdian kepada masyarakat tentang pentingnya penerapan standar emas makanan bayi/anak guna mencegah stunting menjadi krusial. Dengan adanya Pengabdian Kepada Masyarakat ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman serta ketrampilan ibu dan keluarga tentang praktik pemberian standar emas makanan bayi (IMD, ASI eksklusif, MP-ASI tepat, menyusui berlanjut minimal sampai dengan 24 bulan, dan pemberian makan responsif).

METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengacu pada SPO pelaksanaan kegiatan PKM. Adapun tahapannya adalah sebagai berikut : Persiapan pengabdian, survey lokasi, penetapan lokasi, pelaksanaan kegiatan PKM. Bentuk program PKM yang telah dilaksanakan adalah pendidikan kesehatan dan demonstrasi Pemberian Standar Emas Makanan Bayi. Pemberian materi melalui ceramah, pemutaran video tutorial dan diskusi terhadap seluruh peserta serta demonstrasi Pemberian Standar Emas Makanan Bayi. Kegiatan diawali dengan Pre tes yang dilakukan sesaat sebelum pendidikan kesehatan dilakukan dan diakhiri dengan Post tes. Peserta PKM adalah kader kesehatan Desa Merbuh Kecamatan Singorojo Kabupaten Kendal sebanyak 42 orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan meliputi kegiatan penyuluhan melalui pendidikan kesehatan tentang "Pemberian Standar Emas Makanan Bayi sebagai Upaya Pencegahan Stunting" kepada kader kesehatan dan Ibu dengan anak stunting. Selain itu juga ada pemberian makanan dengan gizi seimbang dan sembako berupa telur kepada keluarga dengan anak stunting. Kegiatan tersebut dilaksanakan di Kantor Balai Desa Merbuh Kecamatan Singorojo Kabupaten Kendal yang diikuti oleh 42 kader kesehatan desa Merbuh. Kegiatan pendidikan kesehatan ini menggunakan media ppt, leaflet dan poster. Adapun materi yang disampaikan meliputi Inisiasi menyusui dini, ASI eksklusif, MP-ASI dan Urgensi tetap menyusui minimal sampai usia 24 bulan serta menu sehat keluarga cegah stunting.



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat di Balai Desa Merbuh.

Sebelum kegiatan penyuluhan peserta mengisi pre test, untuk mengetahui pemahaman awal peserta tentang Pemberian Standar Emas Makanan sebagai Upaya Pencegahan Stunting. Hasil pre test menunjukkan bahwa sebagian besar kader memiliki pengetahuan dalam kategori cukup sebanyak 31 orang (73,8%) 11 orang (26.2%) dalam kategori baik. Selama pelaksanaan kegiatan pendidikan kesehatan, peserta mengikuti serangkaian kegiatan dengan penuh antusias. Hal ini ditunjukkan dengan banyaknya pertanyaan dan keterlibatan aktif peserta selama kegiatan berlangsung. Setelah dilakukan pendidikan kesehatan dilakukan post tes, terjadi peningkatan pengetahuan secara signifikan dimana jumlah kader dengan tingkat pengetahuan dalam kategori baik meningkat menjadi 33 kader (78.57%), sedangkan dengan pengetahuan cukup sebanyak 9 kader (21.43%). Secara detail terkait tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pelaksanaan pendidikan kesehatan dapat dilihat pada table 1 berikut:

Tabel 1.

Tingkat pengetahuan Kader sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan

Kategori	Sebelum pendkes		Sesudah pendkes	
	f	%	f	%
Cukup	31	73.8	9	21.43
Baik	11	26.2	33	78.57

Adapun target dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan, pemahaman dan ketrampilan kader tentang pemberian standar emas makanan bayi sebagai upaya pencegahan stunting. Dengan harapan kader mampu untuk memberikan pendidikan kesehatan,

motivasi dan pendampingan kepada ibu dan keluarga yang memiliki bayi dan anak dibawah dua tahun sehingga mampu meningkatkan cakupan pemberian IMD dan ASI Eksklusif, pemberian MP ASI sesuai usia bayi dengan gizi seimbang, dilanjutkan dengan pemberian ASI minimal selama 2 tahun. Dengan pemberian standar emas makanan bayi maka kejadian stunting dapat dicegah, yang berdampak pada penurunan angka kejadian stunting.

Notoatmodjo (2011) menyatakan bahwa tingkat pengetahuan seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah pendidikan, pekerjaan, pengalaman, keyakinan, dan sosial budaya. Pendidikan didapatkan melalui pendidikan formal melalui jenjang pendidikan yang terstruktur, sedangkan pendidikan non formal melalui seminar, pelatihan, pendidikan dan promosi kesehatan, workshop dan lain sebagainya. Pendidikan kesehatan merupakan upaya untuk menyampaikan informasi tentang kesehatan kepada masyarakat baik individu, kelompok maupun masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, pemahaman dan mampu mengubah perilaku sasaran kearah yang lebih sehat. Aji, Nugroho dan Raharjo (2023) mendefinisikan pendidikan kesehatan sebagai gabungan antar pengalaman belajar yang dirancang untuk memengaruhi, mengaktifkan, dan memperkuat perilaku sukarela yang kondusif untuk kesehatan individu, kelompok, atau komunitas guna memfasilitasi proses yang memungkinkan individu, keluarga, dan kelompok membuat keputusan sesuai informasi yang diterima dengan baik tentang praktik kesehatan. Hasil penelitian Yanti (2021) pemberian pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan kepada peserta, berdasarkan hasil statistik menunjukkan terdapat perbedaan yang bermakna antara skor pengetahuan ibu sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan sebesar ($p = 0,042$).

Pendidikan dan promosi kesehatan tentang pemberian standar emas makanan bayi diharapkan dapat meningkatkan pemahaman, ketrampilan dan motivasi kader dalam mendampingi dan mengedukasi para ibu. Pendidikan dan promosi kesehatan tentang dapat dilakukan dengan berbagai metode dan media pendukung untuk memudahkan sasaran menerima dan memahami informasi kesehatan yang diberikan. Peran media sangat besar dalam upaya promosi kesehatan. Penggunaan media mempermudah penyampaian informasi, meningkatkan daya tarik dan pemahaman audiens, menghindari kesalahpahaman, serta menjangkau audiens lebih luas dan beragam. Selain itu media juga dapat memotivasi perilaku sehat, memusatkan perhatian dan membantu audiens mengingat pesan kesehatan dengan lebih baik sehingga membuat pendidikan kesehatan menjadi lebih efektif dan efisien. Hasil penelitian Hasyati, Idris dan Yusriani (2019) menemukan bahwa : Ada pengaruh pemberian media terhadap pengetahuan inisiasi menyusui dini. Penggunaan media pendidikan yang tepat mempermudah audien untuk menerima dan memahami isi materi yang disampaikan. Pengetahuan yang didapatkan oleh para kader kesehatan melalui pendidikan kesehatan dan penggunaan media yang variatif mampu meningkatkan pengetahuan, pemahaman dan ketrampilan mereka tentang pemberian standar emas makanan bayi. Dengan pemahaman yang baik maka kader mampu untuk menjalankan fungsi dan perannya dengan baik sebagai pendamping, motivator dan educator serta advocator bagi masyarakat terutama ibu dan keluarga. Dengan pendidikan kesehatan terbukti mampu meningkatkan pengetahuan, pemahaman dan ketrampilan kader tentang pemberian standar emas makanan bayi sebagai upaya menurunkan stunting.

SIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat melalui pendidikan kesehatan dengan tema “Pemberian Standar Emas Makanan Bayi sebagai Upaya Pencegahan Stunting” mampu meningkatkan pengetahuan, pemahaman dan ketrampilan kader kesehatan Desa Merbuh tentang pemberian

standar emas makanan bayi dan menu sehat keluarga sebagai upaya menurunkan stunting. Pendidikan kesehatan ini sangat bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan ketrampilan masyarakat. Oleh karena itu pendidikan kesehatan secara berkelanjutan penting untuk dilaksanakan. Harapannya ke depan terdapat perubahan positif pada tingkat pengetahuan, sikap dan perilaku masyarakat tentang kesehatan utamanya tentang pemberian makanan bayi dan anak dengan standar emas serta menu sehat keluarga dengan gizi seimbang sehingga mampu untuk mencegah, menangani dan menurunkan stunting di Desa Merbuh.

DAFTAR PUSTAKA

- World Health Organization. (2023). WHO Guideline for Complementary Feeding of Infants and Young Children 6–23 months of age. Geneva: WHO. World Health Organization Iris NCBI
- WHO. (n.d.). Exclusive breastfeeding for optimal growth, development and health of infants. Diakses 2025. World Health Organization
- WHO Regional Office/UNICEF. (n.d.). Exclusively breastfeed for 6 months (ringkasan rekomendasi). Diakses 2025. EMRO
- Kementerian Kesehatan RI – Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. (2025). SSGI 2024: Prevalensi Stunting Nasional Turun Menjadi 19,8%. Badan Kebijakan Kesehatan
- Kemendes RI – Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. (2025). SSGI 2024: Ungkap Tantangan dan Solusi Stunting. Badan Kebijakan Kesehatan
- UNICEF Indonesia. (2025). Nutrition Updates Vol. 6: Indonesia Nutrition Profile 2013–2024.
- Arimond, M., et al. (2023). Association of dietary diversity with undernutrition: A systematic review and meta-analysis. *Nutrients/PMC*. PMC
- Mardhika, R., dkk. (2022). Meta-Analysis the Effect of Complementary Feeding Practice on Stunting. *The Indonesian Journal of Medicine*. thejmch.com
- Smith, E. R., et al. (2022–2024). Evidence on complementary feeding & growth (ringkasan rekomendasi dalam WHO CF Guideline—bagian rekomendasi). NCBI Bookshelf. NCBI
- Biks, G. A., et al. (2025). Effectiveness of interventions on early initiation of breastfeeding: Meta-analysis. *BMC Pregnancy and Childbirth*. PMC
- World Health Organization and United Nations Children's Fund (UNICEF) . (2021). Indicators for assessing infant and young child feeding practices: Definitions and measurement methods. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/340706>
- WHO and UNICEF. (2022). Nurturing care practice guide: strengthening nurturing care through health and nutrition service. <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/365601/9789240058651-eng.pdf>
- Kurniawan, A., dkk. (2021). Exclusive Breastfeeding Protects Young Children from Stunting in a Rural Indonesian Population. *Nutrients*.
- Aji S., Nugroho F.S., Rahardjo N.B. (2023). Promosi Dan Pendidikan Kesehatan Di Masyarakat (Strategi Dan Tahapannya). Global Eksekutif Teknologi. Padang.
- Hasyati, Idris dan Yusriani. (2019). Pengaruh Penggunaan Media Terhadap Pengetahuan Ibu Dalam Pelaksanaan Inisiasi Menyusu Dini. <https://jurnal.fkmumi.ac.id/index.php/woh/article/view/586/109>
- Yanti, E. S. (2021). Peningkatan Pengetahuan Ibu Nifas tentang Manajemen ASI Perah di Kabupaten Bangka Tengah. *Amalee: Indonesian Journal of Community Research and Engagement*, 2(1), 33–42. <https://doi.org/10.37680/amalee.v2i1.583>
- Jatmika S.E.D., Maulana M., Kuntoro, Martini S. (2019). Buku Ajar Pengembangan Media Promosi Kesehatan. K-Media. Yogyakarta.