



Edukasi Stunting dan Cara Pencegahannya pada Balita di Desa Kincang Kabupaten Banjarnegara

Reni Sumanti¹, Rusfita Retna²

^{1,2}Politeknik Banjarnegara
email: renisumanti@polibara.ac.id

Artikel History:

Received: 04-04-2022 / Received in revised form: 22-04-2022/ Accepted: 27-04-2022

ABSTRACT

One in four children under five in Indonesia is stunted. This figure is still very high when compared to the threshold set by WHO, which is 20%. The bad impact of stunting that haunts old age makes it a serious threat that requires proper handling. Lack of knowledge of mothers, wrong parenting, poor sanitation and hygiene and low health services are considered as causes of stunting. Public knowledge about stunting and its prevention needs to be improved. This method of community service is carried out using an educative or participatory approach. The activity begins with conducting an introspective survey. Discussion and evaluation were carried out after the counseling. After the socialization and education was carried out a post test was carried out with the results that 90% of mothers had good knowledge about the meaning and methods of stunting prevention. The nutritional status of children under five is strongly influenced by the understanding of parents (a mother) in managing health and nutrition in their families. Therefore, education is needed in order to change behavior that can lead to improving the nutritional health of mothers and their children.

Keyword: *stuntin, toddler, education*

ABSTRAK

Satu dari empat anak balita di Indonesia mengalami stunting. Angka tersebut masih sangat tinggi jika dibandingkan dengan ambang batas yang ditetapkan WHO yaitu 20%. Dampak buruk stunting yang menghantui hingga usia tua sehingga menjadi ancaman serius yang memerlukan penanganan yang tepat. Pengetahuan ibu yang kurang, pola asuh yang salah, sanitasi dan hygiene yang buruk dan rendahnya pelayanan kesehatan dianggap sebagai penyebab stunting. Pengetahuan masyarakat tentang stunting dan pencegahannya perlu ditingkatkan. Metode pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan edukatif atau partisipatif. Kegiatan diawali dengan melakukan survey mawas diri. Diskusi dan evaluasi dilakukan setelah penyuluhan. Setelah dilakukan sosialisasi dan edukasi dilakukan post test dengan hasil 90% ibu mempunyai pengetahuan baik tentang pengertian dan cara pencegahan stunting. Status gizi balita sangat dipengaruhi oleh pemahaman orang tua (seorang ibu) dalam mengatur kesehatan dan gizi di keluarganya. Karena itu, edukasi diperlukan agar dapat mengubah perilaku yang bisa mengarahkan pada peningkatan kesehatan gizi atau ibu dan anaknya.

Kata kunci: stunting, balita, edukasi

1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi yang dihadapi di dunia. Stunting menunjukkan kekurangan gizi kronis yang terjadi selama periode paling awal pertumbuhan dan perkembangan anak dan berhubungan dengan meningkatnya risiko terjadinya kesakitan dan Kematian. Indonesia

*Corresponding author. Tel.: -
Email: renisumanti@polibara.ac.id

merupakan salah satu negara dengan angka stunting yang cukup tinggi. Berdasarkan data Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) pada tahun 2019, prevalensi stunting di Indonesia mencapai 27,7%. Artinya, sekitar satu dari empat anak balita di Indonesia mengalami stunting. Angka tersebut masih sangat tinggi jika dibandingkan dengan ambang batas yang ditetapkan WHO yaitu 20% (Candra, 2020).

Stunting yang pada masa balita dapat berlanjut dan berisiko tumbuh pendek pada usia remaja. Anak yang stunting pada usia dini (0-2 tahun) dan tetap pendek pada usia 4-6 tahun memiliki risiko 27 kali untuk tetap pendek sebelum memasuki usia pubertas; sebaliknya anak yang pertumbuhannya normal pada usia dini dapat mengalami *growth faltering* pada usia 4-6 tahun memiliki risiko 14 kali tumbuh pendek pada usia pra- pubertas. Oleh karena itu, intervensi tetap dibutuhkan bahkan setelah melewati 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) untuk mencegah pertumbuhan stunting yang makin meningkat (Indah Budiastutik & Muhammad Zen Rahfiludin, 2019).

Stunting memiliki banyak dampak buruk untuk anak. Dalam jangka pendek, stunting pada anak menyebabkan terganggunya perkembangan otak, metabolisme tubuh, dan pertumbuhan fisik. Seiring dengan bertambahnya usia anak, stunting dapat menyebabkan berbagai macam masalah di antaranya: Kecerdasan anak di bawah rata-rata, Sistem imun tubuh anak tidak baik, Anak akan lebih tinggi berisiko menderita penyakit diabetes, penyakit jantung, stroke, dan kanker. Dampak buruk stunting yang menghantui hingga usia tua sehingga menjadi ancaman serius yang memerlukan penanganan yang tepat (Rahmandiani, Astuti, Susanti, Handayani, & Didah, 2019).

Banyak faktor yang menyebabkan tingginya kejadian stunting pada balita. Pengetahuan ibu yang kurang, pola asuh yang salah, sanitasi dan hygiene yang buruk dan rendahnya pelayanan kesehatan dianggap sebagai penyebab stunting. Selain itu masyarakat belum menyadari anak pendek merupakan suatu masalah, karena anak pendek di masyarakat terlihat sebagai anak-anak dengan aktivitas yang normal (Mustika & Syamsul, 2018).

Sasaran program gizi lebih difokuskan terhadap ibu hamil sampai anak usia 2 tahun. Fokus Gerakan perbaikan gizi adalah kepada kelompok 1000 hari pertama kehidupan, pada tataran global disebut dengan *Scaling Up Nutrition (SUN)* dan di Indonesia disebut dengan Gerakan Nasional Sadar Gizi dalam Rangka Percepatan Perbaikan Gizi Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan dan disingkat Gerakan 1000 HPK). SUN movement merupakan upaya global dari berbagai negara dalam rangka memperkuat komitmen dan rencana aksi percepatan perbaikan gizi, khususnya penanganan gizi sejak 1.000 hari dari masa kehamilan hingga anak usia 2 tahun. Gerakan ini merupakan respon negara-negara di dunia terhadap kondisi status gizi di sebagian besar negara berkembang dan akibat kemajuan yang tidak merata dalam mencapai Tujuan Pembangunan Milenium/MDGs (Goal 1) (Mustika & Syamsul, 2018).

Kabupaten Banjarnegara pada tahun 2020 masuk sebagai salah satu kategori Kabupaten miskin ekstrim dengan Prevalensi Stunting di Kabupaten Banjarnegara menurut hasil pengukuran di posyandu dalam aplikasi *eppgbm* pada tahun 2019 sebesar 23,74% dan pada tahun 2020 sebesar 22,93% atau ada penurunan sebesar 0,8%. Sedangkan pada tahun 2021, angka prevalensi sebesar 23,16%, naik 0,23% (Baperlitbang, 2021).

Hasil pelaksanaan pengabdian masyarakat yang dilakukan Lestari & Hanim (2020) berupa edukasi gizi kesehatan dengan sasaran kader PKK di wilayah Kecamatan Mondokan, Sragen menunjukkan hasil yang baik. Para kader sangat antusias dalam mengikuti kegiatan tersebut. Dari 20 pertanyaan yang diberikan, para kader berhasil menjawab dengan benar sebanyak 17 pertanyaan.

Hasil pengabmas yang dilakukan oleh Laili & Andriani (2019) dengan Metode menilai pengetahuan masyarakat serta permasalahan yang dihadapi tentang pencegahan dan cara menilai/deteksi dini stunting menunjukkan hasil pre test tentang tingkat pengetahuan responden mengenai program pencegahan stunting sebesar 14 responden (40%) mengerti tentang program pencegahan

stunting sedangkan berdasarkan hasil post test terdapat 27 responden (77,1%) yang mengerti tentang program pencegahan stunting.

Hasil pengabdian masyarakat (Wardani, Pipit cahyani, & Rijanto, 2022) dengan pembentukan kelompok cegah stunting, Pemberian materi dan pendampingan dalam melakukan pengukuran TB/PB terhadap umur menunjukkan hasil Pengabdian Masyarakat telah terbentuk Kader Cegah Stunting (CENTING) sebanyak 40 orang. Ada peningkatan nilai terendah, tertinggi, dan rata-rata pengetahuan peserta pelatihan serta sebagian besar (77,5%) memiliki nilai 79-100, Nilai rata-rata keterampilan peserta dalam Pengukuran TB/PB dibanding umur untuk deteksi stunting adalah 42,5 % (Baik).

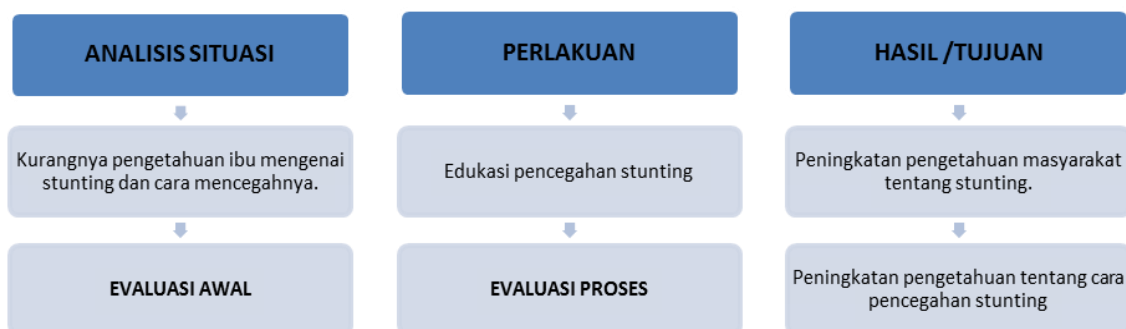
Upaya dalam pencegahan stunting adalah perubahan perilaku masyarakat melalui program promosi kesehatan dan pemberdayaan masyarakat yang semuanya berupaya untuk melakukan intervensi dalam perubahan perilaku positif terkait dengan pengetahuan ibu tentang asupan gizi selama hamil, melahirkan dan anak sebelum usia 2 tahun (Hamzah & B, 2020).

Berdasarkan analisis situasi diatas, maka dapat disimpulkan bahwa sebagian besar masyarakat masih minim pengetahuan mengenai stunting dan perlu peningkatan pengetahuan melalui pemberian informasi tentang pencegahan Stunting pada balita.

2. METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan edukatif atau partisipatif. Pendekatan tersebut mengutamakan kegiatan yang dilaksanakan secara sistematis, terencana dan terarah dengan partisipasi individu, kelompok-kelompok masyarakat secara keseluruhan untuk memecahkan masalah yang dirasakan oleh masyarakat dengan mempertimbangkan faktor-faktor sosial ekonomi dan budaya setempat.

Tahap pelaksanaan kegiatan pendampingan pada ibu di bagi menjadi 3. Kegiatan diawali dengan melakukan survey mawas diri (SMD) melalui wawancara mengenai stunting. dalam SMD ini juga dilakukan pengukuran antropometri untuk mengetahui data berat badan dan tinggi badan serta usia balita. Berdasarkan hasil SMD menunjukkan masih rendahnya pengetahuan tentang stunting, kemudian dilanjutkan dengan penyuluhan dan diskusi tentang stunting, cara pencegahan serta penanganan stunting. Metode selanjutnya yang digunakan setelah penyuluhan adalah Evaluasi dengan game dan quiz sebagai post test.



Gambar 1. Bagan Kerangka Pemecahan Masalah

3. HASIL KEGIATAN DAN PEMBAHASAN

3.1. Hasil

Kegiatan dilakukan dalam tiga tahap yang berlangsung dalam sepuluh hari yang diawali dengan melakukan survey mawas diri (SMD) melalui wawancara, selanjutnya dilakukan edukasi dengan penyuluhan dan evaluasi dengan game dan quiz. Adapun jadwal kegiatan adalah sebagai berikut:

Tabel 1 Jadwal Kegiatan

Kegiatan	Waktu pelaksanaan	Pelaksana
Survey Mawas Diri (SMD)	22-25 November 2021	Rusfita Retna Reni Sumanti Laila Indah
Edukasi	1 Desember 2021	Rusfita Retna Reni Sumanti
Evaluasi	1 Desember 2021	Rusfita Retna Reni Sumanti

Kegiatan berjalan lancar dan peserta dapat mengikuti dengan baik dari awal sampai dengan akhir. Hasil survey mawas diri (analisis situasi) menunjukkan bahwa sebagian besar ibu tidak mengetahui apakah itu stunting dan sebagian besar ibu yang mempunyai balita stunting tidak mengetahui bahwa anaknya mengalami stunting. Ibu menganggap anaknya baik-baik saja, anak aktif beraktivitas seperti anak-anak lainnya. Dalam pola pemberian makanan sebagian besar ibu mengatakan bahwa mereka memberikan makanan sesuai dengan kemauan anak, namun tidak mempertimbangkan kandungan gizi makanan yang diberikan. Anak kadang tidak mau makan dan lebih suka jajan.

Berdasarkan hasil identifikasi ditetapkan untuk memberikan sosialisasi dan edukasi tentang “upaya pencegahan dan penanganan stunting”. Saat materi sedang disampaikan peserta memperhatikan dengan seksama, kemudian saat dibuka sesi tanya jawab beberapa peserta mengajukan pertanyaan terkait dengan materi yang disampaikan. Peserta diberikan kesempatan untuk bertanya mengenai materi yang belum jelas kemudian memberikan pertanyaan kepada peserta mengenai materi sudah disampaikan, hasilnya sebagian besar peserta dapat menjelaskan kembali materi yang sudah disampaikan dengan benar. Setelah dilakukan sosialisasi dan edukasi dilakukan post test dengan hasil 90% ibu mempunyai pengetahuan baik tentang pengertian dan cara pencegahan stunting.

3.2. Pembahasan

Nutrisi yang diperoleh sejak bayi lahir sangat berpengaruh terhadap pertumbuhannya termasuk risiko terjadinya stunting. Tidak terlaksananya inisiasi menyusu dini (IMD), gagalnya pemberian air susu ibu (ASI) eksklusif, dan proses penyapihan dini dapat menjadi salah satu faktor terjadinya stunting. Sedangkan dari sisi pemberian makanan pendamping ASI (MP ASI) hal yang perlu diperhatikan adalah kuantitas, kualitas, dan keamanan pangan yang diberikan (Kemenkes RI, 2018).

Perilaku ibu dalam mengasuh balitanya memiliki kaitan yang erat dengan kejadian stunting pada balita. Ibu dengan pola asuh yang baik akan cenderung memiliki anak dengan status gizi yang baik, begitu juga sebaliknya ibu dengan pola asuh gizi yang kurang cenderung memiliki anak dengan status gizi yang kurang. Aspek kunci dalam pola asuh terdiri dari perawatan dan perlindungan bagi ibu, pemberian ASI dan MP-ASI, penyiapan makanan, praktik hygiene dan sanitasi lingkungan, serta praktik kesehatan di rumah (Tobing, Pane, & Harianja, 2021).

Masalah kejadian stunting secara garis besar adalah pada pola asuh anak dimana ibu memberikan asuhan makanan yang tidak baik atau kekeliruan orang tua memberikan asupan makanan pada anaknya sehingga menyebabkan timbulnya penyakit kronis. Salah satu faktor ketidaktersediaan makanan yang bergizi, dan masyarakat juga biasanya mentabukan makanan yang mengandung banyak zat gizi yang baik bagi tumbuh kembang anak juga dapat menyebabkan kejadian stunting (Tobing et al., 2021).

Dari hasil survey mawas diri dengan ibu balita diketahui bahwa banyak ibu tidak mengetahui tentang stunting. Ibu tidak tahu apakah anaknya stunting atau tidak. Beberapa ibu memberikan makan

sesuai dengan kemauan anak namun tidak memikirkan kandungan gizi makanan yang diberikan kepada anak. anak susah makan dan lebih banyak jajan.

Pola asuh makan yang baik dicerminkan dengan semakin baiknya asupan makan yang diberikan kepada balita. Asupan makan yang dinilai secara kualitatif digambarkan melalui keragaman konsumsi pangan. Keragaman pangan mencerminkan tingkat kecukupan gizi seseorang. Rendahnya pola asuh menyebabkan buruknya status gizi balita. Jika hal ini terjadi pada masa golden age maka akan menyebabkan otak tidak dapat berkembang secara optimal dan kondisi ini sulit untuk dapat pulih kembali. (Novita, 2018).

Setiap ibu perlu belajar menyediakan berbagai jenis makanan dan tidak harus makanan yang mahal tetapi makanan yang mengandung zat gizi yang cukup. Pola konsumsi balita yang tidak terkontrol seperti kebiasaan jajan yang berlebihan harus diwaspadai oleh orang tua. Jadwal pemberian makan yang ideal adalah tiga kali makanan utama dan dua kali makanan selingan yang bergizi untuk melengkapi komposisi gizi seimbang dalam sehari yang belum terpenuhi pada makanan utama.

Pengetahuan ibu mengenai gizi bisa memberikan pengaruh terhadap pola makan balita yang nantinya dapat memberi pengaruh pada status gizi balita. Bilamana pemahaman yang dimiliki ibu baik, ibu bisa memilih serta memberi makanan untuk balita baik dari aspek kuantitas ataupun kualitas yang bisa mencukupi angka kebutuhan gizi yang diperlukan balita hingga akhirnya bisa memberi pengaruh status gizi pada balita tersebut (Lestari & Hanim, 2020).

Pola asuh dan status gizi sangat dipengaruhi oleh pemahaman orang tua (seorang ibu) dalam mengatur kesehatan dan gizi di keluarganya. Karena itu, edukasi diperlukan agar dapat mengubah perilaku yang bisa mengarahkan pada peningkatan kesehatan gizi atau ibu dan anaknya.



Gambar 1. SMD



Gambar 2. SMD



Gambar 3. Pengukuran Tinggi Badan Balita



Gambar 4. Edukasi dan evaluasi

4. SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berjalan dengan baik. Diskusi berjalan baik, masyarakat mengajukan pertanyaan sesuai dengan pengalamannya masing-masing. Target yang diharapkan tercapai dengan meningkatnya pengetahuan masyarakat tentang pencegahan

stunting. Disarankan kepada masyarakat khususnya kepada ibu untuk menjaga asupan gizi selama kehamilan, saat melahirkan dan pada saat anak sebelum 2 tahun untuk mencegah terjadinya stunting.

5. SARAN

Perlu adanya pemantauan dan pendampingan yang komprehensif dari bidan atau tenaga kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang kesehatan pada umumnya, dan stunting pada khususnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Candra, A. (2020). *Epidemiologi Stunting*. Ssemarang: Fakultas Kedokteran Undip.
- Hamzah, S. R., & B, H. (2020). Gerakan Pencegahan Stunting Melalui Edukasi pada Masyarakat di Desa Muntoi Kabupaten Bolaang Mongondow. *JPKMI (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia)*, 1(4), 229–235. <https://doi.org/10.36596/jpkmi.v1i4.95>
- Indah Budiastutik, & Muhammad Zen Rahfiludin. (2019). Faktor Risiko Stunting pada anak di Negara Berkembang. *Amerta Nutrition*, 3(3), 122–129. <https://doi.org/10.2473/amnt.v3i3.2019.122-129>
- Kemendes RI. (2018). Buletin Stunting. *Kementerian Kesehatan RI*, 301(5), 1163–1178.
- Laili, U., & Andriani, R. A. D. (2019). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat IPTEKS*, 5(1), 8. https://doi.org/10.32528/pengabdian_iptek.v5i1.2154
- Lestari, A., & Hanim, D. (2020). Edukasi Kader dalam Upaya Pencegahan dan Penanggulangan Stunting di Kecamatan Mondokan Kabupaten Sragen. *AgriHealth: Journal of Agri-Food, Nutrition and Public Health*, 1(1), 7. <https://doi.org/10.20961/agrihealth.v1i1.41106>
- Mustika, W., & Syamsul, D. (2018). Analisis Permasalahan Status Gizi Kurang Pada Balita di Puskesmas Teupah Selatan Kabupaten Simeuleu. *Jurnal Kesehatan Global*, 1(3), 127. <https://doi.org/10.33085/jkg.v1i3.3952>
- Rahmandiani, R. D., Astuti, S., Susanti, A. I., Handayani, D. S., & Didah. (2019). Hubungan Pengetahuan Ibu Balita Tentang Stunting Dengan Karakteristik Ibu dan Sumber Informasi di Desa Hegarmanah Kecamatan Jatinangor Kabupaten Sumedang. *Jsk*, 5(2), 74–80. Retrieved from http://jurnal.unpad.ac.id/jsk_ikm/article/view/25661/0
- Tobing, M. L., Pane, M., & Harianja, E. (2021). Pola Asuh Ibu Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 24-59 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Kelurahan Sekupang Kota Batam. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(1), 448–465. <https://doi.org/10.31004/prepotif.v5i1.1630>
- Wardani, N. E. K., Pipit Cahyani, T. I., & Rijanto, R. (2022). Pembentukan Kelompok Centing (Cegah Stunting) Melalui Kegiatan Pemberdayaan Masyarakat di Puskesmas Wilayah Rangkah. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 1(1), 98–104. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v1i1.5287>