

EDUKASI PENCEGAHAN STUNTING PADA IBU BALITA DI POSYANDU DAHLIA DESA SADANG KECAMATAN JEKULO KABUPATEN KUDUS

Anita Dyah Listyarini^{1*}, Eny Pujiati², Muhammad Husni Mubaroq³, Gardha Rias Arsy⁴, Annis Rahmawaty⁵, Hasty Martha Wijaya⁶, Rifda Naufa Lina⁷, Yulia Pratiwi⁸, Dian Arsanti Palupi⁹, Heni Setyoningsih¹⁰, Lilis Sugiarti¹¹, Gendis Purno Yudanti¹², Dwi Susiloningrum¹³, Sri Fitrianiingsih¹⁴, Rahmi Hidayati¹⁵, Dessy Erliani Mugita Sari¹⁶
¹⁻¹²Institut Teknologi Kesehatan Cendekia Utama Kudus
*Email: anitadyahlistyarini@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang : Masalah *stunting* di Indonesia merupakan salah satu ancaman yang serius dan memerlukan penanganan yang tepat. Para pemerintah sudah menanggulangi terjadinya *stunting* pada balita di Indonesia dengan menargetkan program penurunan *stunting* menjadi 14% pada tahun 2024 mendatang. Tujuan: Setelah diberikan pendidikan kesehatan selama 30 menit, diharapkan peserta penyuluhan dapat memahami dan mengerti tentang *stunting* dan cara mengatasinya. Metode: ceramah, diskusi, tanya jawab mengenai Pencegahan *Stunting* pada Balita. Hasil : Pendidikan Kesehatan dengan melakukan penyuluhan merupakan intervensi yang tepat dilakukan pada orang tua balita karena akan memberikan pola pikir yang baik yang berdampak pada setiap pengambilan keputusan dan dalam berperilaku. Pembahasan: Audien yang hadir dalam acara ini ada 20 orang anak balita beserta orang tuanya, audien tampak responsif dan aktif dalam berdiskusi saat penyuluhan berlangsung. Simpulan: Ada perbedaan hasil *pre test* dan *post test* jawaban pertanyaan peserta mengenai pengertian *stunting*, penyebab *stunting*, tanda dan gejala *stunting*, dampak *stunting*, pencegahan *stunting*.

Kata Kunci: Stunting, Balita, Penyuluhan

ABSTRACT

Background: The problem of stunting in Indonesia is a serious threat and requires appropriate handling. The government has tackled the occurrence of stunting among toddlers in Indonesia by targeting a program to reduce stunting to 14% by 2024. **Objective:** After being given health education for 30 minutes, it is hoped that counseling participants will be able to understand and comprehend stunting and how to overcome it. **Method:** lecture, discussion, question and answer regarding Stunting Prevention in Toddlers. **Results:** Health education by providing counseling is the right intervention for parents of toddlers because it will provide a good mindset that has an impact on every decision making and behavior. **Discussion:** The audience who attended this event were 20 children under five and their parents. The audience seemed responsive and active in discussing during the counseling. **Conclusion:** There are differences in the pre-test and post-test results in answers to participants' questions regarding the meaning of stunting, causes of stunting, signs and symptoms of stunting, impact of stunting, and prevention of stunting.

Keywords: Stunting, Toddlers, Counseling

LATAR BELAKANG

Stunting adalah kondisi anak dimana panjang badan atau tinggi badan kurang dari ukuran normal yang disebabkan oleh asupan gizi kurang dalam jangka waktu cukup lama akibat pemberian makanan tidak sesuai dengan kebutuhan gizi [6]. *Stunting* menjadi salah satu persoalan besar di dunia, khususnya negara besar dan negara berkembang karena dapat mengakibatkan gagal tumbuh yang menyebabkan masalah kognitif dan motorik pada anak, berisiko mengalami penyakit infeksi, penyakit tidak menular, prestasi belajar yang kurang optimal, serta penurunan produktivitas saat usia remaja dan dewasa [6]. *Stunting* atau tubuh terlalu pendek berdasarkan umur adalah tinggi badan yang berada di bawah minus dua standar deviasi ($<-2SD$) dari tabel status gizi WHO *Child Growth Standard* (WHO, 2018). *Stunting* menurunkan produktifitas kerja yang berakibat buruk masa depan anak bangsa secara langsung yaitu kognitif lemah, psikomotorik terlambat, kemampuan intelektual dibawah rata-rata, lebih mudah terkena penyakit degeneratif dan sumber daya manusia berkualitas rendah. Kekurangan gizi berawal dari kurang nafsu makan terutama pada anak-anak, sehingga jika anak kekurangan protein kalori yang dapat menyebabkan gangguan tumbuh kembang. Sedangkan peningkatan berat badan dipengaruhi oleh konsumsi makanan dan nafsu makan.

Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan prevalensi *stunting* di Indonesia pada tahun 2013 sebesar 37,2% dan tahun 2018 mengalami penurunan menjadi 30,8%. Pada tahun 2019 menurun menjadi 27,67%. Angka kejadian *stunting* di Indonesia masih dibawah standar WHO yaitu 20% [7]. Prevalensi balita *stunting* di Indonesia tertinggi berada di provinsi Nusa Tenggara Timur, Sulawesi Barat, dan Nusa Tenggara Barat. Prevalensi tersebut diambil dari data hasil survei Status Gizi Balita Terintegrasi (SSGBI) oleh Balitbang Kemenkes RI tahun 2019. Menurut hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Kementerian Kesehatan Kemenkes), prevalensi balita yang mengalami *stunting* di Indonesia sebanyak 24,4% pada tahun 2021 dan 21,6 % ditahun 2022. Walaupun terjadi penurunan pada angka kejadian *stunting*, evaluasi tetap perlu dilakukan karena belum memenuhi target dari RPJM (Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional) tahun 2024 sebesar 14 % yaitu Program Indonesia Sehat untuk meningkatkan status kesehatan dan gizi anak.

Masalah *stunting* di Indonesia merupakan salah satu ancaman yang serius dan memerlukan penanganan yang tepat. Para pemerintah sudah menanggulangi terjadinya *stunting* pada balita di Indonesia dengan menargetkan program penurunan *stunting* menjadi 14% pada tahun 2024 mendatang [3].

Pemenuhan target tersebut merupakan salah satu tantangan besar bagi pemerintah dan juga bagi rakyat Indonesia di masa pandemi covid-19 ini. Upaya pemerintah dalam penanggulangan *stunting* pada balita dilakukan oleh Kementerian Kesehatan (Kemenkes) melalui Pusat Kesehatan Masyarakat (Puskesmas) dan Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) melalui Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Saat ini,

program-program penanggulangan *stunting* yang telah dilakukan diantaranya adalah sosialisasi konseling gizi, kebersihan, pengasuhan orang tua, air minum, sanitasi, hingga ketahanan pangan, Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada balita dan ibu hamil, Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri dan ibu hamil, Peningkatan cakupan imunisasi dasar lengkap pada bayi dan balita, Pemberian vitamin A pada balita, dan Pemberian zinc pada kasus diare terutama pada ibu hamil dan balita [4].

Pemenuhan gizi pada balita yang baru dilahirkan sampai 1000 hari, terkadang tidak diperhatikan oleh orang tua. Pemenuhan gizi yang tidak terpenuhi sampai usia 1000 hari dapat menyebabkan terjadinya gizi buruk pada balita, infeksi berulang, dan perawatan psikososial yang tidak terpenuhi. Jika balita mengalami gizi kurang dan nutrisi tidak terpenuhi, besar kemungkinan balita tersebut akan mengalami *stunting* [5].

Asupan gizi yang dibutuhkan untuk mencegah *stunting* berupa asupan gizi yang baik saat hamil, konsumsi tablet penambah darah yang cukup saat hamil, pemberian ASI kepada anak selama 6 bulan pertama, dan dilanjutkan dengan makanan pendamping ASI yang tepat sampai anak berusia 2 tahun. Faktor-faktor lain yang berpengaruh terhadap kejadian *stunting* adalah kemampuan tenaga kesehatan dalam mendeteksi kondisi *stunting* sejak dini, kebersihan air dan lingkungan, pola pengasuhan anak, tempat persalinan dan genetic [1].

Selain itu masyarakat belum menyadari anak pendek merupakan suatu masalah, karena anak pendek di masyarakat terlihat sebagai anak-anak dengan aktivitas yang normal, tidak seperti anak kurus yang harus segera ditanggulangi. Demikian pula halnya gizi ibu waktu hamil, masyarakat belum menyadari pentingnya gizi selama kehamilan berkontribusi terhadap keadaan gizi bayi yang akan dilahirkannya kelak [2].

METODE

Tahap persiapan dari penyuluhan adalah pembuatan bahan penyuluhan berupa banner, leaflet yang digunakan untuk dipresentasikan kepada ibu, bapak dan anak pada saat penyuluhan, persiapan tempat, alat-alat seperti stand banner, meja, kursi, karpet, dan sebagainya. Peserta dalam penyuluhan ini adalah ibu, bapak dan anak di wilayah Posyandu Dahlia 4 Desa Sadang-Jekulo-Kudus.

Tahap pelaksanaan penyuluhan berjalan lancar dan dihadiri oleh 20 peserta. Media yang digunakan adalah leaflet dan stand banner. Peserta aktif saat kegiatan dapat dilihat dari antusias peserta saat diskusi. Hasil akhir penyuluhan diadakan sesi tanya jawab kepada ibu yang hadir, dan mahasiswa dapat menjawab pertanyaan dengan tepat.

Evaluasi dalam kegiatan ini peserta yang hadir sebanyak 20 orang. Waktu, pelaksanaan dan setting tempat sudah dilaksanakan sesuai rencana dan perlengkapan yang dilakukan untuk penyuluhan sudah tersedia dan sudah digunakan sebagaimana mestinya. Diskusi saat penyuluhan menarik karena bahasa yang digunakan komunikatif, selain itu pemilihan tema yaitu Mengenal *stunting* serta Mencegah *stunting* sangat

menarik perhatian peserta. Antusias anak – anak juga terlihat sehingga proses edukasi lebih tersampaikan.

Kemudian untuk evaluasi proses kegiatan penyuluhan pukul 09.00 s/d 10.00 WIB. 30 menit lebih lama dengan jadwal yang telah direncanakan.

Hasil dalam kegiatan edukasi ini adalah meningkatnya pengetahuan dan wawasan orang tua tentang pentingnya pemberian nutrisi yang baik serta datang ke posyandu untuk mengukur tinggi badan dan berat badan balita agar dapat memonitoring pertumbuhan anak – anaknya serta mengetahui tanda dan gejala apa saja yang timbul pada *stunting* pada balita dan bagaimana cara mencegahnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Metode pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 22 Desember 2023 di Posyandu Dahlia 4 Desa Sadang Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus. Sasaran kegiatan ini ditujukan pada orang tua balita yang melaksanakan posyandu di Posyandu Dahlia 4 Desa Sadang Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus. Audien yang hadir dalam acara ini ada 20 orang anak balita beserta orang tuanya.

Media yang digunakan pada penyuluhan ini berupa leaflet dan stand banner materi tentang Edukasi *Stunting* Balita. Metode yang digunakan yaitu berupa ceramah, diskusi, tanya jawab mengenai Pencegahan *Stunting* pada Balita. Evaluasi pelaksanaan penyuluhan dilakukan sebelum dan setelah intervensi dengan mengajukan pertanyaan kepada orang tua yang menunjukkan peningkatan pengetahuan orang tua mengenai materi penyuluhan *stunting* pada balita. Pendidikan Kesehatan dengan melakukan penyuluhan merupakan intervensi yang tepat dilakukan pada orang tua balita karena akan memberikan pola pikir yang baik yang berdampak pada setiap pengambilan keputusan dan dalam berperilaku.

Pada kegiatan ini juga dilakukan imunisasi, pemeriksaan tinggi badan, berat badan berdasarkan umur pada balita untuk melihat ada tidaknya indikasi *Stunting* pada anak tersebut dengan rata-rata hasil yang didapatkan yaitu masih dibatas normal pada garis kartu menuju sehat balita. Berikut gambar Pelaksanaan Penyuluhan di Posyandu Dahlia 4 Desa Sadang Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus.



Gambar 1
Absensi dan pembagian konsumsi
berserta leaflet



Gambar 2
Pengukuran Tinggi Badan dan Berat
badan



Gambar 3
Kegiatan Penyuluhan dan diskusi,
tanya jawab



Gambar 4
Edukasi (Penyuluhan)

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Peserta sangat aktif dan antusias dalam bertanya mengenai *Stunting* pada balita dan dapat bekerjasama dengan baik. Sebelum dilakukan kegiatan penyuluhan moderator melakukan *pre test* berupa pertanyaan kepada peserta, tetapi peserta belum mengetahui pengertian *stunting*, penyebab *stunting*, tanda dan gejala *stunting*, dampak *stunting*, pencegahan *stunting*. Setelah kegiatan penyuluhan moderator melakukan *post test* berupa pertanyaan kepada peserta, hasilnya peserta sudah mengetahui pengertian *stunting*, penyebab *stunting*, tanda dan gejala *stunting*, dampak *stunting*, pencegahan *stunting*. Hasil dari kegiatan ini yaitu meningkatnya pengetahuan dan wawasan orang tua tentang pentingnya pemberian nutrisi yang baik serta pentingnya datang ke posyandu untuk mengukur tinggi badan dan berat badan balita agar dapat memonitoring pertumbuhan anak serta mengetahui tanda dan gejala apa saja yang timbul pada *stunting* pada balita dan bagaimana cara mencegahnya.

Saran

Diharapkan peserta mampu menjaga gizi yang optimal pada balita dari sebelum dilahirkan sampai dengan kehidupan selanjutnya sehingga tidak mengalami kekurangan gizi, dapat melakukan dan menerapkan apa yang telah diajarkan dan dianjurkan oleh pemateri untuk mengatasi *stunting* pada anak, baik pertolongan pertama, tanda dan gejala berbahaya yang ada pada anak ketika terjadi *stunting* sehingga masalah yang dihadapi dapat teratasi dengan baik.

UCAPAN TERIMAKASIH

1. ITEKES Cendekia Utama Kudus yang telah memberikan tugas kepada kami.
2. Kepala Desa Sadang Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus yang telah memberi ijin penyelenggaraan kegiatan penyuluhan kepada kami.
3. Bidan Desa Sadang Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus yang telah memberi ijin penyelenggaraan kegiatan penyuluhan kepada kami.
4. Kader Posyandu Dahlia Desa Sadang Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus yang telah memberi ijin penyelenggaraan kegiatan penyuluhan dan membantu kelancaran kegiatan kami.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Indonesia, P. A. G. (2018). *Stop stunting dengan konseling gizi*. Penebar PLUS+.
- [2] Mitra. (2015). "Permasalahan Anak Pendek (Stunting) Dan Intervensi Untuk Mencegah Terjadinya Stunting". *Jurnal Kesehatan Komunitas*, Vol. 2, No.6, Mei.

- [3] Ramadani & Oktavia.(2021).“Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang Stunting Yang Menyebabkan Gizi Kurang Pada Anak”. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, Vol 6, No 4 (2022): Agustus.
- [4] Rini, Archda.(2019).Upaya Pemerintah Daerah Dalam Penanggulangan Stunting Di Provinsi Kepulauan Bangka Belitung.<https://jurnal.univrab.ac.id/index.php/jdp/issue/view/103>. Diakses pada 22 Desember 2023.
- [5] Sari, N. I., & Harianis, S. (2022). “Analisis Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Balita”. *Maternal & Neonatal Health Journal*, 3(2), 57–64.<https://doi.org/10.37010/mnhj.v3i2.750>.
- [6] Kemenkes. (2018). *Profil Kesehatan Indonesia*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- [7] Kemenkes RI, 2016. *Profil kesehatan indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- [8] Mustakim, M. R., Irawan, R., Irmawati, M., & Setyo-boedi, B. (2022). Impact of Stunting on Development of Children between 1-3 Years of Age. *Ethiopian Journal of Health Sciences*, 32(3).
- [9] Miantari, H. (2021). Strategi pemberdayaan masyarakat pada balita terhadap kejadian stunting dalam situasi pandemi COVID-19 di puskesmas bagian timur kabupaten Kerinci tahun 2021. *Human Care Journal*, 6(3), 705-716.
- [10] Mulyanti, S., Setiawan, A. and Zahara, F. (2021) ‘Faktor – faktor yang berhubungan dengan terjadinya stunting pada balita usia 24 – 59 bulan di Kelurahan Setiawargi Kota Tasikmalaya Tahun 2020’, *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*, 10(1), pp. 99–109.
- [11] Murti, F. C., Suryati, S. and Oktavianto, E. (2020) ‘Hubungan Berat Badan Lahir Rendah (Bblr) Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 2-5 Tahun Di Desa Umbulrejo Kecamatan Ponjong Kabupaten Gunung Kidul’, *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 16(2), p. 52. doi: 10.26753/jikk.v16i2.419.