

Penyuluhan Pencegahan Stunting dan Peningkatan Gizi Dalam Tumbuh Kembang Anak

Ary Nahdiyani Amalia
STIKes Ibnu Sina Ajibarang

Marcello Ferrel Firmansyah
STIKes Ibnu Sina Ajibarang

Helen Triolinda
STIKes Ibnu Sina Ajibarang

Alamat: Jl. Raya Ajibarang-Tegal KM. 1, Ajibarang, Banyumas, Jawa Tengah

Korespondensi penulis: arynahdiyani@stikes-ibnusina.ac.id

Abstract. *The quality of child growth and development is influenced by genetic factors, environmental factors and adequate behavioral factors. Stunting conditions can cause abnormalities in child development. Stunting can occur due to low nutrient intake over a long period of time. Quality genetic potential will be able to interact positively with the environment and have nutrition-aware behavior, so that stunting can be prevented and optimal child growth and development is obtained. This service aims to increase knowledge about stunting and nutrition in child development. The method used is lectures and discussions given to the villagers of Bungkanel Village, Karanganyar District, Purbalingga Regency, presented using LCD projector media and distributing leaflets. The interactive discussion was the end of this community service activity and the participants who attended were committed to improving nutritional intake in the family as an effort to prevent stunting in the family now and in the future.*

Keywords: *children, nutrition, stunting, growth and development*

Abstrak. Kualitas tumbuh kembang anak dipengaruhi oleh faktor genetik, faktor lingkungan dan faktor perilaku yang memadai. Kondisi stunting dapat menyebabkan terjadinya kelainan pada tumbuh kembang anak. Stunting dapat terjadi karena asupan zat gizi yang rendah dalam jangka waktu yang lama. Potensi genetik yang bermutu akan dapat berinteraksi dengan lingkungan secara positif dan memiliki perilaku sadar gizi, sehingga stunting dapat dicegah dan diperoleh tumbuh kembang anak yang optimal. Pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan mengenai stunting dan gizi dalam tumbuh kembang anak. Metode yang digunakan adalah ceramah dan diskusi yang diberikan pada masyarakat desa Desa Bungkanel, Kecamatan Karanganyar, Kabupaten Purbalingga, dipaparkan menggunakan media LCD proyektor dan pembagian leaflet. Diskusi interaktif menjadi akhir dari kegiatan pengabdian masyarakat ini dan peserta yang hadir berkomitmen untuk memperbaiki asupan gizi dalam keluarga sebagai upaya mencegah terjadinya stunting dalam keluarga saat ini maupun di masa mendatang.

Kata kunci: anak, gizi, stunting, tumbuh kembang

LATAR BELAKANG

Stunting sampai saat ini masih menjadi problem kesehatan anak di Indonesia. Stunting sering disebut kerdil atau pendek yang merupakan kegagalan pertumbuhan pada anak usia balita. Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021 yang dilaksanakan Kementerian Kesehatan, angka prevalensi stunting di Indonesia pada 2021 sebesar 24,4%, atau menurun 6,4% dari angka 30,8% pada 2018. Meskipun terdapat penurunan, stunting masih menjadi permasalahan serius yang memerlukan penanganan yang tepat sementara sebagian masyarakat kurang memahami dampak dari stunting (Kemenkes RI, 2018; Kemenkes RI, 2020).

Salah satu upaya untuk memperbaiki pemahaman dan perilaku masyarakat mengenai stunting, serta membantu menurunkan prevalensi stunting di Indonesia adalah dengan melakukan sosialisasi pencegahan stunting. Dengan adanya perubahan perilaku terutama mengenai gizi dalam mencegah stunting, masyarakat menjadi lebih sadar gizi terutama gizi seimbang yang harus didapatkan anak balita, remaja putri, maupun ibu hamil. Hal ini dapat menjadikan anak-anak Indonesia dapat tumbuh dan berkembang secara optimal dan maksimal, disertai kemampuan emosional, sosial, dan fisik yang siap untuk belajar, serta mampu berinovasi dan bersaing di tingkat global.

STIKes Ibnu Sina Ajibarang sebagai satu-satunya perguruan tinggi swasta di Kecamatan Ajibarang, Kabupaten Banyumas yang berkewajiban melakukan pengabdian kepada masyarakat, telah bergerak melakukan sosialisasi untuk mendukung fokus pemerintah dalam penanganan stunting. Sosialisasi dilaksanakan di Desa Bungkel, Kecamatan Karanganyar, Kabupaten Purbalingga. Desa Bungkel merupakan salah satu dari 13 desa yang ada di wilayah Kecamatan Karanganyar Kabupaten Purbalingga, dengan luas 228.100 Ha dan terbagi dalam empat Kadus yang antara lain Kadus I, II, III, dan IV. Sebelah utara desa berbatasan dengan Desa Brakas, sebelah timur desa berbatasan dengan Desa Jambu, sebelah selatan desa berbatasan dengan Desa Kabunderan, dan sebelah barat desa berbatasan dengan Desa Lumpang. Jumlah penduduk desa sebesar 3.009 jiwa. Angka stunting di Kabupaten Purbalingga sendiri cukup tinggi dan Kabupaten Purbalingga merupakan salah satu kabupaten prioritas intervensi stunting di Indonesia (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019). Warga masyarakat Desa Bungkel diwakili oleh kader kesehatan mengajukan permintaan untuk diadakannya

penyuluhan mengenai stunting. Pengabdian ini dihadiri oleh Kepala Desa Bunganel, para kader kesehatan, dan warga masyarakat terutama ibu-ibu yang antusias mengikuti kegiatan.

KAJIAN TEORITIS

Stunting atau sering disebut kerdil atau pendek adalah kondisi gagal tumbuh pada anak usia balita, akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang terutama pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu dari janin hingga anak berusia 2 tahun. Anak tergolong stunting apabila panjang atau tinggi badannya berada di bawah minus dua standar deviasi panjang atau tinggi anak seumurnya. Penyebab utama stunting pada anak adalah asupan gizi yang kurang (Sekretariat Wakil Presiden RI, 2019; Veria *et al.*, 2020).

Masyarakat seringkali salah dalam menganggap kondisi tubuh anak yang pendek merupakan faktor keturunan atau genetik dari kedua orang tuanya. Akibatnya banyak dari orang tua yang merasa tidak perlu mempermasalahkan kondisi tinggi badan anak dan tidak melakukan upaya untuk mengatasinya karena faktor genetik sulit untuk diubah. Padahal, faktor genetika pada stunting merupakan faktor yang memiliki pengaruh paling kecil dibandingkan dengan faktor perilaku, lingkungan (meliputi sosial, ekonomi, budaya, politik), dan akses pelayanan kesehatan. Dengan kata lain, stunting merupakan masalah yang sebenarnya bisa dicegah sejak dini (Kemenkes RI, 2018; Satriawan, 2018).

Pemahaman yang keliru tersebut harus segera diluruskan, karena stunting dan kekurangan gizi lainnya yang terjadi pada balita, berisiko menghambat pertumbuhan fisik anak. Stunting yang terjadi pada balita dapat berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan intelektual anak. Anak menjadi rentan terhadap berbagai penyakit serta menghambat perkembangan kognitif yang akan mempengaruhi tingkat kecerdasan dan produktivitas anak kelak. Apabila stunting yang dialami sejak kecil tidak dicegah, di masa depan akan kesulitan mendapatkan pekerjaan serta menyebabkan kemiskinan dan secara tidak langsung mempengaruhi ketahanan pangan keluarga. Stunting juga dapat meningkatkan kejadian penyakit tidak menular atau penyakit degeneratif di Indonesia, Tahap awal sebelum penyampaian materi diberikan, peserta diwajibkan melakukan registrasi dan pembagian leaflet. Selanjutnya adalah acara inti yang dimulai dengan

sambutan dari perangkat desa yang dalam hal ini disampaikan oleh Kepala Desa Bungkanel, Bapak Mukti Fatoni. Sesi berikutnya adalah penyampaian materi oleh narasumber sekaligus pengabdian, dr. Ary Nahdiyani Amalia, M.Biomed., yang dibantu oleh mahasiswa-mahasiswi STIKes Ibnu Sina Ajibarang yang pada waktu itu sedang menjalani masa Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Bungkanel. Penyampaian materi berlangsung lancar selama 60 menit dan peserta kegiatan mengikuti dengan baik dan kooperatif.



Gambar 1. Acara inti dan sambutan Kepala Desa



Gambar 2. Sesi penyampaian dan diskusi materi oleh narasumber

Strategi dalam pencegahan stunting yang sangat penting dan perlu mendapat perhatian lebih adalah memperbaiki pola asuh dan pola konsumsi dalam keluarga, mengubah perilaku untuk hidup bersih dan sehat, serta memperbaiki pemahaman mengenai kesehatan dari segi sosial dan budaya. Konsep pola asuh merupakan aspek perilaku orang tua dalam memberikan makanan bagi bayi dan balita di rumah. Orang tua perlu memahami konsep gizi seimbang agar mendapat gizi yang baik untuk anak-anaknya. Untuk remaja perempuan yang kelak menjadi seorang ibu, perlu mendapat edukasi tentang gizi dan kesehatan reproduksi. Edukasi juga diperlukan bagi ibu hamil mengenai pemenuhan kebutuhan gizi saat hamil dan stimulasi bagi janin, serta kewajiban memeriksakan kandungan oleh tenaga medis minimal enam kali selama kehamilan. Ibu hamil harus bersalin di fasilitas kesehatan, melakukan inisiasi menyusui dini (IMD), berupaya agar bayi mendapat colostrum air susu ibu (ASI), dan memberikan hanya ASI saja selama 6 bulan pertama (ASI eksklusif). Setelah itu, ASI dapat dilanjutkan sampai usia 2 tahun, dengan diberikan makanan pendamping ASI. Tumbuh kembang anak harus terus dipantau dengan membawa ke Posyandu terdekat setiap bulan. Hal lain yang juga perlu diperhatikan adalah melakukan imunisasi yang telah dijamin ketersediaan dan keamanannya oleh pemerintah, sehingga anak mendapatkan kekebalan dari penyakit berbahaya (Izwardy, 2019; Ningrum & Utami, 2018; Purbowati *et al.*, 2021).

Konsumsi keluarga terhadap makanan yang beragam dari segi jumlah dan kualitas gizi harus diperhatikan. Bagi anak-anak dalam masa pertumbuhan, memperbanyak sumber protein dan mengonsumsi buah dan sayur. Dalam satu porsi makan, setengah piring diisi oleh sayur dan buah, setengahnya lagi diisi dengan sumber protein (baik nabati maupun hewani) dengan proporsi lebih banyak daripada karbohidrat. Selain perilaku konsumsi yang rendah dan pola asuh yang salah, akses masyarakat terhadap pelayanan kesehatan, keluarga yang tidak memahami rumah sehat termasuk di dalamnya adalah akses sanitasi dan air bersih, juga menjadi perhatian. Hal ini dapat meningkatkan risiko anak terkena penyakit infeksi. Untuk itu, perlu membiasakan cuci tangan pakai sabun dan air mengalir, serta tidak buang air besar sembarangan. Keluarga juga harus mengetahui konsep rumah sehat, yaitu sebuah rumah yang dekat dengan air bersih dengan jarak dari tempat pembuangan sampah lebih dari 100 meter, berada di tempat dimana air hujan dan air kotor tidak tergenang, serta dekat dengan sarana pembersihan (Izwardy, 2019; Ningrum & Utami, 2018; Purbowati *et al.*, 2021).

Kehamilan yang saat ini masih diyakini oleh banyak orang dengan latar belakang budaya yang berbeda sebagai suatu kondisi yang penuh bahaya. Masih ada anggapan bahwa bahaya ibu hamil dan janinnya dapat terjadi dalam berbagai situasi, baik dari alam nyata maupun gaib, oleh karena itu ibu hamil maupun ibu pada masa nifas harus mematuhi larangan-larangan tertentu. Pemahaman yang salah terhadap mitos dalam bidang kesehatan harus secepatnya diluruskan untuk menghindari dampak negatif yang mungkin muncul, sehingga perlu diungkap dengan fakta-fakta ilmiah.

Setelah penyampaian materi selesai, sesi dilanjutkan dengan diskusi oleh narasumber. Beberapa peserta mengajukan pertanyaan kepada narasumber dan saling berdiskusi. Peserta sangat antusias mengikuti jalannya diskusi. Setiap pertanyaan yang diajukan penanya akan dijawab oleh narasumber yang kemudian dipastikan Kembali penanya memahami jawaban yang diperoleh dengan cara mengulangi kembali jawaban atau menyimpulkan jawaban yang diperoleh tersebut. Sesi diskusi ini berlangsung selama 30 menit dengan 8 pertanyaan yang dijawab oleh narasumber.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan sosialisasi dan penyuluhan seperti ini merupakan bentuk upaya promosi kesehatan dan tindakan preventif, yang dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan untuk memaksimalkan intervensi dalam program pemerintah mengenai stunting. Adanya sosialisasi dan penyuluhan sebagai metode pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini dapat meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat sehingga dapat memperbaiki pola hidup sehat dan memperbaiki gizi secara seimbang di tingkat yang paling rendah yaitu individu dalam keluarga.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian berterima kasih kepada seluruh anggota pengabdian dan STIKes Ibnu Sina Ajibarang yang telah membantu dalam proses pengabdian dan memberikan dukungannya.

DAFTAR REFERENSI

- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2019). Laporan Nasional Riskesdas 2018. Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2019). Laporan Nasional Riskesdas 2013. Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Izwardy, D. (2019). Kebijakan dan Strategi Penanggulangan Stunting di Indonesia. *FGD Skringing Malnutrisi pada Anak di Rumah Sakit*. Jakarta.
- Kemendes RI. (2018). Situasi balita pendek (Stunting) di Indonesia. Kementerian Kesehatan RI, 301(5), 1163-1178.
- Kemendes RI. (2020). Peraturan Menteri Kesehatan tentang Standar Antropometri Anak. Available at URL: <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/152505/permenkes-no-2-tahun-2020>.
- Ningrum, E. W., & Utami, T. (2018). Stunting Status and Child Development on Children Ages 1-5 Years in The Public Health Centre of Padamara District Purbalingga. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 13(1), 27-31.
- Purbowati, M. R., Ningrom, I. C., & Febriyanti, R. W. (2021). Gerakan Bersama Kenali, Cegah, dan Atasi Stunting Melalui Edukasi Bagi Masyarakat di Desa Padamara Kabupaten Purbalingga. *AS-SYIFA: Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Kesehatan Masyarakat*, 2(1), 15-22.
- Satriawan, E. (2018). Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting 2018-2024. Jakarta: Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan (TNP2K).
- Sekretariat Wakil Presiden RI. (2019). *Panduan Pemetaan Program, Kegiatan, dan Sumber Pembiayaan Untuk Mendorong Konvergensi Percepatan Pencegahan Stunting Kabupaten/Kota dan Desa*. Edisi Pertama, Cetakan Pertama, Mei 2019.
- Veria, V. A., Gz, S., Gizi, M., Herlambang, B. A., & Anam, A. K. (2020). WebGIS Pemetaan Trend Kejadian Stunting Provinsi Jawa Tengah 2015-2017. *VISIQUES: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 19(2).