

Pengaruh Edukasi Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Upaya Pencegahan Stunting Bayi dan Balita

M. Rio^{1*}, M. Al Farel², Putri Larasati³, Rahma Aliffia Nasution⁴, Maya Lestari⁵,
Novita Sari⁶, Meidia Refiyanni⁷

¹Fakultas Pertanian Universitas Teuku Umar, Aceh Barat, 23615, Indonesia

^{2,3,7}Fakultas Teknik Universitas Teuku Umar, Aceh Barat, 23615, Indonesia

⁴Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Teuku Umar, Aceh Barat, 23615, Indonesia

⁵Fakultas Ekonomi Universitas Teuku Umar, Aceh Barat, 23615, Indonesia

⁶Program Studi Keperawatan STIKES Medika Seramoe Barat, Aceh Barat, 23617, Indonesia

*Corresponding author: muhammadriorio@gmail.com

Abstrak

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang kompleks, dipengaruhi oleh kondisi kesehatan ibu atau calon ibu, masa janin, dan masa bayi atau balita, terutama pada 1.000 hari pertama kehidupan. Seperti halnya masalah gizi lainnya, stunting tidak hanya terkait dengan kesehatan fisik, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor-faktor lain secara tidak langsung. Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah untuk menyampaikan informasi kepada wanita usia subur, ibu hamil, dan ibu balita tentang cara mencegah stunting pada anak balita mulai dari masa kehamilan hingga masuk usia balita. Hasil penyuluhan menunjukkan partisipasi aktif dari peserta, dengan sesi tanya jawab yang berlangsung lama antara tim pengabdian dan peserta, serta jawaban yang memuaskan dari peserta pada sesi umpan balik pertanyaan. Dari program ini, pengetahuan peserta mengalami peningkatan yang signifikan. Perhatian khusus diperlukan pada balita stunting usia 1-3 tahun dalam pengendalian gizi, terutama untuk memantau perkembangan motoriknya. Hal ini karena zat gizi memiliki peran penting dalam perkembangan motorik pada dua tahun pertama kehidupan.

Kata Kunci: Pencegahan; PHBS; Stunting

1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan suatu masalah yang terus meningkat terutama di negara-negara berkembang seperti Indonesia, dan telah menarik perhatian banyak orang. Hasil penelitian menyatakan bahwa anak yang mengalami stunting berarti pertumbuhan fisik mereka terhambat. Penelitian yang dilakukan oleh Hasandi, Maryanto, dan Anugrah (2019) menemukan bahwa ada sebagian besar anak di daerah pedalaman mengalami kondisi ini, dan angka ini semakin mengkhawatirkan. Dampak jangka pendek berupa risiko morbiditas (penyakit) dan mortalitas (kematian) yang meningkat, pertumbuhan anak yang terganggu, dan dampak negatif terhadap kemampuan belajar [1]. Untuk resiko jangka panjang berupa penurunan produktivitas dan meningkatnya risiko terkena penyakit menular dan penyakit tidak menular saat dewasa. Penelitian yang dilakukan oleh Beal dan rekannya pada tahun 2018 mengungkapkan temuan ini.

Stunting merupakan kondisi di mana anak balita memiliki ukuran tubuh yang lebih pendek atau lebih kecil dari standar pertumbuhan yang ditetapkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) berdasarkan usia mereka. Kondisi ini dapat disebabkan oleh kondisi lingkungan yang tidak mendukung pertumbuhan optimal atau asupan gizi yang tidak memadai [2].

Laporan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2018 menyatakan bahwa stunting adalah kondisi di mana panjang atau tinggi badan seorang anak berada di bawah rata-rata yang seharusnya sesuai dengan usianya. Ketidakmampuan pertumbuhan pada anak balita yang disebabkan oleh kekurangan gizi jangka panjang menyebabkan anak memiliki tinggi badan

yang lebih pendek dari yang seharusnya sesuai dengan usianya dikenal sebagai stunting. Izwardy dalam penelitian tahun 2019 menjelaskan bahwa kondisi tersebut dapat terjadi sejak masa kehamilan hingga kehidupan awal setelah lahir, namun dampaknya baru terlihat saat anak mencapai usia sekitar 2 tahun [3]. Balita yang mengalami stunting/stunted atau stunting parah didefinisikan sebagai balita yang memiliki panjang badan atau tinggi badan yang tidak sesuai dengan standar pertumbuhan yang ditetapkan oleh WHO-MGRS (Multicentre Growth Reference Study) 2006. Studi ini menunjukkan bahwa pertumbuhan fisik balita tidak mencapai standar pertumbuhan yang diharapkan menurut pedoman WHO.

Pola makan yang diterapkan oleh seorang ibu diperkirakan sebagai salah satu faktor penting yang berkontribusi pada peningkatan jumlah kasus stunting pada anak. Seperti yang ditunjukkan dalam penelitian yang dilakukan oleh Hasan dan rekan-rekannya di tahun 2019. Dalam penelitian tersebut dinyatakan bahwa sebagai pengasuh utama, ibu mempunyai tanggung jawab besar dalam memilih, mempersiapkan, dan menyediakan makanan yang sehat bagi anak-anak mereka. Penelitian lainnya yang dilakukan Hasandi dan tim ditahun 2019 menemukan bahwa penyakit infeksi selain pola makan ibu, juga dapat menjadi penyebab utama stunting [4]. Untuk memenuhi kebutuhan nutrisi pada anak balita, makanan yang kaya akan seng (*zinc*) merupakan pilihan yang bagus. Hinnouho dan rekan ditahun 2019 menyatakan seng sangat penting bagi kesehatan manusia terutama selama perkembangan balita, karena berfungsi sebagai katalis, pengatur ion, atau komponen struktural protein dalam berbagai proses metabolisme.

Langkah yang dapat diambil untuk mengatasi masalah gizi anak stunting adalah pemberdayaan masyarakat. Diharapkan bahwa program ini akan menghasilkan produk berupa modul yang akan membantu menyusun menu makanan yang lebih sehat dan sesuai dengan kebutuhan gizi. Selain itu, program ini bertujuan untuk meningkatkan kesehatan keluarga, terutama pada anak-anak. Peningkatan kesehatan anak dan penurunan angka stunting dilakukan dengan menerapkan strategi perbaikan gizi yang melibatkan mengubah makanan pengganti ASI (MP- ASI) yang murah dan menarik. Selain itu, masyarakat diharapkan memperoleh manfaat ekonomi dari program tersebut melalui metode ini.

Stunting merupakan masalah rumit yang disebabkan oleh banyak faktor, dan tidak hanya terkait dengan kekurangan gizi yang dialami ibu hamil atau anak balita. Untuk mengurangi angka stunting, intervensi selama 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) anak balita adalah yang paling penting. Tindakan tersebut saat ini dianggap penting karena pertumbuhan dan perkembangan anak sangat rentan terhadap gangguan yang dapat memengaruhi kesehatan dan kesejahteraan mereka dalam jangka panjang [5]. Stunting dapat memiliki dampak dalam dua periode waktu, yaitu jangka panjang dan jangka pendek. Secara jangka panjang, stunting dapat menyebabkan tinggi badan yang lebih pendek dari rata-rata saat dewasa, selain itu terdapat kecenderungan peningkatan risiko obesitas dan penyakit lainnya serta penurunan kesehatan reproduksi. Dalam jangka pendek, kondisi ini juga berdampak pada kapasitas belajar yang terbatas dan prestasi belajar yang kurang baik. Selain itu stunting dapat meningkatkan angka kesakitan dan kematian serta meningkatkan biaya kesehatan. Faktor-faktor yang menyebabkan stunting termasuk praktek pengasuhan yang kurang ideal, keterbatasan akses terhadap perawatan medis yang diperlukan ibu selama masa kehamilan, dan kurangnya ketersediaan makanan yang sehat di rumah tangga atau keluarga. Akses terhadap air bersih dan sanitasi yang memadai adalah faktor lain yang memengaruhi stunting [5].

2. METODE

Metode pelaksanaan pencegahan stunting dilakukan dengan cara memberikan penyuluhan tentang stunting serta sosialisasi kepada ibu-ibu yang memiliki bayi dan balita agar mengetahui pentingnya mencegah penurunan stunting pada bayi dan balita sejak ia lahir. Menjaga pola hidup

yang bersih, melakukan sanitasi, serta pola makan yang teratur.

A. Persiapan Bahan

Sebelum pelaksanaan kegiatan, langkah pertama yang dilakukan adalah persiapan bahan-bahan yang diperlukan. Bahan-bahan yang harus disiapkan meliputi plastik untuk tempat penyajian, kacang hijau sebagai bahan utama pembuatan bubur, gula untuk menambahkan rasa manis, dan karet sebagai alat pengikat atau penyekat.

B. Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan di Balai Posyandu Desa Putri Betung pada tanggal 17 Januari 2024, bertepatan pada hari Kamis. Pelaksanaan kegiatan dimulai dari jam 09.00 pagi hingga selesai. Balai Posyandu Desa Putri Betung dipilih sebagai tempat pelaksanaan karena merupakan pusat pelayanan kesehatan masyarakat yang mudah diakses oleh warga desa Putri betung [6].

C. Melakukan Sosialisasi

Sebelum bubur kacang hijau dibagikan, dilakukans sesi sosialisasi tentang pentingnya menjaga pola makan pada anak serta pencegahan stunting. Sosialisasi ini bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada orang tua atau wali tentang pentingnya memberikan nutrisi yang cukup kepada anak-anak, terutama dalam masa pertumbuhan mereka [7].

D. Pembagian Makanan

Setelah sesi sosialisasi selesai, dilanjutkan dengan pembagian bubur kacang hijau kepada bayi dan balita yang hadir di Balai Posyandu Desa Putri Betung. Bubur kacang hijau dipilih sebagai makanan karena kandungan nutrisinya yang baik untuk pertumbuhan anak-anak. Pembagian makanan dilakukan secara merata dan adil kepada setiap anak yang hadir, dengan memperhatikan kebutuhan dan jumlah yang sesuai dengan usia dan kondisi kesehatan mereka.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Program soyang berhasil meningkatkan pemahaman ibu tentang pentingnya pola makan yang sehat dan pencegahan stunting pada anak-anak melibatkan beberapa strategi yang efektif. Penyuluhan dan sosialisasi merupakan dua strategi utama yang digunakan dalam meningkatkan kesadaran dan praktik gizi yang baik di tingkat komunitas [8]. Penyuluhan dilakukan melalui berbagai kegiatan seperti seminar, workshop, dan sesi tanya jawab yang bertujuan untuk memberikan informasi yang jelas dan komprehensif tentang pentingnya pola makan yang sehat dan pengaruhnya terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak-anak. Penyuluhan ini juga mencakup informasi tentang pencegahan stunting, termasuk faktor risiko, tanda dan gejala, serta langkah-langkah yang dapat diambil untuk mencegahnya. Sosialisasi merupakan upaya untuk menyebarkan informasi tentang pola makan yang sehat dan pencegahan stunting kepada masyarakat luas melalui berbagai saluran komunikasi, seperti media massa, media sosial, dan kampanye publik. Dengan menysar berbagai lapisan masyarakat, sosialisasi dapat membantu meningkatkan kesadaran akan pentingnya gizi yang baik dan pencegahan stunting [9].

Selain itu, pembagian makanan bergizi, seperti bubur kacang hijau, juga menjadi langkah yang efektif dalam mendukung praktik pencegahan stunting. Dengan menyediakan makanan bergizi secara gratis atau dengan harga yang terjangkau, program ini membantu mengatasi masalah kekurangan nutrisi yang dapat menperlambat pertumbuhan pada anak-anak. Pembagian makanan bergizi juga dapat menjadi insentif bagi masyarakat untuk mengadopsi pola makan

yang lebih sehat dan memperhatikan gizi anak-anak mereka.

Hasil implementasi program penyuluhan dan sosialisasi menunjukkan bahwa ibu yang hadir berpartisipasi secara aktif dalam kegiatan tersebut. Mereka menunjukkan pengetahuan yang baik tentang pentingnya nutrisi yang cukup bagi pertumbuhan anak-anak dan praktik pencegahan stunting. Ini menandakan bahwa upaya penyuluhan dan sosialisasi telah berhasil dalam menyampaikan informasi yang relevan dan membangun kesadaran yang kuat di antara ibu-ibu tersebut. Salah satu indikator keberhasilan program ini adalah pembagian makanan bubur kacang hijau yang dilakukan dengan merata dan adil kepada setiap anak yang hadir, dengan mempertimbangkan usia dan kondisi kesehatan mereka. Tindakan ini menunjukkan komitmen untuk memastikan bahwa setiap anak mendapatkan nutrisi yang sesuai dengan kebutuhan mereka untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal.

Pentingnya pembagian makanan dengan cara yang merata dan adil adalah untuk memastikan bahwa tidak ada anak yang terdiskriminasi atau tidak mendapatkan cukup nutrisi karena faktor-faktor seperti status sosial atau kondisi kesehatan mereka. Dengan memastikan bahwa makanan disalurkan secara merata, program ini tidak hanya membantu mencegah stunting tetapi juga mempromosikan kesetaraan dan keadilan dalam akses terhadap nutrisi bagi semua anak. Secara keseluruhan, partisipasi aktif ibu dalam kegiatan penyuluhan dan sosialisasi, serta implementasi pembagian makanan yang merata dan adil, adalah indikator positif dari keberhasilan program dalam meningkatkan pemahaman dan praktik pencegahan stunting di komunitas tersebut. Langkah-langkah ini merupakan langkah awal yang penting dalam upaya untuk meningkatkan kesejahteraan anak-anak dan mencegah masalah gizi yang serius di masa depan [10].

4. PENUTUP

Anak yang mengalami stunting maupun status gizi kurang, secara langsung akan berpengaruh pada perkembangan motorik anak yang menyebabkan terganggunya proses tumbuh kembang dan terlambatnya perkembangan motorik. Zat gizi memegang peranan penting dalam dua tahun pertama kehidupan. Pertumbuhan dan perkembangan sel-sel otak memerlukan zat gizi yang kuat. Dengan keadaan tersebut bahwasannya pada batita stunting usia 1-3 tahun memerlukan perhatian khusus dalam pengendalian gizi guna untuk memperhatikan perkembangan motoriknya, karena dalam perkembangan motorik batita usia 1-3 tahun dengan stunting dipengaruhi zat gizi yang memegang peranan penting dalam dua tahun pertama kehidupan.



Gambar 1. Melakukan Imunisasi pada Balita di Posyandu



Gambar 2. Foto Bersama Bidan dan kader Posyandu

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Astuti, S. (2018). Gerakan Pencegahan Stunting melalui pemberdayaan masyarakat di kecamatan jatinangor kabupaten sumedang. *Dharmakarya: Jurnal Aplikasi Ipteks Untuk Masyarakat*, 7(3), 185-188.
- [2] Nugroho, M. R., Sasongko, R. N., & Kristiawan, M. (2021). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Anak Usia Dini di Indonesia. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 2269-2276.
- [3] Choliq, I., Nasrullah, D., & Mundakir, M. (2020). Pencegahan stunting di Medokan Semampir Surabaya melalui modifikasi makanan pada anak. *Humanism: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1).
- [4] Hamzah, B. (2020). Gerakan pencegahan stunting melalui edukasi pada masyarakat di desa muntoi kabupaten bolaang mongondow. *JPKMI (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia)*, 1(4), 229-235.
- [5] Kuswanti, I., & Azzahra, S. K. (2022). Hubungan pengetahuan ibu tentang pemenuhan gizi seimbang dengan perilaku pencegahan stunting pada balita. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 13(1).
- [6] Mediani, H. S., Nurhidayah, I., & Lukman, M. (2020). Pemberdayaan kader kesehatan tentang pencegahan stunting pada balita. *Media Karya Kesehatan*, 3(1).
- [7] Muhdar, M., Rosmiati, R., Tulak, G. T., Saputri, E., & Susanti, R. W. (2019). Peningkatan pengetahuan tentang pencegahan stunting pada wanita usia subur, ibu hamil dan ibu balita di kecamatan polinggona. *Logista-Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 142-148.
- [8] Puspitasari, A., Putra, W. D., & Amir, H. (2021). Pencegahan Stunting Pada Anak Di Desa Tamangapa Kec. Ma'rang Kab. Pangkep. *Idea Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 05-08.
- [9] Trisnawati, Y. (2022). Pengaruh Edukasi Stunting Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Bayi dalam Pencegahan Stunting di Posyandu Kaca Piring. *Jurnal Ilmu Kebidanan*

(Journal of Midwifery Science), 10(2), 57-66.

- [10] Vinci, A. S., Bachtiar, A., & Parahita, I. G. (2022). Efektivitas edukasi mengenai pencegahan stunting kepada kader: Systematic literature review. *Jurnal Endurance*, 7(1), 66-73.