



PENYULUHAN KESEHATAN PENGENALAN DAN PENCEGAHAN *STUNTING* PADA ANAK

Oleh

Sri Endang Kornita¹, M. Taufiq², Aidri Iswandi³, Azzahra Dinda Gefrisa⁴, Fatimah Zahra Karim⁵, Safna Rahmah Indrayni⁶, Kartika Meynar⁷, Sardiy⁸, Kurnia Ningsih⁹, Bella Karmelia¹⁰, Reski Ramanda¹¹

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11}Universitas Riau, Indonesia

Email: sri.endangkornita@lecturer.unri.ac.id

Article History:

Received: 26-08-2023

Revised: 18-09-2023

Accepted: 29-09-2023

Keywords:

Counseling and
Prevention, Stunting,
Sweeping

Abstract: *The problem of stunting is a very important issue and must be addressed together. The main factors that need to be faced in efforts to prevent stunting are poverty and lack of knowledge. Prevention of stunting needs to start when the fetus is in the mother's womb. The importance of a child's First 1000 Days of Life period should not be ignored. To reduce the number of stunting cases, cooperation between the government, health services, social services and the community is very necessary. One of effective way to reduce stunting rates is to increase public awareness through outreach regarding stunting prevention and promotion of healthy eating patterns. In order to make this happen, a community service program has been carried out by the Kukerta team in Ratu Sima Village, South Dumai District, Dumai City, Riau Province. This region has a population of around 10,455 people, with the majority of residents working as entrepreneurs. Based on data from previous reports of Posyandu Tengku Maharatu health workers, there were 3 children who experienced the impact of stunting in the area. Therefore, this program aims to take concrete steps to prevent and reduce stunting rates in Ratu Sima Village. Program activities were carried out at Posyandu Tengku Maharatu on August 12, 2023 using various educational methods, such as outreach, videos, browsers and banners related to stunting prevention and healthy eating patterns. During the implementation of the program, intensive education was carried out regarding preventing stunting and providing healthy food to children in the sub-district. Apart from that, educational materials are also distributed through print media in the form of brochures and banners which are given to the community and local posyandu. Then take part in sweeping and health outreach activities at SDN 002 Ratu Sima by providing education about the importance of eating fish. Overall, this educational program regarding stunting received a positive response from the community, which gives hope that stunting rates can be minimized in the future*



PENDAHULUAN

Kejadian stunting diidentifikasi berdasarkan ukuran tinggi badan anak atau panjang badan bayi menurut umur. Jika berdasarkan pengukuran tersebut memiliki nilai z-score < -2 SD maka anak atau bayi dikategorikan *stunting* (Oktavia, 2020). Anak balita yang mengalami *stunting* menunjukkan adanya masalah gizi kronis yang perlu diatasi dan dicegah melalui praktik pemberian makanan yang benar dan sesuai standar. Masalah *stunting* pada anak merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang serius dan berdampak jangka panjang terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Kondisi Kesehatan ini mengacu pada anak yang mengalami hambatan pertumbuhan yang signifikan akibat kekurangan gizi, kurangnya asupan nutrisi yang memadai dan kondisi lingkungan yang sehat. *Stunting* berdampak serius pada kesehatan anak, baik secara fisik maupun mental dan dapat mempengaruhi produktivitas dan kualitas hidup di masa depan.

Balita yang mengalami stunting merepresentasikan adanya masalah gizi kronis yang perlu diperbaiki melalui upaya pencegahan dan pengurangan gangguan secara langsung dan tidak langsung. Penanggulangan masalah *stunting* sangat efektif dilakukan pada 1000 hari kehidupan. Periode 1000 Hari Pertama Kehidupan meliputi 270 hari selama kehamilan, dan 730 hari pertama setelah bayi yang dilahirkan telah dibuktikan secara ilmiah merupakan periode kritis yang menentukan kualitas kehidupan (Bappenas RI, 2012). Di Indonesia, *stunting* masih menjadi masalah yang perlu diperhatikan dengan serius. Berdasarkan hasil survey status gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, angka prevalensi *stunting* di Indonesia sebesar 21,4% di atas batas ketetapan WHO yaitu dibawah 20% sehingga diperlukan penurunan 3,8% per tahun untuk mencapai target 14% tahun 2024. Angka ini menunjukkan bahwa hampir satu dari tiga anak di Indonesia mengalami *stunting*, yang mengancam potensi pertumbuhan dan perkembangan mereka.

Berdasarkan hasil Survey Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, prevalensi stunting di Provinsi Riau 17% lebih baik dibanding tahun 2021 sebesar 22,3%. Kelurahan Ratu Sima adalah salah satu kelurahan yang berada di Kecamatan Dumai Selatan, Kota Dumai, Provinsi Riau yang memiliki jumlah penduduk sekitar 10.445 jiwa, dengan mayoritas penduduk berprofesi sebagai wiraswasta. Berdasarkan data laporan tenaga kesehatan Posyandu Tengku Maharatu sebelumnya, terdapat 3 anak yang mengalami dampak stunting di wilayah tersebut. Tim Kukerta Ratu Sima mengetahui bahwa pemahaman Masyarakat Ratu Sima tentang masalah *stunting* pada anak masih cukup rendah dan beberapa anak mengalami *stunting*, meskipun pemerintah Kecamatan Dumai Selatan sendiri sudah memiliki program untuk melakukan gerakan pencegahan stunting di usia dini.

Masyarakat Kelurahan Ratu Sima kurang memahami terhadap pentingnya kesehatan pada ibu dan anak. Salah satu program kegiatan yang dijalankan tenaga Kesehatan Kelurahan Ratu Sima yakni *sweeping*. *Sweeping* dilakukan satu bulan sekali setelah pelaksanaan posyandu balita dan lansia selesai, dengan mendatangi langsung rumah warga yang belum diperiksa dan imunisasi. Pelaksanaan *sweeping* imunisasi ini bertujuan untuk meningkatkan kesehatan balita agar tidak mengalami gizi buruk maupun *stunting*.

Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pemahaman dan kepedulian terhadap masalah *stunting* pada anak adalah melalui sosialisasi mengenai pencegahan *stunting* dan promosi pola makan sehat. Untuk itu Tim Kukerta Ratu Sima mengambil kesempatan dalam memberikan sosialisasi kesehatan di SDN 002 Ratu Sima. Hal ini guna menambah pemahaman pada siswa mengenai pentingnya pola makan yang sehat. Edukasi



sangat penting dilakukan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pencegahan *stunting* melalui sosialisasi dan promosi pola makan yang sehat.

Oleh karena itu, Kukerta Universitas Riau dalam program pengabdian ini bertujuan untuk mengambil langkah konkret dalam mencegah dan penurunan angka *stunting* di Kelurahan Ratu Sima. Kegiatan program dilaksanakan di Posyandu Tengku Maharatu pada tanggal 12 Agustus 2023 dengan menggunakan berbagai metode edukasi, seperti sosialisasi, video, browser, dan banner yang berkaitan dengan pencegahan *stunting* serta pola makan yang sehat. Kegiatan dilakukan bersama tenaga kesehatan Posyandu Tengku Maharatu dan Mahasiswa Kukerta Ratu Sima bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan kepedulian masyarakat terhadap masalah *stunting*. Secara keseluruhan, program edukasi mengenai *stunting* ini mendapat respon positif dari masyarakat, yang memberikan harapan agar angka *stunting* dapat diminimalkan di masa depan.

METODE

Metode pelaksanaan yang dilakukan dalam penyuluhan kesehatan mengenai pengenalan dan pencegahan *stunting* ini adalah sosialisasi dan edukasi terkait beberapa hal dan menggunakan prosedur perencanaan, persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Dalam tahap perencanaan dilakukan diskusi bersama beberapa pihak termasuk pihak Puskesmas Bumi Ayu terkait pelaksanaan sosialisasi dan juga dipilih tema sosialisasi yaitu Sosialisasi Pengenalan dan Pencegahan *Stunting*. Setelah proses perencanaan, dilanjutkan ke tahap persiapan. Hal-hal yang perlu dipersiapkan di antaranya adalah perizinan, materi, tempat dan waktu pelaksanaan serta sarana dan prasarana. Perizinan dilakukan kepada mitra terkait yaitu pihak Puskesmas Bumi Ayu dan Ibu-ibu Kader Posyandu Tengku Maharatu. Setelah dilakukan perizinan juga disepakati terkait tanggal pelaksanaan, waktu dan juga sarana serta prasarana yang disediakan oleh Pihak Puskesmas Bumi Ayu dan Staf Kelurahan Ratu Sima. Selanjutnya persiapan materi yang akan digunakan yaitu materi yang berkaitan dengan *stunting*. Tahap pelaksanaan, Tim Kukerta mengumpulkan ibu-ibu dan balita di Posyandu yang telah disediakan dan selanjutnya pemberian materi yang disampaikan oleh perwakilan anggota Kukerta. Kemudian, Tim Kukerta melakukan pemberian makanan bergizi kepada balita yang datang ke posyandu. Setelah semua kegiatan selesai, dilakukan evaluasi berupa pengamatan saat pelaksanaan berlangsung mengenai respon dan tanggapan ibu-ibu balita terhadap sosialisasi yang dilakukan. Selain sosialisasi yang diadakan di Posyandu, dilaksanakan pula sosialisasi kesehatan di SDN 002 Ratu Sima guna menambah pemahaman pada siswa mengenai pentingnya pola makan yang sehat untuk meningkatkan pemahaman dan kepedulian terhadap masalah *stunting* pada anak dan promosi pola makan sehat. Kegiatan ini dilaksanakan dengan menampilkan video edukasi melalui tampilan *power point* dan mengajak mereka untuk lebih banyak mengetahui manfaat mengonsumsi ikan untuk pertumbuhan dan perkembangan.

HASIL

Melihat pentingnya penyuluhan kesehatan dan pencegahan serta pengurangan angka *stunting* pada anak di Indonesia dan setelah melalui diskusi dengan beberapa pihak maka, kami Tim Kukerta Kelurahan Ratu Sima mengadakan beberapa kegiatan yang bertujuan untuk membantu di Kelurahan Ratu Sima.



Pengenalan dan Pencegahan Stunting

Penyuluhan dilakukan untuk memberikan informasi tentang *stunting* yang terdiri atas gambaran secara umum tentang *stunting*, penyebab *stunting*, dampak *stunting* dan upaya pencegahan dan penanganan *stunting*. Program pengenalan dan pencegahan *stunting* adalah salah satu upaya pengayoman kesehatan yang bertujuan untuk memberikan pemahaman dan edukasi kepada masyarakat mengenai *stunting* dan pentingnya untuk diketahui upaya pencegahan *stunting* pada proses tumbuh kembang anak terlebih pada 1000 Hari Pertama Kehidupan. *Stunting* adalah suatu keadaan yang ditunjukkan dengan terhambatnya pertumbuhan yang bersifat kronis yang disebabkan oleh malnutrisi jangka panjang. Menurut WHO Child Growth Standard, *stunting* didasarkan pada indeks panjang badan dibanding umur (PB/U) atau tinggi badan dibanding umur (TB/U) dengan batas (z-score) kurang dari -2 SD (Kemenkes RI).

Data terakhir berdasarkan survei status gizi balita tahun 2022, prevalensi *stunting* di Indonesia mengalami penurunan menjadi 21,7% dimana data sebelumnya yaitu data Riskeddas tahun 2018 pada angka kejadian 30,8%. Namun, penurunan tersebut belum mencapai target yang ditentukan oleh WHO yaitu 20% dan berdasarkan angka kejadian *stunting* sebesar 21,7% saat ini menunjukkan bahwa *stunting* merupakan permasalahan kekurangan gizi yang masih tetap menjadi prioritas pembangunan kesehatan di Indonesia. Oleh sebab itu, upaya pencegahan dan penanganan perlu dilakukan untuk mencapai penurunan angka *stunting* yang ditetapkan oleh WHO juga sebagai target pembangunan kesehatan Indonesia sehingga dapat mencapai angka di bawah 20% yaitu 14% di tahun 2024 (Muchtar et al, 2023).

Berdasarkan hasil survei oleh tenaga kesehatan dan bidang desa Kelurahan Ratu Sima terhadap posyandu di Kelurahan Ratu Sima, terdapat 3 orang anak yang mengalami *Stunting*. Tetapi kebanyakan orang tua merasa bahwa anaknya baik-baik saja dan mengatakan tidak perlu diperiksa lebih lanjut. Keadaan ini, Mahasiswa KKN mengadakan sosialisasi *stunting* kepada masyarakat khususnya ibu-ibu di posyandu dengan tujuan memberikan rasa kewaspadaan sejak dini. Pada sosialisasi ini, Mahasiswa menjelaskan tentang *Stunting* terkhusus pada definisi, ciri-ciri, dan pencegahan *Stunting*. Penjelasan materi terkait *Stunting* dilakukan oleh perwakilan Tim Kukerta. Hal-hal yang berkaitan dengan *Stunting* dipaparkan secara mendetail dan terlaksana interaksi antara mahasiswa dan masyarakat melalui forum diskusi bersama dengan pihak Puskesmas Bumi Ayu hasilnya ibu-ibu dapat mengetahui dan mulai memahami tentang *Stunting*. *Stunting* yang menjadi focus kami dalam kegiatan ini adalah cara pencegahan, harapannya masyarakat dapat menjadi lebih peduli dan memiliki kewaspadaan dalam pencegahan *Stunting*.



Gambar 1. Penyuluhan Kesehatan di Posyandu T. Maharatu (Sumber: Dokumentasi Pribadi)

Indonesia memiliki tingkat stunting mencapai 30,8% pada 2018 dan 27,7% pada tahun 2019. Walaupun mengalami penurunan, Indonesia menduduki peringkat 108 dari 132 negara dengan prevalensi stunting terbesar di dunia. Dalam berbagai indikator, pencegahan stunting di Indonesia juga masih mengalami tantangan, diantaranya kasus Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR) yang masih meningkat (5,7% pada 2013 dan 6,25% pada 2018), proporsi imunisasi dasar lengkap masih menunjukkan penurunan (59,2% pada 2013 dan 57,9% pada 2018), ibu dan balita dengan kondisi kekurangan energi yang belum mendapatkan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) masih cukup tinggi (74,8% dan 59%), serta anemia pada ibu hamil yang meningkat (37,1% pada 2013 dan 48,9 pada 2018) (Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan 2018). Sedangkan faktor determinan stunting di Negara berkembang diantaranya yaitu praktik pemberian makanan, budaya dan etnis, terlambat dalam inisiasi menyusui, kurangnya pengetahuan dan pemahaman ibu terkait menyusui dan diet bayi, praktik keluarga berencana, jarak antar kehamilan, vaksinasi, dan pendidikan orang tua (Aramico et al, 2020).

Menanggapi data di atas, Indonesia menetapkan bahwa *stunting* masuk ke dalam salah satu program prioritas nasional. Untuk mewujudkan target stunting 14% pada 2024, pemerintah melalui Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan (TNP2K) menyiapkan sebuah strategi nasional yang bernama Strategi Nasional Percepatan Penanggulangan Stunting. Dalam strategi nasional tersebut, terdapat kendala yaitu kurangnya advokasi, kampanye, dan diseminasi terkait *stunting*. Edukasi yang dilakukan kepada kader kesehatan terkait stunting termasuk ke dalam strategi spesifik pengembangan kapasitas penyelenggara (Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan, 2018).

Selain melakukan kegiatan penyuluhan mengenai *stunting*, dilakukannya kegiatan lain untuk mencegah *stunting* pada anak balita berupa pemberian makanan bergizi berupa puding, bubur, buah dan susu.



Gambar 2. Pemberian Makanan Bergizi (Sumber: Dokumentasi Pribadi)

Beberapa faktor yang saling berhubungan di antaranya adalah faktor gizi yang terdapat pada makanan. Kualitas dan kuantitas asupan gizi pada makanan anak perlu mendapat perhatian karena asupan akan zat gizi sangat dibutuhkan guna menunjang pertumbuhan. Hal ini menunjukkan bahwa untuk mendukung asupan gizi yang baik perlu ditunjang oleh kemampuan ibu dalam memberikan pengasuhan yang baik bagi anak. Hal ini seperti dalam praktek pemberian makan, praktek kebersihan diri atau lingkungan maupun praktek pencarian pengobatan (Hana & Martha, 2012).

Sosialisasi Pentingnya Makan Ikan

Program sosialisasi pentingnya makan ikan merupakan salah satu upaya yang dilakukan untuk meningkatkan konsumsi ikan dengan membentuk sikap yang positif gemar makan ikan pada anak usia sekolah di di SDN 002 Ratu Sima. Kecukupan gizi sangat diperlukan oleh setiap individu, termasuk kelompok anak usia sekolah. Kelompok anak usia sekolah (6-12 tahun) merupakan salah satu kelompok rentan gizi. Data Riskesdas tahun 2013 menunjukkan bahwa secara nasional prevalensi pendek (stunting) pada anak umur 5-12 tahun adalah 30,7% (12,3% sangat pendek dan 18,4% pendek). Selain itu, data juga menunjukkan bahwa secara Nasional prevalensi kurus (menurut IMT/U) pada anak umur 5-12 tahun adalah 11,2%, terdiri dari 4,0% sangat kurus dan 7,2% kurus.

Jika anak sekolah mengalami kekurangan protein maka akan berakibat terhambatnya pertumbuhan fisik karena pada usia ini pertumbuhan anak terutama penambahan tinggi badan sangat pesat dan untuk itulah diperlukan protein. Selain itu, kekurangan asupan protein pada anak usia sekolah juga akan berakibat pada terhambatnya perkembangan sel otak karena otak membutuhkan protein untuk membangun dan menjaga sel-sel otak. Anak sekolah yang kekurangan protein juga akan mempunyai daya tahan tubuh yang kurang, karena protein dibutuhkan untuk antibodi atau kekebalan tubuh terhadap penyakit. Salah satu sumber bahan makanan yang kaya akan kandungan zat gizi adalah ikan. Ikan termasuk sumber protein yang bermutu tinggi. Protein pada ikan memiliki komposisi dan jumlah asam amino esensial yang lengkap. Absorpsi protein ikan lebih tinggi dibandingkan daging sapi, ayam, dan lain-lain. Hal ini dikarenakan daging ikan mempunyai serat protein lebih pendek daripada serat protein daging sapi atau daging ayam.



Sosialisasi ini telah dilaksanakan di SDN 002 Kelurahan Ratu Sima. Sebelum penyampaian materi sosialisasi gemar makan ikan, dilakukan pre test untuk mengetahui sikap siswa terhadap gemar makan ikan dengan menanyakan konsumtif mereka terhadap ikan. Dari respon mereka menunjukkan masih terdapat beberapa anak yang memang tidak suka makan ikan. Sehingga dilanjutkan dengan penyampaian intervensi berupa promosi gemar makan ikan melalui penampilan materi dengan menggunakan media slide yang dilengkapi tulisan dan gambar. Informasi yang disampaikan meliputi informasi tentang potensi hasil perikanan Indonesia, tingkat konsumsi ikan masyarakat Indonesia, kandungan zat gizi pada ikan, manfaat ikan bagi kesehatan, terutama bagi anak usia sekolah. Materi disampaikan. Setelah semua intervensi sosialisasi gemar makan ikan selesai, respon siswa menunjukkan sikap yang positif terhadap gemar makan ikan.

Promosi gizi pada hakikatnya adalah suatu kegiatan atau usaha menyampaikan pesan gizi kesehatan kepada masyarakat, kelompok ataupun perorangan (individu). Diharapkan bahwa dengan adanya pesan tersebut, maka masyarakat, kelompok atau individu dapat memperoleh pengetahuan tentang gizi dan kesehatan yang lebih baik. Pengetahuan tersebut selanjutnya diharapkan dapat membentuk sikap yang baik, dan pada akhirnya diharapkan dapat berpengaruh terhadap tindakan atau perilaku gizi dan kesehatan pada sasaran (Prameswari, G. N., 2018).



Gambar 3. Sosialisasi Pentingnya Makan Ikan di SDN 002 Ratu Sima

KESIMPULAN

Dari perspektif pengedukasian kepada masyarakat, kegiatan sosial yang kami lakukan sangat penting untuk mendorong masyarakat untuk mulai peduli terhadap kondisi kesehatan ini. Setelah melakukan penyuluhan, masyarakat terutama ibu-ibu mengetahui cara mengurangi *stunting*, dan cara mencegah *stunting* pada anak. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan menjadi wadah edukasi yang diharapkan dapat memberikan sedikit pemahaman kepada masyarakat mengenai pentingnya mencegah *stunting* pada anak. Saran kami untuk tim Kukerta selanjutnya yang ingin mengabdikan di kemudian hari adalah terus memantau semua kegiatan yang telah diadakan sebelumnya dan melaksanakan kegiatan baru secara berkesinambungan agar kegiatan dapat terlaksana secara maksimal.

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada pihak Puskesmas Bumi Ayu, Kader



Posyandu Kelurahan Ratu Sima, dan pihak SDN 002 Ratu Sima yang telah membantu pelaksanaan kegiatan sehingga artikel ini dapat terselesaikan dengan baik dan tepat pada waktunya. Kami juga berterima kasih kepada Dosen Pembimbing Lapangan, Ibu Dr. Sri Endang Kornita, SE, M, Si yang telah membimbing kami selama pelaksanaan kegiatan Kuliah Kerja Nyata di Kelurahan Ratu Sima.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Aramico, B., Huriyati, E., & Dewi, F. S. T. (2020). *Determinant Factors of Stunting and Effectiveness of Nutrition, information, Education, Interventions to Prevent Stunting in the First 1000 Days of Life: A Systematic Review*.
- [2] <https://doi.org/10.26911/the7thicph.03.15>
- [3] Bappenas, RI. (2012). *Pedoman Perencanaan Program Gerakan Sadar Gizi dalam Rangka Seribu Hari Pertama Kehidupan (1000) HPK*.
- [4] Hana, S. A., & Martha, I. K. (2012). Faktor Risiko Kejadian Stunting Pada Anak Usia 12-36 Bulan Di Kecamatan Pati, Kabupaten Pati. *Journal of Nutrition College*, 1(1), 30-37.
- [5] Muchtar, F., Rejeki, S., Elvira, I., & Hastian, H. (2023). Edukasi Pengenalan Stunting Pada Remaja Putri. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Terintegrasi*, 2(2), 139.
- [6] Oktavia, L. (2020). Stunting pada Remaja Kawasan Buruh Industri dan Nelayan di Kota Surabaya. *Biokultur*, 9(1), 1-14.
- [7] Prameswari, G. N. (2018). Promosi gizi terhadap sikap gemar makan ikan pada anak usia sekolah. *Journal of Health Education*, 3(1), 1-6.
- [8] Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan. (2018). *Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting 2018-2024 (National Strategy for Accelerating Stunting Prevention 2018-2024)*. Sekretariat Wakil Presiden Republik Indonesia.
- [9] <http://tnp2k.go.id/filemanager/files/Rakornis>