

Menghindari *Stunting* Dengan Meningkatkan Gizi yang Seimbang Untuk Memperdayakan Kemandirian Kesehatan Pada Anak Usia Dini

¹Made Ayu Anggreni, ²I Gede Dharma Utamayasa, ³Moh. Hanafi, ⁴Niken Sari Hartono Putri, ⁵Nauval Andi Achmad Fauzi

¹Pendidikan Guru Anak Usia Dini¹, Pendidikan Jasmani, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, Indonesia

^{2,3,4,5}Fakultas Pedagogi dan Psikologi, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, Indonesia

Email: madeayu@unipasby.ac.id

INFORMASI ARTIKEL

ABSTRAK

Kata Kunci:

Stunting
Gizi
Kemandirian Kesehatan
Anak Usia Dini

Program pemberdayaan kemandirian kesehatan adalah program yang sangat mementingkan kesehatan pada balita dan anak usia dini khususnya untuk menghindari terjadinya stunting. Kurang gizi dan stunting merupakan dua masalah yang saling berhubungan. Desa Grogol Kecamatan Tulangan memiliki kepadatan penduduk yang tidak merata, tingkat pendidikan dan sosial ekonomi sebagian masyarakat yang masih rendah, kesehatan bayi, anak balita, ibu hamil dan ibu menyusui masih memerlukan perhatian yang seksama dan gejala stunting yang diderita anak. Status gizi balita merupakan salah satu indikator yang menggambarkan tingkat status gizi masyarakat. Posyandu sebagai salah satu wahana pelayanan terpadu tetap memberikan pelayanan Kesehatan dasar bagi masyarakat antara lain memberikan penyuluhan terkait gizi dan stunting. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan informasi kepada ibu hamil dan ibu yang memiliki balita dan anak usia dini tentang pencegahan terjadinya stunting pada balita dan anak usia dini. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah metode workshop. Hasil dari kegiatan workshop ini yaitu workshop adanya pemahaman peserta tentang stunting, gizi yang seimbang dan penyusunan menu makanan.

ABSTRACT

Keywords:

Stunting
Nutrition
Health Independence
Early Childhood

The health independence empowerment program is a program that places great importance on the health of toddlers and young children, especially to prevent stunting. Malnutrition and stunting are two interrelated problems. Grogol Village, Tulangan District, has an unequal population density, the educational and socio-economic levels of some people are still low, the health of infants, toddlers, pregnant women and breastfeeding mothers still requires careful attention and symptoms of stunting in children. The nutritional status of children under five is an indicator that describes the level of nutritional status of the community. Posyandu as an integrated service vehicle continues to provide basic health services for the community, including providing counseling related to nutrition and stunting. This community service activity aims to provide information to pregnant women and mothers with toddlers and early childhood about the prevention of stunting in toddlers and early childhood. The method used in this activity is the workshop method. The results of this workshop activity are workshop participants' understanding of stunting, balanced nutrition and preparation of food menus.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



I. PENDAHULUAN

Desa Grogol Kecamatan Tulangan memiliki kepadatan penduduk yang tidak merata, tingkat pendidikan dan sosial ekonomi sebagian masyarakat yang masih rendah, kesehatan bayi, anak balita, ibu hamil dan ibu menyusui masih memerlukan perhatian yang seksama dan gejala stunting yang diderita anak. Menurut Organisasi

1372

Kesehatan Dunia atau *World Health Organization* (WHO) stunting adalah gangguan perkembangan pada anak yang disebabkan gizi buruk pada saat balita, terserang infeksi yang berulang, maupun stimulasi psikososial yang tidak memadai. Stunting pada anak harus menjadi perhatian dan diwaspadai. Kondisi ini dapat menandakan bahwa nutrisi anak tidak terpenuhi dengan baik. Jika dibiarkan tanpa penanganan, stunting bisa menimbulkan dampak jangka panjang kepada anak. Anak tidak hanya mengalami hambatan pertumbuhan fisik, tapi nutrisi yang tidak mencukupi juga memengaruhi kekuatan daya tahan tubuh hingga perkembangan otak anak. Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita (bayi di bawah 5 tahun) akibat dari kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu pendek untuk usianya.

Status gizi balita merupakan salah satu indikator yang menggambarkan tingkat status gizi masyarakat. Salah satu cara penilaian status gizi balita adalah dengan pengukuran antropometri yang menggunakan Indeks Masa Tubuh (IMT) yaitu pengukuran tubuh dibandingkan umur, berat badan/ umur (BB/U), berat badan per tinggi badan 33 (BB/TB), atau tinggi badan per umur (TB/U). Berikut tabel status gizi balita berdasarkan indeks BB/TB.

Tabel 1. Status Gizi Balita

NO	PUSKESMAS	DESA KELURAHAN	JUMLAH BALITA 0-59 BULAN YANG DITIMBANG	BALITA GIZI KURANG (BBIU)		JUMLAH BALITA 0-59 BULAN YANG DIUKUR TINGGI BADAN	BALITA PENDEK (TBIU)		JUMLAH BALITA 0-59 BULAN YANG DIUKUR	BALITA KURUS (BBI/TB)	
				JUMLAH	%		JUMLAH	%		JUMLAH	%
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	TULANGAN	Tulangan	170	11	6,5	168	24	14,3	171	13	7,6
2		Kajeksan	104	16	15,4	104	16	15,4	104	11	10,6
3		Singopadu	93	8	8,6	93	11	11,8	94	7	7,4
4		Kemantren	177	22	12,4	177	25	14,1	178	8	4,5
5		Medalem	55	6	10,9	54	15	27,8	56	4	7,1
6		Sudimoro	208	28	13,5	206	38	18,4	206	17	8,3
7		Grogol	210	29	13,8	207	38	18,4	210	11	5,2
8		Modong	147	13	8,8	146	14	9,6	147	14	9,5
9		Grinting	113	9	8,0	111	12	10,8	114	7	6,1
10		Kepuh Kemiri	274	37	13,5	269	27	10,0	269	26	9,7
11		Kepunten	92	9	9,8	92	13	14,1	93	6	6,5
12		Grabagan	368	43	11,7	355	58	16,3	361	36	10,0
JUMLAH (KABIKOTA)			2.011	231	11,5	1.982	291	14,5	2.003	160	8,0

Jumlah balita di kecamatan adalah 5.093 balita. Jumlah balita yang ditimbang 2.011 balita, dengan balita Gizi Kurang sebanyak 231 balita (11.5%). Jumlah balita yang di ukur tinggi badan terdapat 1.982 balita, dengan balita pendek sebanyak 291 balita (14.5%) . Sedangkan jumlah balita yang di ukur berat badan hanya 2.003 balita, dengan jumlah balita kurus sebanyak 160 (8%).

Program pemberdayaan kemandirian kesehatan adalah program yang sangat mementingkan kesehatan pada balita dan anak usia dini khususnya untuk menghindari terjadinya stunting. Salah satu upaya pemberdayaan masyarakat yang efektif adalah dengan melibatkan masyarakat itu sendiri (Andriyani.dkk, 2017). Upaya yang dapat dilakukan untuk mempercepat pemberdayaan kemandirian kesehatan masyarakat adalah dengan menjalin komunikasi melalui kunjungan intensif kepada pukesmas atau layanan kesehatan dan masyarakat atau orang tua. Dalam rangkaian pelaksanaan kegiatan ini, hal yang menjadi pokok program pengabdian adalah kemandirian kesehatan Karenanya hal pertama dilakukan adalah memberikan pengetahuan dan informasi kepada masyarakat setempat agar dapat mencegah terjadinya stunting pada anak usia dini dengan pelatihan atau workshop melalui GEBETING (Gerakan Bebas Stunting). Diharapkan melalui kegiatan

ini, anggota keluarga dapat berpartisipasi dalam penurunan angka stunting di Desa Grogol Kecamatan Tulangan Kabupaten Sidoarjo.

Dampak stunting secara umum dapat diklasifikasikan menjadi 2 yaitu dampak yang terjadi dalam jangka waktu relatif cepat dan dampak yang dapat dilihat dalam jangka waktu yang relatif lama. Dampak stunting yang dapat segera terlihat antara lain: 1) meningkatnya angka kesakitan dan kematian; 2) perkembangan anak yang tidak optimal pada aspek kognitif, motorik, dan verbal; serta 3) meningkatnya pengeluaran untuk biaya kesehatan. Adapun dampak stunting dalam jangka waktu lama antara lain: 1) ukuran tubuh yang tidak optimal pada saat dewasa; 2) meningkatnya risiko penyakit degeneratif seperti obesitas, hipertensi, jantung dan lain-lain; 3) menurunnya kondisi kesehatan reproduksi; 4) rendahnya kapasitas belajar saat sekolah; dan 5) produktivitas dan kapasitas kerja yang rendah. Penelitian yang dilakukan Rahayu & Khairiyati (2014) menunjukkan ibu yang memiliki tingkat pengetahuan gizi kategori rendah sebagian besar memiliki balita yang mengalami stunting. Wulandari & Muniroh (2021) juga menyatakan bahwa pengetahuan ibu merupakan faktor risiko kejadian stunting pada balita.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan informasi kepada ibu hamil dan ibu yang memiliki balita dan anak usia dini tentang pencegahan terjadinya stunting pada balita dan anak usia dini. Dalam kegiatan ini melibatkan mahasiswa Pendidikan Jasmani dengan tujuan yaitu mengimplementasikan MBKM dengan memberikan pengalaman dalam bidang Kesehatan yang langsung terjun ke masyarakat untuk mempersiapkan mahasiswa sebagai generasi handal dan peduli lingkungan khususnya pada anak usia dini di perdesaan.

II. MASALAH

Penyebab masalah gizi, diantaranya stunting terdiri atas akar masalah, faktor penyebab tidak langsung serta penyebab langsung. Akar masalah terdiri atas akses pelayanan, keuangan dan SDM yang tidak memadai dan faktor sosial, budaya, ekonomi, politik. Pelayanan pemerintah kepada masyarakat terkait pelayanan pendidikan, kesehatan, sosial dan ekonomi yang tidak memadai memunculkan masalah yang menjadi penyebab tidak langsung terjadinya stunting.

1. Faktor Sosial Budaya

Dilihat dari faktor sosial stunting pada anak usia dini terjadi karena Pola asuh tidak memadai dan kurangnya pemantauan orang tua terhadap lingkungan sekitar. Dilihat dari faktor budaya masih ada nilai budaya didesa Grogol Kecamatan Tulangan Kabupaten Sidoarjo yang melekat dalam kehidupan masyarakat perdesaan. Diantara kebiasaan pantangan makan pada ibu hamil dan pola makan yang salah pada balita. Misalnya tradisi pemberian makan pisang pada bayi usia di bawah enam bulan agar anak kenyang dan tidak rewel masih banyak dilakukan. Padahal, pada periode tersebut asupan gizi terbaik bagi bayi adalah air susu ibu (ASI) eksklusif.

2. Faktor Ekonomi

Dilihat dari faktor Ekonomi Rendahnya pendapatan dapat menyebabkan rendahnya kemampuan memenuhi kebutuhan keluarga termasuk pangan dan sarana sanitasi lingkungan. Faktor pelayanan kesehatan yang kurang memadai dapat memengaruhi kondisi kesehatan ibu saat hamil. Kondisi ibu hamil yang perlu diperhatikan meliputi status gizi, kadar haemoglobin darah (Hb) dan tingkat asupan gizi. Kondisi ibu hamil yang kurang sehat berhubungan dengan kondisi kesehatan janin yang dikandungnya. Faktor penyebab langsung terdiri atas asupan makan yang kurang dan adanya penyakit infeksi pada balita. Kurangnya asupan zat gizi pada bayi dan balita dapat disebabkan bayi tidak mendapatkan Inisiasi Menyusu Dini (IMD) saat baru lahir, dan bayi tidak mendapat ASI secara eksklusif sampai usia 6 bulan. Adapun kesakitan pada bayi yang dapat menyebabkan stunting antara lain Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR), asma, diare, infeksi saluran pernapasan atas (ISPA), dan adanya kelainan tubuh. Stunting sebagai faktor risiko rendahnya kecerdasan seseorang, gangguan perkembangan anak, rentan terjadi penyakit tidak menular, menurunnya produktivitas kerja sehingga menyebabkan sosial ekonomi rendah.

3. Faktor Politik

Dilihat dari faktor Politik yaitu kurangnya perhatian pemerintah terhadap stunting pada anak usia dini di daerah perdesaan khususnya di Desa Grogol Kecamatan Tulangan Kabupaten Sidoarjo. Hal ini bias

dilihat dari minimnya sarana dan prasarana yang dimiliki oleh bidang kesehatan untuk mencegah terjadinya stunting.



Gambar 1. Lokasi PKM Desa Grogol Tulangan Sidoarjo

III. METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah metode workshop. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 21-23 Desember 2022. Workshop dibagi menjadi tiga tema kegiatan yaitu: tentang pentingnya menjaga pola asuh pada anak untuk menghindari terjadinya stunting, pentingnya menjaga asupan nutrisi untuk meningkatkan gizi yang seimbang pada ibu hamil, balita dan anak usia dini dikala ekonomi menurun dan GEBETING (Gerakan Bebas Stunting) pada anak Usia Dini, cek kesehatan, pemberian suplemen atau vitamin dan pemberian makanan bergizi secara periodik saat kegiatan posyandu dengan narasumber yang ahli dibidangnya. Masing-masing ibu hamil, anak balita dan anak usia dini mendapatkan vitamin dan makanan bergizi untuk mencegah terjadinya stunting. Kegiatan ini dibantu mitra kader posyandu di Balai Desa Grogol Tulangan, jumlah peserta yang ditargetkan sebanyak 30 peserta pada ibu hamil, anak usia <5 tahun dan balita. Workshop pada kegiatan ini dimulai pada pukul 08.00 sampai selesai. Setelah akhir kegiatan dilakukan cek Kesehatan yang didampingi oleh kader posyandu dan narasumber.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pertama adalah tim pelaksana pengabdian kepada Desa Grogol Tulangan Sidoarjo. Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 21 Desember 2022 di Balai Desa Grogol Sidoarjo. Kegiatan ini dilakukan dengan tujuan untuk memberikan gambaran serta pemahaman tentang perekonomian yang terjadi saat ini. Tim pelaksana pengabdian menunjuk ahli dibidang ekonomi untuk memberikan pemaparan kepada peserta posyandu. Kegiatan ini juga didampingi oleh tim kader posyandu Desa Grogol selaku mitra kegiatan ini. Pemerintah Desa Grogol sangat memberikan dukungan penuh terhadap terlaksananya kegiatan pengabdian ini.



Gambar 2. Kegiatan workshop penyuluhan stunting

Kegiatan yang kedua dilakukan pada tanggal 22 Desember 2022, pada kegiatan ini peserta posyandu Desa Grogol diberikan pemahaman mengenai pentingnya pola asuh orang tua untuk mencegah stunting dan pemberian makanan bergizi bagi anak usia dini <5 tahun. Pada posyandu di balai Desa Grogol terdiri dari 6 pos. jadi dari 6 pos itu dipilih untuk mengikuti workshop mengenai pencegahan stunting dan pemberian makanan bergizi. Pada hari kedua ini semua peserta sangat antusias mengikuti kegiatan dari awal acara sampai dengan akhir acara dan juga dapat dukungan dari pihak Desa Grogol.

Pada hari ketiga dalam pertemuan membahas mengenai penyuluhan tentang Gebeting (gerakan bebas stunting), cek kesehatan, pemberian suplemen atau vitamin dan memberikan makanan bergizi. Pada hari ketiga ini semua peserta pada anak usia dini dibawah <5tahun dan balita dilakukan cek Kesehatan yang di damping oleh ahli Gizi dari puskesmas Tulangan. Pada kegiatan ini juga diberikan cara penyusunan menu gizi yang seimbang.

Pada sesi sambutan yang disampaikan oleh perwakilan pihak desa menyampaikan dukungan atas kegiatan posyandu ini untuk mencegah stunting. Di Desa Grogol masih ada kejadian Stunting yang perlu mendapat perhatian semua pihak termasuk pemerintah Desa. Beliau berharap agar semua peserta mengikuti workshop ini secara sungguh-sungguh. Workshop ini sangat penting bagi warga Desa Grogol dalam upaya penanggulangan stunting dan memperbaiki gizi yang masih kurang.

Gizi seimbang merupakan keseimbangan zat-zat gizi yang terkandung didalam makanan maupun minuman yang dikonsumsi oleh seseorang. Misalkan bagi ibu hamil memiliki kebutuhan zat gizi yang berbeda dengan ibu yang tidak hamil, sehingga salah satu upaya dalam pencegahan stunting adalah dengan menerapkan gizi yang seimbang. Menurut Dayuningsih, Permatasari TAE, Supriyatna, N (2020) mengatakan bahwa pola asuh ibu berhubungan secara signifikan dengan kejadian stunting. Pada kegiatan workshop salah satunya ada peserta yang kondisi lagi hamil, dimana diberikan vitamin dan makanan yang bergizi oleh narasumber. Gizi yang seimbang dapat menciptakan janin yang sehat, tidak cacat dan tidak mudah sakit. Begitu pula pada masa bayi, dengan gizi seimbang, akan terbentuk anak yang sehat dengan pertumbuhan fisik, psikomotorik, dan intelektual yang optimal. Setiawan, E dkk (2018) mengatakan bahwa tingkat asupan energi, riwayat durasi penyakit infeksi, berat badan lahir tingkat pendidikan ibu dan tingkat pendapatan keluarga berhubungan secara signifikan dengan kejadian stunting. Tingkat pendidikan ibu memiliki hubungan paling dominan dengan kejadian stunting. Adapun dampak stunting pada anak antara lain anak akan gagal tumbuh, gagal kembang, dan rentan terhadap berbagai penyakit. Dampak jangka Panjangnya dapat mengurangi kualitas penerus bangsa.

Sumber Daya Manusia juga berperan besar dalam pencegahan stunting, para kader posyandu yang nantinya memberikan edukasi kepada masyarakat sekitarnya. Adanya sinergi dari berbagai pihak inilah yang dapat mensukseskan tujuan kita Bersama yakni pencegahan dan penurunan prevalensi stunting di Desa Grogol Tulangan Sidoarjo dan memberikan kualitas gizi yang seimbang. Pada pelaksanaan kegiatan para peserta diberikan makanan bergizi

V. KESIMPULAN

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa program pengabdian kepada masyarakat yang didanai oleh Kemenristekdikti Tahun 2022 telah dilaksanakan sesuai dengan rencana kegiatan. Terlaksananya kegiatan telah diapresiasi oleh masyarakat Desa Grogol Tulangan Sidoarjo. Setelah diberikan workshop adanya pemahaman peserta tentang stunting, gizi dan penyusunan menu makanan. Begitu pula dalam kegiatan workshop peserta menunjukkan respon yang baik dan antusias dengan kegiatan yang dilaksanakan. Hal ini terlihat dari antusias peserta untuk bertanya setelah penyampaian materi. Kegiatan ini diharapkan dapat dilanjutkan oleh kader ataupun tenaga gizi puskesmas dengan baik.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih disampaikan pada Kemenristekdikti Tahun 2022 yang telah mendanai pelaksanaan kegiatan pengabdian dan pihak Desa Grogol Tulangan Sidoarjo telah memberikan izin serta membantu menyediakan tempat pelaksanaan kegiatan, pihak posyandu Desa Grogol disampaikan terimakasih kepada pihak-pihak yang telah banyak membantu sehingga kegiatan pengabdian ini dapat berjalan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Dayuningsih, Permatasari TAE, Supriyatna, N (2020), Pengaruh Pola Asuh Pemberian Makan Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas* Vol. 14, No. 2, Hal. 3-11 Puskesmas Sidoarjo. 2020. *Profil pukesmas tulangan kabupaten sidoarjo*. [12. Puskesmas Tulangan \(1\).pdf](#)(Diakses pada 15 Juli 2021). (Diakses pada 4 Desember 2022).
- Rahayu, A dan Khairiyati, L.,(2014) . “Risiko Pendidikan Ibu terhadap Kejadian Stunting pada Anak 6-23 Bulan” dalam *The Journal of Nutrition and Food Research* Vol. 37 No.2 (Hal. 129-136). Jakarta: Balitbangkes Kemenkes
- Tim Pengabdian Kepada Masyarakat Berbasis Wilayah FKM UI. 2019. *Penguatan Kualitas Kesehatan bagi Ibu Hamil, Anak, dan Masyarakat di Kecamatan Babakan Madang, Kabupaten Bogor serta Penguatan Kualitas Kesehatan Reproduksi Pekerja Perempuan di Kecamatan Cikembar, Kabupaten Sukabumi*. Laporan Akhir Program Pengabdian Kepada Masyarakat Berbasis Wilayah. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia
- Setiawan E , Machmud R , Masrul (2018) Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Anak Usia 24-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kecamatan Padang Timur Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*. 2018; 7(2)
- World Health Organization*. 2015. *Stunting in a nutshell*. <https://www.who.int/news/item/19-11-2015-stunting-in-a-nutshell#:~:text=> (Diakses pada 15 Juli 2021). (Diakses pada 4 Desember 2022).
- Wulandari dan Muniroh, (2020). Hubungan Tingkat Kecukupan Gizi, Tingkat Pengetahuan Ibu, dan Tinggi Badan Orangtua dengan Kejadian Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tambak Wedi Surabaya” *Amerta Nutr* Vol. 4 No.2 (Hal. 95-102). Surabaya: Universitas Airlangga