

Submitted 25<sup>th</sup> Januari 2022

Accepted 15<sup>th</sup> Maret 2022

## UPAYA PENGENDALIAN ANGKA KEJADIAN STUNTING MELALUI PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU TENTANG PEMBERIAN GIZI SEIMBANG

### *EFFORTS TO CONTROL THE EVENT OF STUNTING THROUGH INCREASING MATERNAL KNOWLEDGE ABOUT BALANCED NUTRITION*

<sup>1</sup> Niken Ayu Merna Eka Sari, <sup>2</sup> I Gusti Ayu Putu Satya Laksmi,  
<sup>3</sup> Ni Komang Ayu Resiyanthi, <sup>4</sup> Putu Ayu Parwati, <sup>5</sup> Ni Luh Gede Intan Saraswati  
STIKes Wira Medika Bali, Indonesia

<sup>1</sup> [nikenmerna@yahoo.co.id](mailto:nikenmerna@yahoo.co.id)

#### ABSTRAK

Target Sustainable Development Goals (SDGs) yang termasuk pada tujuan pembangunan berkelanjutan ke2 yaitu menghilangkan kelaparan dan segala bentuk malnutrisi pada tahun 2030 serta mencapai ketahanan pangan. Target yang ditetapkan adalah menurunkan angka stunting hingga 40% pada tahun 2025. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada ibu balita tentang pemberian gizi seimbang untuk menekan angka kejadian stunting. Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah dengan metode cerama secara individual menggunakan media leaflet. Hasil dari pengabdian masyarakat ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu yang ditunjukkan dengan nilai (pre test) sebagian besar responden adalah termasuk kategori kurang yaitu 18 responden (72%), untuk hasil tingkat pengetahuan setelah intervensi (posttest) didapatkan hasil sebagian besar tingkat pengetahuan kategori baik sebesar 19 responden (76%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan nilai pengetahuan pada ibu balita setelah diberikan edukasi tentang pemberian gizi seimbang. Disarankan untuk melakukan pengabdian masyarakat lanjutan yang dapat mengukur tingkat keterampilan ibu dengan memberikan demonstrasi langsung tentang pengolahan makanan yang baik sehingga tercapai gizi yang seimbang pada anak.

**Keywords:** gizi seimbang;pengetahuan;stunting

### ABSTRACT

*The Sustainable Development Goals (SDGs) targets, which are included in the 2nd sustainable development goal, are eliminating hunger and all forms of malnutrition by 2030 and achieving food security. The target set is to reduce the stunting rate to 40% by 2025. This community service aims to provide education to mothers of children under five about providing balanced nutrition to reduce the incidence of stunting. The method used in this community service is the lecture method individually using leaflet media. The results of this community service show an increase in mother's knowledge as indicated by the value (pre test) most of the respondents are included in the less category, namely 18 respondents (72%), for the results of the level of knowledge after the intervention (posttest) the results show that most of the knowledge levels are in the good category, by 19 respondents (76%). So it can be concluded that there is an increase in the value of knowledge in mothers of children under five after being given education about providing balanced nutrition. It is recommended to carry out further community service that can measure the skill level of mothers by providing direct demonstrations about good food processing so that balanced nutrition is achieved in children.*

**Keywords:** *balanced nutrition; knowledge; stunting*

### PENDAHULUAN

Salah satu target *Sustainable Development Goals* (SDGs) yang termasuk pada tujuan pembangunan berkelanjutan ke2 yaitu menghilangkan kelaparan dan segala bentuk malnutrisi pada tahun 2030 serta mencapai ketahanan pangan. Target yang ditetapkan adalah menurunkan angka *stunting* hingga 40% pada tahun 2025. *Stunting* adalah kondisi balita yang memiliki ukuran badan pendek dan tidak sesuai dengan umur yang disebabkan oleh kekurangan gizi dari ibu maupun anak (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

*World Health Organization* (WHO) pada tahun 2018 menyatakan bahwa kejadian balita *stunting* di dunia mencapai sebesar 22,9% atau 154,8 juta balita. Jumlah kejadian *stunting* di Indonesia termasuk ke dalam lima besar negara di dunia. Indonesia termasuk negara dengan prevalensi *stunting* tertinggi ketiga di South-East Asian Region setelah Timor Leste (50,5%) dan India (38,4%) dan Indonesia sebesar 36,4% (Pusat Data dan Informasi Kemenkes, 2018). Di tahun 2019 angka prevalensi *stunting* nasional menjadi 27,67. Sedangkan pada tahun 2020 angka prevalensi nasional menjadi 24,1% (Kemenkes RI, 2020).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Bali yang mengacu pada data e-PPGBM (Aplikasi Pencatatan dan Pelaporan Gizi Berbasis

Masyarakat) 3 wilayah di Kabupaten di Bali yakni Bangli, Karangasem, dan Buleleng angka prevalensi tinggi kejadian stunting sejak 3 tahun belakangan ini. Walau demikian kasus stunting di 3 wilayah tersebut sudah mengalami penurunan yakni Karangasem 23,6% (tahun 2018), 15,3% (tahun 2019) dan 11,9% (2020) Buleleng 29,0% (tahun 2018), 20,5% (2019) serta Bangli 20,4% (tahun 2018), 21,8% (tahun 2019) dan 11% (tahun 2020). Sedangkan kasus stunting di Klungkung dan tabanan justru mengalami peningkatan yakni Klungkung 4,8% (th 2019) dan sekarang meningkat menjadi 7% (th 2020). Tabanan 7,3% (th 2019) dan 8,3% (th 2020). Meskipun terjadi penurunan angka prevalensi di beberapa wilayah tetapi pencegahan stunting menjadi salah satu fokus pemerintah Pusat dan Provinsi Bali saat ini. Pemerintah Indonesia pada bulan September 2012, meluncurkan “Gerakan 1.000 Hari Pertama Kehidupan” yang dikenal sebagai 1.000 HPK. Gerakan ini bertujuan agar anak-anak Indonesia dapat tumbuh dan berkembang secara optimal dan maksimal dengan salah satu upaya yaitu pemberian makanan yang bergizi pada anak (Arnita, Rahmadhani, & Sari, 2020).

*Stunting* dapat terjadi akibat beberapa faktor, salah satunya kekurangan gizi seimbang. Di beberapa keluarga, anak-anak justru lebih banyak mengonsumsi makanan siap saji atau kemasan seperti snack, biscuit, sereal, dan *junk food*, sehingga berpengaruh besar terhadap kebutuhan gizi seimbang anak. Peningkatan status gizi masyarakat termasuk penurunan prevalensi balita pendek menjadi salah satu sasaran pokok Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) tahun 2020-2024. Kondisi kesehatan dan gizi ibu sebelum dan saat kehamilan serta setelah persalinan mempengaruhi pertumbuhan janin dan risiko terjadinya stunting. Kekurangan gizi dapat terjadi sejak bayi dalam kandungan dan pada masa awal setelah anak lahir, tetapi baru nampak setelah anak berusia 2 tahun (Kementerian Keuangan RI, 2018). Salah satu hal yang menjadi faktor terjadinya stunting terhadap balita adalah tingkat pengetahuan dan sikap keluarga mengenai asupan gizi dan tingkat pendidikan dari orang tua yang mempengaruhi pola pikir (Arnita *et al.*, 2020).

Orang tua memiliki peran penting dalam memenuhi gizi balita karena balita masih membutuhkan perhatian khusus dalam perkembangannya, lebih khususnya peran seorang ibu sebagai sosok yang paling sering bersama dengan balita. Jika seorang ibu memiliki pengetahuan yang baik tentunya akan mempengaruhi sikap yang baik juga dalam pemenuhan gizi balita (Olsa *et al.* 2017). Pengetahuan ibu yang baik diharapkan dapat diterapkan ke dalam perilaku sehari-hari, baik dalam perilaku pengasuhan, pemilihan makanan, serta pemberian makanan yang dapat memengaruhi tumbuh kembang balita. Namun, apabila ibu tidak mempraktikkannya

dalam kehidupan sehari-hari maka dapat berdampak buruk terhadap perkembangan balita seperti salah satunya *stunting*.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Niken Ayu (2021) tentang hubungan tingkat pengetahuan dan sikap ibu tentang gizi seimbang dengan upaya pencegahan stunting didapatkan bahwa sebagian besar ibu memiliki pengetahuan cukup sebanyak 44 responden (47,8%), sikap cukup sebanyak 45 responden (48,9%) dan pencegahan yang cukup sebanyak 40 responden (43,5%). Berdasarkan uraian di atas, maka kami tertarik untuk melakukan pengabdian masyarakat tentang “Upaya Pengendalian Kejadian Stunting Melalui Peningkatan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Di Desa Gunaksa, Dawan Klungkung”.

### Masalah, Target Dan Luaran

Kejadian stunting di Kabupaten Klungkung masih cukup tinggi dibandingkan dengan kabupaten lain di Provinsi Bali sehingga diperlukannya upaya untuk menekan angka kejadian tersebut melalui peran serta kader dan juga ibu balita. Pemberian edukasi tentang gizi seimbang pada ibu balita diharapkan mampu menkenakan angka kejadian stunting melalui peningkatan pengetahuan ibu.

## METODE

Kegiatan pemberian edukasi pada ibu balita dilakukan dengan metode ceramah ke masing-masing ibu balita dengan panduan leaflet. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang diberikan sehari sebelum pemberian edukasi dan sehari setelah pemberian edukasi. Pemberian edukasi dilaksanakan di Balai Banjar Pande Desa Gunaksa Kabupaten Klungkung. Kegiatan dilaksanakan selama 3 hari yang meliputi *pre test*, pemberian edukasi dan *post test*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1.** Distribusi Karakteristik Peserta PKM

Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
<b>Umur Responden</b>		
26–35 Tahun (dewasa awal)	18	72

36-45 tahun (dewasa akhir)	7	28
total	25	100
<b>Pendidikan</b>		
Tidak sekolah	0	0
SD	9	36
SMP	6	24
SMA	7	28
Perguruan Tinggi	3	12
total	25	100
<b>Pekerjaan</b>		
Bekerja	11	44
Tidak bekerja	14	56
total	25	100

**Tabel 2**

Pengetahuan Orang Tua sebelum (pretest) diberikan intervensi/edukasi

<b>Pengetahuan Responden (pretest)</b>	<b>Frekuensi (f)</b>	<b>Persentase (%)</b>
Baik	0	0
Cukup	7	28
Kurang	18	72
Total	25	100

**Tabel 3**

Pengetahuan Orang Tua setelah (posttest) diberikan intervensi/ edukasi

<b>Pengetahuan Responden (posttest)</b>	<b>Frekuensi (f)</b>	<b>Persentase (%)</b>
Baik	19	76
Cukup	6	24
Kurang	0	0
Total	25	100

Berdasarkan hasil PKM tentang tingkat pengetahuan orang tua sebelum diberikan penyuluhan gizi seimbang dengan (pre test) sebagian besar responden adalah termasuk kategori kurang yaitu 18 responden (72%), untuk hasil tingkat pengetahuan setelah intervensi (posttest) didapatkan hasil sebagian besar tingkat pengetahuan kategori baik sebesar 19 responden (76%). Berdasarkan kuesioner pretest dan posttest yang diberikan, diketahui bahwa terjadi peningkatan pengetahuan dan pemahaman ibu mengenai gizi seimbang.

Gizi seimbang adalah susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2014). Gizi seimbang mengandung komponen-komponen yang lebih kurang sama, yaitu cukup secara kuantitas, cukup secara kualitas, mengandung berbagai zat gizi (karbohidrat, lemak, protein, vitamin, air dan mineral) yang diperlukan tubuh untuk tumbuh (pada anak-anak), untuk menjaga kesehatan dan untuk melakukan aktivitas dan fungsi kehidupan sehari-hari (bagi semua kelompok umur dan fisiologis), serta menyimpan zat gizi untuk mencukupi kebutuhan tubuh saat konsumsi makanan tidak mengandung zat gizi yang dibutuhkan (Lim, 2018). Gizi seimbang mempunyai prinsip berupa empat pilar gizi seimbang, diantaranya adalah mengonsumsi makanan beragam, membiasakan hidup bersih dan sehat, melakukan aktivitas fisik dan mempertahankan dan memantau berat badan normal. Keberagaman makanan adalah aneka ragam kelompok pangan yang terdiri dari makanan pokok, lauk pauk, sayuran dan buah-buahan dan air serta beranekaragam dalam setiap kelompok pangan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2014).

Menurut Undang-Undang Nomor 10 tahun 1992 tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga Sejahtera, keluarga adalah unit terkecil dalam masyarakat yang terdiri dari suami-isteri, atau suami-isteri dan anaknya, atau ayah dan anaknya, atau ibu dan anaknya. Setiap anggota keluarga mempunyai peran dan kedudukannya masing-masing, termasuk Ibu. Ibu mempunyai peranan penting dalam mendukung suasana keluarga yang berkualitas (Badan Pengawasan Keuangan dan Pembangunan, 2009). Peran dan kedudukan ibu dalam menjaga kualitas keluarga mencakup aspek pendidikan, kesehatan, ekonomi, sosial budaya, kemandirian keluarga, dan mental spiritual serta nilai-nilai agama yang merupakan dasar untuk mencapai keluarga sejahtera. Pada aspek kesehatan, ibu berperan dan berkedudukan sebagai pengawas, pendidik, dan pemberi pelayanan serta pemberi contoh hidup sehat dalam bentuk promotif dan preventif maupun persuasif. Ibu juga berperan penting dalam pelaksanaan kesehatan berbasis keluarga yang diantaranya adalah pemberian pola asuh anak yang baik, pola makan dan nutrisi secara tepat dan seimbang, dan pemantauan perkembangan dan pertumbuhan anak serta pencegahan dari berbagai gangguan atau masalah kesehatan di keluarga (Prickett, K., Augustine, J., 2016). Oleh karena itu, setiap ibu wajib memahami mengenai tumbuh kembang anak terutama pada gizi sehat dalam 1000 hari pertama kehidupan (hamil sampai dengan anak berusia 2 tahun) dalam pencegahan stunting.

Tumbuh kembang anak merupakan investasi masa depan suatu bangsa. Kualitas yang terbangun dengan baik, akan memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kemajuan sebuah negara. Seribu hari pertama kehidupan merupakan periode emas atau yang dikenal dengan Golden Age atau disebut juga sebagai waktu yang kritis, yang jika tidak dimanfaatkan dengan baik dapat menyebabkan kerusakan yang bersifat permanen (Etikasari, 2020). Di Indonesia, banyak sekali permasalahan gizi baik itu stunting, obesitas, dan wasting pada balita, obesitas pada orang dewasa, dan anemia pada ibu hamil (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Banyak sekali faktor yang menyebabkan terjadinya masalah gizi baik itu faktor langsung maupun faktor tidak langsung. Salah satu upaya pencegahan masalah gizi pada balita adalah dengan melakukan pemberdayaan kepada orang tua balita salah satunya adalah peningkatan pengetahuan ibu balita (Almatsier, 2011). Peran ibu balita penting dalam pemenuhan gizi seimbang karena tingkat pengetahuan tentang gizi akan berpengaruh pada proses pemilihan makanan dan perilaku makan keluarga (Rahardjo, 2017).

Selain itu, dapat dilihat bahwa dari usia ibu sebagian besar di dewasa awal, dimana berdasarkan teori bahwa semakin bertambahnya usia ibu, maka tingkat pengetahuannya cenderung meningkat. Usia merupakan

salah satu faktor yang berhubungan dengan tingkat pengetahuan seseorang, dimana semakin cukup usia, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja. Usia muda umumnya belum cukup kedewasaannya sehingga belum matang dalam berfikir dan bekerja (Wahyutomo, 2010).

### SIMPULAN

Kegiatan pemberian edukasi kepada ibu balita berjalan dengan baik serta mendapatkan respon positif dari ibu balita. Terdapat peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi mengenai pemberian gizi seimbang pada balita dengan tujuan untuk mencegah terjadinya stunting. Metode ceramah dengan menggunakan media leaflet secara individual sudah cukup efektif untuk menyalurkan pengetahuan kepada ibu. Diharapkan untuk selanjutnya dilaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat yang dapat sekaligus mengukur keterampilan ibu dengan cara melakukan praktik langsung untuk membuat menu makanan untuk balita sesuai dengan komposisi gizi yang seimbang.

### DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S. S. S. a. S. M., 2011. Gizi seimbang dalam daur kehidupan. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Arnita, S., Rahmadhani, D. Y., & Sari, M. T. (2020). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Upaya Pencegahan Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Kawat Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 9(1), 7. Retrieved from <https://doi.org/10.36565/jab.v9i1.149>
- Etikasari, B. P. T. a. K. R., 2020. Pembuatan Aplikasi Berbasis Android Tumbuh Kembang Anak untuk Meningkatkan Taraf Kesehatan dan Manajemen Pelayanan Posyandu Kemuning Lor di Masa Pandemi Covid-19. *Jember, Pengabdian Masyarakat: Polije Proceedings Series*.
- Harikatang, M. R., Mardiyono, M. M., Karisma, M., Babo, B., Kartika, L., & Tahapary, P. A. (2020). Hubungan pengetahuan dan sikap ibu dengan kejadian balita stunting di satu kelurahan di tangerang. *Jurnal Mutiara Ners*, 3(2), 76-88. Retrieved from <http://114.7.97.221/index.php/NERS/article/view/1178>.
- Hidayat, A. (2011). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data* : Salemba Medika.

- Indriyani, D. & A. (2014). *Buku Ajar Kperawatan Maternitas* (Rose KR (ed.); 1st ed.): AZ-RUZZ MEDIA.
- Isnarti, A. P., Nurhayati, A., & Patriasih, R. (2019). Pengetahuan Gizi Ibu Yang Memiliki Anak Usia Bawah Dua Tahun Stunting Di Kelurahan Cimahi, 8(2), 1-6.
- Jitowiyono & Kristiyanasari. (2015). *Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Bidan Dalam Membantu Mobilisasi Dini Pada Pasien Pasca Sectio Caesarea Di RSUD Dr. H. Kumpulan Pane Kota Tebing Tinggi*.
- Kemendes RI. 2018. Cegah Stunting Itu Penting. Jakarta: Warta Kesmas. [https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://www.kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir\\_519d41d8cd98f00/files/Warta-kesmas-edisi-022018\\_1136.pdf&ved=2ahUKEwjDzZimvjjAhWB7HMBHULTDvIQFjAAegQIARAB&usg=AOvVaw29oOM6JZCQdUxhZfOKbi-X](https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://www.kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Warta-kesmas-edisi-022018_1136.pdf&ved=2ahUKEwjDzZimvjjAhWB7HMBHULTDvIQFjAAegQIARAB&usg=AOvVaw29oOM6JZCQdUxhZfOKbi-X)
- Kementerian Kesehatan RI, 2014. *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kemntrian Kesehatan, R. 2014. *Cegah Stunting dan Perbaikan Pola Makan, Pola Asuh dan Sanitasi*. Jakarta: Depkes.
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia*. Jakarta: Buletin Jendela Data dan Informasi
- Kementerian Kesehatan RI, 2019. *Laporan Nasional Riskesdas 2018*, Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Kementerian PPN Bappenas, 2019. *Pembangunan gizi di Indonesia*, Jakarta: Direktorat Kesehatan dan Gizi Masyarakat Kedeputusan Pembangunan Manusia, Masyarakat dan Kebudayaan Kementerian PPN/Bappenas.
- Mitra. (2015). *Permasalahan Anak Pendek (Stunting) Dan Intervensi Untuk Mencegah Terjadinya Stunting (Suatu Kajian Kepustakaan)*. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, Vol. 2 No.6, Mei 2015.
- Mubarak, Iqbal dan Chayatin, Nurul. 2009. *Ilmu Keperawatan Komunitas Pengantar dan Teori. Buku 1*. Jakarta: Salemba Medika.
- Mubarak. (2013). *Promosi Kesehatan Untuk Kebidanan* :Salemba Medika.
- Notoatmodjo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan* : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2014. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis* (P. Puji Lestari (ed.); 4th ed.) : Salemba Medika.

- Olsa, Edwin, dkk (2017). Hubungan Sikap dan Pengetahuan Ibu Terhadap Kejadian Stunting Pada Anak Baru Masuk Sekolah Dasar di Kecamatan Nanggalo.  
<http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/view/733/589>
- Rahardjo, S. a. W. S., 2017. Peran Ibu yang Berhubungan dengan Peningkatan Status Gizi Balita. *Kesmas Indonesia*, 3(1), pp. 56-65.
- Teja, M. (2019). Stunting Balita Indonesia Dan Penanggulangannya. *Pusat Penelitian Badan Keahlian DPR RI*, XI(22), 13-18.
- Wahyutomo. (2010). Hubungan Karakteristik Dan Peran Kader Posyandu Dengan Pemantauan Tumbuh Kembang Balita Di Puskesmas Kalitidu-Bojonegoro. Dalam Tesis pada Program Pascasarjana Universitas Sebelas Maret Surakarta