

EDUKASI PENCEGAHAN STUNTING MELALUI PEMBERIAN MAKANAN BERGIZI PROGRAM MAHASISWA KKN UNIVERSITAS RIAU

Nur El Fajri¹, Della Ghatri², Putri Meylika Marbun³, Kie Roger Nasution⁴, Priti Anjelina Lestari⁵, Alvito Resaldy⁶, Silsilia Wulan Dika⁷, Vista Cindy⁸, Wargi Febriesta⁹, Indah Wulandari¹⁰, Azzahra Ramadhani¹¹

¹Dosen Pembimbing Lapangan, Universitas Riau

²Mahasiswa Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan, Universitas Riau

^{3,4,5}Mahasiswa Fakultas Perikanan dan Ilmu Kelautan, Universitas Riau

^{6,7,8,9}Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Riau

¹⁰Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Riau

¹¹Mahasiswa Fakultas Teknik, Universitas Riau

email: nur.elfajri@lecturer.unri.ac.id

Abstrak

Stunting adalah suatu permasalahan gizi kronis yang terjadi karena asupan zat gizi yang kurang dalam jangka waktu lama yang menyebabkan gangguan pertumbuhan, serta ditandai dengan tinggi badan yang tidak sesuai dengan umur. Kejadian *stunting* dapat disebabkan oleh dua faktor, yaitu faktor langsung dan faktor tidak langsung. Faktor yang berhubungan dengan kejadian *stunting* pada anak di Indonesia diantaranya yaitu pengetahuan dan sikap ibu terhadap asupan nutrisi baik selama hamil maupun setelah anak lahir terutama saat awal kehidupan anak. Oleh karena hal tersebut upaya pencegahan melalui kegiatan sosialisasi pencegahan *stunting* kepada masyarakat, khususnya ibu dan remaja. Sosialisasi pencegahan *stunting* bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat Desa Luai tentang penyebab, gejala, dan ciri *stunting* dan pentingnya gizi seimbang dan penerapan pola hidup sehat. Sosialisasi pencegahan *stunting* dilakukan dengan penyampaian materi *stunting* seperti ciri *stunting*, penyebab *stunting*, dan cara pencegahan, kemudian mengadakan pembagian makanan bergizi seimbang yang murah dan mudah didapatkan agar masyarakat khususnya ibu dan remaja dapat diterapkan. Diharapkan penekanan pada asupan gizi yang tepat dapat mengurangi kasus *stunting* dan peningkatan kesejahteraan anak-anak secara global.

Kata kunci: Stunting, Pencegahan, Nutrisi, Pengetahuan, Ibu Dan Remaja

Abstract

Stunting is a chronic nutritional problem that occurs due to insufficient nutrient intake over a long period of time, which causes growth disorders and is characterized by a height that is not appropriate for age. The incidence of stunting can be caused by two factors, namely direct factors and indirect factors. Factors associated with the incidence of stunting in children in Indonesia include the mother's knowledge and attitude towards nutritional intake both during pregnancy and after the child is born, especially during the early life of the child. Therefore, prevention efforts should involve the socialization of stunting prevention activities in the community, especially among mothers and adolescents. The socialization of stunting prevention aims to increase the knowledge of the Luai village community about the causes, symptoms, and characteristics of stunting and the importance of balanced nutrition and the application of a healthy lifestyle. The socialization of stunting prevention is carried out by delivering stunting material such as the characteristics of stunting, the causes of stunting, and how to prevent it, then distributing balanced, nutritious food that is cheap so that the community, especially mothers and adolescents, can apply it. It is hoped that an emphasis on proper nutrition can reduce stunting cases and improve the welfare of children globally.

Keywords: Stunting, Prevention, Nutrition, Knowledge, Mothers, And Adolescents.

PENDAHULUAN

Menurut Riskesdas tahun 2018 Indonesia menduduki urutan ke 17 dari 117 negara dengan prevalensi 30,8%. Berdasarkan data Pemantauan Status Gizi (PSG) yang dilakukan pada tahun 2018 prevalensi balita kekurangan gizi di Indonesia adalah sebesar 15,2%. Selain itu, hasil PSG juga menunjukkan bahwa prevalensi balita pendek (*Stunting*) memiliki angka tertinggi dibandingkan dengan masalah gizi lainnya seperti gizi kurang, kurus, dan gemuk. Berdasarkan hasil Survei Status

Gizi Indonesia (SSGI) 2022 prevalensi *stunting* sebesar 21,6 persen. Angka ini mengalami penurunan dari tahun sebelumnya sebesar 2,8 persen. Target yang harus dicapai pada tahun 2024 adalah menurunkan prevalensi *stunting* menjadi 14 persen dan standar WHO di bawah 20%.

Desa Luai merupakan salah satu wilayah administrasi Kecamatan Kuantan Mudik, Kabupaten Kuantan Singingi dimana mayoritas ibu - ibu di desa bekerja sebagai seorang petani. Hal tersebut dikarenakan Desa Luai merupakan salah satu desa yang berpotensi sebagai penghasil padi. Penduduk Desa Luai dapat dikatakan memiliki kemajuan pemahaman terhadap masalah *stunting*, yang ditandai dengan terlaksananya program - program posyandu seperti penanganan gizi spesifik dengan makanan tambahan selama 90 hari dan lain - lain. Namun dalam kasus *stunting* masih terdapat gejala - gejala *stunting* yang dialami oleh anak - anak balita di desa Luai. Berdasarkan data SSGI tahun 2022, prevalensi *stunting* di Kabupaten Kuantan Singingi sebesar 17,8 persen. Angka ini mengalami penurunan dari tahun sebelumnya 22,41 persen. Oleh karena hal tersebut upaya - upaya pencegahan harus terus digencarkan agar dapat menekan kembali angka kejadian *stunting* pada balita.

Stunting adalah suatu permasalahan gizi kronis yang terjadi karena asupan zat gizi yang kurang dalam jangka waktu lama yang menyebabkan gangguan pertumbuhan, dan ditandai dengan tinggi badan yang tidak sesuai dengan umur. Penyebab terjadinya *stunting* pada balita dibagi dalam dua faktor yaitu penyebab langsung yaitu asupan makanan, penyakit infeksi, berat badan lahir rendah dan genetik, dan penyebab tidak langsung meliputi pengetahuan tentang gizi, pendidikan orang tua, sosial ekonomi, pola asuh orang tua, distribusi makanan dan besarnya keluarga/jumlah anggota keluarga. Faktor yang berhubungan dengan kejadian *stunting* pada anak di Indonesia diantaranya yaitu pengetahuan dan sikap ibu terhadap asupan nutrisi baik selama hamil maupun setelah anak lahir terutama saat awal kehidupan anak (Suryani et al., 2023). Kejadian *stunting* pada balita bisa jadi berkaitan dengan pengetahuan ibu tentang gizi yang rendah dan sikap ibu yang kurang mendukung terhadap upaya mengatasi masalah gizi (Ekayanti Suryani, 2019).

Pengetahuan Gizi ibu balita yang rendah dan sikap ibu terhadap sadar gizi kurang mendukung menyebabkan memberikan makan kepada balita dengan jumlah dan frekuensi yang kurang optimal, tidak memperhatikan kualitas gizi makanan yang diberikan, tidak memberikan makanan secara lengkap, serta cara pemberian makan yang kurang tepat mengakibatkan anak tidak memperoleh asupan yang baik. Kondisi tersebut menyebabkan kondisi kekurangan gizi pada anak yang dapat berdampak secara akut maupun kronis. Anak-anak yang mengalami kekurangan gizi akut akan terlihat lemah secara fisik dan akan terhambat pertumbuhan fisiknya sehingga menjadi pendek (*stunted*) (Paulina & Maryani, 2019). Ibu dengan pengetahuan yang rendah berisiko 10,2 kali lebih besar anak akan mengalami *stunting* jika dibandingkan dengan ibu dengan pengetahuan yang cukup (Septamarini et al., 2019). Oleh karena itu perlunya pengembangan pengetahuan tentang *stunting* untuk mencegah dan menghindari terjadinya peningkatan *stunting*.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan dalam peningkatan pengetahuan ibu mencegah *stunting* dan mendeteksi *stunting* sejak dini adalah dengan edukasi seperti pengadaan kegiatan sosialisasi. Sosialisasi pencegahan *stunting* sangat penting untuk dilakukan, untuk meningkatkan pengetahuan tentang penyebab, gejala, dan ciri - ciri *stunting* dan pentingnya gizi seimbang dan penerapan pola hidup sehat (Juliansya, 2021). Sebagai upaya pencegahan *stunting* tim kukerta Universitas Riau bersama dengan Bidan dan Kader *Stunting* bekerjasama dalam melakukan penyuluhan pencegahan *stunting* yang bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu dan remaja mengenai *stunting* dan pencegahannya.

METODE

Pelaksanaan kegiatan sosialisasi Pencegahan *Stunting* dilaksanakan pada tanggal 9 Agustus 2023 di Desa Luai. Kelompok sasaran yang dituju pada kegiatan ini, yaitu ibu serta remaja. Kegiatan ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan ibu dan remaja setempat mengenai *stunting* dan bagaimana pencegahannya. Pelaksanaan. Salah satu permasalahan yang terjadi di Desa Luai Kabupaten Kuantan Singingi, yaitu kurangnya pemahaman masyarakat mengenai *stunting* sehingga dilakukan sosialisasi ini untuk memudahkan kader dan pihak terkait untuk menanggulangi kasus *stunting*. Pelaksanaan kegiatan yang dilakukan meliputi beberapa tahapan sebagai berikut:

1. Kegiatan pengabdian diawali dengan perencanaan kegiatan dimana tim kukerta berdiskusi terlebih dahulu dengan dosen pembimbing lapangan mengenai program kerja yang akan dilaksanakan. Tim kukerta meminta izin dengan bidan dan kader *stunting* untuk mengadakan penyuluhan *stunting* bagi ibu dan remaja di Desa Luai, sekaligus berdiskusi mengenai tentang

pengecahan *stunting* di Desa Luai serta mengetahui kasus *stunting* yang ada di Desa Luai. Tahap perencanaan akhir yaitu mahasiswa mempersiapkan materi pengecahan *stunting* untuk disampaikan pada saat sosialisasi dan pembuatan makanan bergizi yang akan dibagikan, sebagai contoh penerapan pengecahan *stunting* yang diharapkan dapat diterapkan oleh penduduk desa Luai.

2. Tahap pelaksanaan tim kukerta bersama bidan desa dan kader *stunting* melaksanakan kegiatan sosialisasi yaitu pengarahannya kepada ibu dan anak remaja mengenai *stunting* dan cara-cara pengecahannya. Memberikan contoh makanan bergizi kepada setiap tamu yang hadir untuk acuan makanan bergizi yang dapat dibuat di rumah.
3. Tahap Evaluasi, kami mengumpulkan data tentang pengetahuan ibu-ibu sebelum dan sesudah sosialisasi, serta mengukur tingkat partisipasi mereka dalam tindakan pengecahan *stunting*. Hasil evaluasi ini akan membantu kami menilai efektivitas program, mengidentifikasi apa yang perlu perbaikan, dan memastikan bahwa pengetahuan dan kesadaran ibu terus berkembang, membantu mencegah *stunting* dan memperkuat kesehatan anak-anak di masa depan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Menurut WHO, keterlambatan pertumbuhan (*dwarfismen*) adalah kondisi dimana anak tumbuh tidak sesuai dengan standar pertumbuhan yang normal pada usianya. Keterlambatan pertumbuhan dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti kurang gizi, infeksi dan masalah kesehatan lainnya yang mengganggu pertumbuhan anak pada usia lima tahun. Keterlambatan pertumbuhan dapat mempengaruhi perkembangan fisik dan mental anak, serta meningkatkan resiko terjadinya penyakit kronis di masa depan. Oleh karena hal tersebut, sangat penting untuk mencegah keterlambatan pertumbuhan anak sejak dini agar dapat tumbuh dan berkembang secara optimal.

Berdasarkan uraian masalah tersebut, kami menjadikan program kerja pengentasan *stunting* di Desa Luai, dengan realisasi yang kami lakukan adalah dengan melakukan kegiatan yang melibatkan ibu, kader *stunting* dan bidan dalam upaya pengentasan *stunting*. Pengabdian masyarakat yang dilaksanakan terdiri dari dua kegiatan yang menyukkseskan kegiatan pengentasan *stunting* berupa kegiatan penyuluhan dan pemberian makanan bergizi.

Sosialisasi Kesehatan Tentang *Stunting*

Pada pelaksanaannya tim kukerta didampingi langsung oleh Bidan Desa dan juga kader *stunting* desa Luai. Kegiatan Edukasi ini dihadiri oleh ibu dan remaja desa Luai, edukasi tentang *stunting* ini berfokus pada pola makan dan asupan nutrisi yang diterima oleh anak. Selain itu, remaja yang turut hadir diberikan penyajian materi apa saja penyebab *stunting* dimana salah satunya adalah pernikahan dini. Melalui kegiatan ini diharapkan angka *stunting* dapat ditekan agar menciptakan SDM yang berkualitas untuk masa depan.

Kegiatan sosialisasi dilaksanakan dengan sasaran utama yaitu ibu serta remaja. Kajian yang dibahas adalah pengertian *stunting*, ciri - ciri *stunting*, penyebab *stunting* dan pengecahannya. Penyampaian kajian tersebut didasarkan pada kurangnya pengetahuan ibu mengenai *stunting* dan cara pengecahannya. Sosialisasi dihadiri sebanyak 30 orang dan tampak antusias dalam memahami materi yang disajikan ketika penyuluhan. Antusiasme ditunjukkan dengan respon para peserta yang hadir, seperti bertanya dan menguraikan pendapat.

Gambar 1 diatas menunjukkan antusias ibu - ibu dan remaja dalam mengikuti kegiatan sosialisasi tentang pengecahan *stunting*. Sosialisasi disampaikan dengan metode ceramah interaktif dan sesi tanya jawab, sesi ini dimaksudkan agar lebih aktif bertanya dan dapat menyerap materi tentang pengecahan *stunting* secara maksimal.



Gambar 1. Penyampaian Materi *Stunting* Oleh Mahasiswa UNRI

Pemberian Makanan Bergizi

Kegiatan “Pemberian Makanan Bergizi” ditujukan untuk memberikan edukasi dan pemahaman mengenai apa saja makanan bergizi yang murah meriah. Kami menyediakan makanan bergizi berupa nasi, satu buah telur, sayur - sayuran, tahu, tempe, tomat, timun, dan pisang dalam sebuah cup dan membagikannya kepada ibu - ibu, remaja, dan anak - anak yang hadir dalam kegiatan ini. Makanan sederhana tersebut murah dan mudah untuk didapatkan, dan dapat diolah sebagai makanan bergizi sebagai langkah pencegahan stunting. Adapun sasaran dari kegiatan ini adalah ibu - ibu, remaja, dan anak - anak dengan harapan menjaga tumbuh kembang anak secara sehat dari dalam kandungan dan juga kesehatan sang ibu melalui asupan makanan bergizi.



Gambar 2. Pembagian Makanan Sehat Kepada Ibu - ibu dan Remaja

Kegiatan pemaparan informasi mengenai cara pencegahan stunting kepada ibu - ibu dan remaja sangat berpengaruh terhadap tingkat kesadaran ibu - ibu serta remaja dalam memantau pertumbuhan dan perkembangan anak - anak. Pentingnya pengetahuan tentang kesehatan khususnya pencegahan stunting perlu mendapat informasi yang cukup, sehingga mengetahui hal - hal yang seharusnya dilakukan dan dihindari (Rasmaniar et al., 2022).

Dengan mengetahui tentang pencegahan stunting, kita dapat menghindari hal - hal yang mungkin akan dialami oleh anak - anak. Dengan diberikannya edukasi gizi terjadi perubahan mengenai pengetahuan ibu yang berawal dari kategori kurang menjadi kategori baik. Perubahan pengetahuan ibu tidak hanya diperoleh di pendidikan formal, akan tetapi juga dapat diperoleh pada pendidikan non formal. Dengan diberikan edukasi gizi memberikan pengalaman kepada ibu yang mempunyai anak balita dari pendidikan non formal (Notoatmodjo, 2014).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan stunting merupakan suatu metode yang digunakan untuk menilai status gizi anak dengan fokus pada kualitas makanan yang dikonsumsi. penting untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang berkontribusi terhadap stunting, seperti genetika, perkembangan kognitif, dan perkembangan fisik.

Dengan adanya sosialisasi tentang edukasi pencegahan stunting dan pemberian makanan bergizi kepada Ibu-ibu serta remaja di Desa Luai memiliki tujuan yang sangat penting dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu serta remaja mengenai stunting dan cara pencegahannya. Dengan memberi informasi dan contoh praktis, diharapkan upaya pencegahan stunting dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, membantu menjaga kesehatan dan perkembangan secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Amazihono, I.K., & Harefa, E.M. (2021). Hubungan Sosial Ekonomi Dan Karakteristik Ibu Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Balita. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist)*, 16(1), 235-242. <https://doi.org/10.36911/pannmed.v16i1.1058>
- Buku saku hasil studi status gizi indonesia (SSGI) tingkat nasional, provinsi, dan kabupaten/kota tahun 2022. Menteri. Kesehatan RI; 2022

- Ekayanthi,N.W.D.,& Suryani,P.(2019). Edukasi Gizi pada Ibu Hamil Mencegah Stunting pada Kelas Ibu Hamil.Jurnal Kesehatan,10(3),312–319.<http://dx.doi.org/10.26630/jk.v10i3.1389>
- J. E. Elisabeth A. (2021). Faktor Risiko Kejadian Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Pandan Kabupaten Sintang. *Visikes*, 20(1). Diakses pada 01 September 2023 dari <https://ojs.serambimekkah.ac.id/jse/article/view/3119>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Situasi Gizi di Indonesia. Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI. Jakarta.
- Notoatmodjo, S. (2014) Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta. Available
- Rasmaniar, R., Nurlaela, E., Ahmad, A., & Nurbaya, N. (2022). Pendidikan Teman Sebaya melalui Pemberdayaan Kader Posyandu Remaja terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Remaja tentang Manfaat Gizi dalam Pencegahan Stunting: Penelitian Kuasi Eksperimen. *Health Information: Jurnal Penelitian*, 14(1), 76.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018. Diakses 28 Agustus 2023 <https://kesmas.kemkes.go.id/>
- Septamarini, R. G., Widyastuti, N., & Purwanti, R. (2019). Hubungan pengetahuan dan sikap responsive feeding dengan kejadian stunting pada baduta usia 6-24 bulan di wilayah kerja Puskesmas Bandarharjo, Semarang. *Journal of Nutrition College*, 8(1), 9-20.
- Suryani, K., Rini, M. T., Hardika, B. D., & Widiastari, N. K. (2023). Analisis Faktor Penyebab Kejadian Stunting. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 6(1), 8-12.
- Uliyatul Laili, Ratna Ariesta Dwi Andriani. (2019). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting.