

Pencegahan *Stunting* Dengan Mengoptimalkan Peran Ibu dan Remaja Putri Pada Negeri Morella

Prevention of Stunting By Optimizing The Role Of Mothers And Adolescent Daughters In Negeri Morella

Nurul Fahira Kotta<sup>1</sup>, Dilya M. Taher<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Prodi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Pattimura

\* Email korespondensi: [kknnegerimorellaunpatti@gmail.com](mailto:kknnegerimorellaunpatti@gmail.com)

**Abstrak**

*Stunting* atau yang dikenal sebagai *stunting syndrome* merupakan suatu urgensi nasional serta merupakan suatu masalah malnutrisi yang wajib untuk ditangani karena berdampak negatif kepada masa depan dari generasi penerus bangsa Indonesia berupa gabungan gangguan fisik dan kognitif. *Stunting* merupakan suatu siklus yang saling berkesinambungan namun berpatokan pada subjek yang berpotensi besar menyebabkan *stunting* yaitu seorang wanita. Banyak remaja putri yang tidak mengetahui dampak dari anemia saat remaja dan hubungannya dengan *stunting*, banyak ibu yang juga tidak memahami bahaya *stunting* dan cara pencegahannya terhadap bayi mereka. Sehingga dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat berupa sosialisasi, penyuluhan serta suplementasi tablet tambah darah yang bertujuan untuk mencegah *stunting* dengan sasaran utama kepada dua titik penting dalam siklus kehidupan seorang wanita yakni saat remaja dan saat menjadi ibu. Metodologi pengabdian yang dilakukan yaitu sosialisasi, penyuluhan *stunting* serta suplementasi tablet tambah darah. Minimnya hambatan pada saat dilakukan kegiatan ini sehingga hasil kegiatan menunjukkan penerimaan yang baik oleh partisipan serta menghasilkan output yang relevan dengan harapan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini.

**Kata kunci:** *Stunting*, tablet tambah darah, ibu, remaja putri, anemia, bayi

**Abstract**

*Stunting*, also known as *stunting syndrome*, is a national urgency and a malnutrition problem that must be addressed because it has a negative impact on the future of Indonesia's next generation in the form of a combination of physical and cognitive disorders. *Stunting* is a continuous cycle but based on a subject that has great potential to cause *stunting*, namely a woman. Many adolescent girls do not know the impact of anemia during adolescence and its relation with *stunting*, many mothers also do not understand the dangers of *stunting* and how to prevent it on their babies. So that community service activities are carried out in the form of socialization, counseling and supplementation of blood increasing tablets which aim to prevent *stunting* with the main target at two important points in a woman's life cycle, namely when she is a teenager and when she becomes a mother. The service methodology carried out is socialization, *stunting* counseling and blood increasing tablet supplementation. With the lack of obstacles during this activity, the results of the activity showed good acceptance by the participants and produced outputs that were relevant to the expectations of this community service activity.

**Keywords:** *Stunting*, blood increasing tablet, mother, adolescent girl, anemia, baby

**1. PENDAHULUAN**

Malnutrisi merupakan masalah nasional sehingga menjadi suatu urgensi dari sebuah bangsa. *Stunting* merupakan salah satu bentuk malnutrisi yang wajib untuk ditangani karena *stunting* mengambil andil besar dalam kejadian buruknya pertumbuhan dan perkembangan generasi

bangsa Indonesia. *Stunting* dikenal sebagai *stunting syndrome* yaitu gabungan antara gagal tumbuh pada fisik dan gangguan pada kemampuan kognitif, memori dan kemampuan locomotor yang lebih lamban pada seorang anak. Siklus *stunting* dimulai dari seorang perempuan dengan masa kecil mengalami *stunting*, kemudian akan berpotensi untuk melahirkan keturunan yang mengalami *stunting* juga (Kementrian

Kesehatan Republik Indonesia, 2022a; Prendergast dan Humphrey, 2014).

Menurut data penelusuran *World Health Organization* (WHO), diperkirakan pada tahun 2020 terdapat 22,2% anak berusia dibawah 5 tahun menderita *stunting* dengan wilayah Asia sebagai angka *stunting* tertinggi (79 juta anak) terutama Asia tenggara yang di dalamnya terdapat Indonesia (54,3 juta anak) (UNICEF/WHO/WORLD BANK 2021)(Wicaksono dkk. 2021). Menurut hasil Survey Status Gizi Indonesia (SSGI), pada tahun 2022 kejadian *stunting* di Indonesia turun pada angka 21,6% dari persentase semula 24,4% dengan Provinsi Maluku pada posisi ke 13 dari 33 provinsi yakni 26.1% penderita *stunting* serta Kabupaten Maluku Tengah pada posisi ke 5 yakni 27.0%. Namun, meskipun terdapat penurunan tingkat *stunting* di Indonesia faktanya jumlah ini masih sangat jauh dari target penurunan angka *stunting* di Indonesia pada 2024 yakni 14%. Oleh karena itu, sekarang banyak program pemerintah yang dikerahkan untuk mencegah dan mengatasi kasus *stunting* (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022a).

Dalam mendiagnosis *stunting* wajib melewati serangkaian alur yaitu dimulai dengan anamnesis, pemeriksaan fisik dan pemeriksaan penunjang. Seorang anak dikatakan mengalami *stunting* apabila memiliki perawakan pendek atau bahkan sangat pendek berdasarkan tinggi badan menurut usia dan berat badan menurut usia yakni dari kurva WHO tersebut didapati hasil berupa kurang dari -2 standar deviasi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022b).

Terdapat 4 faktor yang berperan dalam menyebabkan terjadinya *stunting* yaitu keluarga dan rumah tangga, ASI, makanan pendamping ASI dan infeksi. *Stunting* dikenal dengan suatu siklus dikarenakan bila seorang perempuan yang masa kecilnya mengalami *stunting* maka berpotensi untuk melahirkan keturunan yang juga berpotensi mengalami *stunting* (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022b; Prendergast dan Humphrey, 2014). Sebagai contoh, anemia merupakan salah

satu faktor yang berkesinambungan dengan munculnya kejadian siklus *stunting*. Anemia sendiri sering terjadi pada remaja putri dan wanita usia subur dengan prevalensi menurut data riskesdas 2018 sebanyak 32% atau 1 dari 3 remaja menderita anemia di Indonesia (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Kemudian bila tidak teratasi maka akan terbawa hingga dia menjadi seorang ibu hamil yakni ibu hamil dengan anemia. Seorang ibu hamil yang mengalami anemia dapat mengakibatkan risiko PJT (pertumbuhan janin terhambat), kelahiran prematur, BBLR, dan gangguan tumbuh kembang seperti *stunting*. Bayi yang dilahirkan juga memiliki cadangan zat besi (Fe) yang rendah sehingga kedepannya berisiko menderita anemia. Sehingga hal inilah yang menjadi gambaran bagaimana *stunting* disebut sebagai suatu siklus (Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2018).

Selain itu kurangnya konsumsi tablet tambah darah (TTD) memiliki dampak negatif bagi kesehatan seperti lemah dan lesu sehingga menurunkan produktivitas. Adapun dampak jangka panjangnya adalah mengganggu kehamilan, berisiko meningkatkan kematian ibu, dan berisiko melahirkan bayi prematur dan berat badan bayi lahir rendah (BBLR) (Lestari dkk, 2021).

Menurut Yasutake, dkk., 2013 dan Kaur, dkk., 2006, kehilangan zat besi dari menstruasi yang dialami oleh seorang remaja putri harus diatasi dengan asupan zat besi yang lebih tinggi, telah terdapat banyak penelitian yang mengatakan bahwa pengendalian anemia pada wanita hamil dapat lebih mudah dilakukan jika kadar zat besi yang cukup itu dimilikinya selama masa remaja. Oleh karena itu, penting bagi remaja putri untuk dapat mencegah terjadinya anemia sejak dini sehingga hal ini dapat menjadi jembatan dalam menangani *stunting* atau dengan kata lain melakukan intervensi pada siklus hidup di tahap remaja sebagai wujud pencegahan *stunting* (Aditya Faradina Salsabilla dkk., 2023 dan Rokhmayanti dkk., 2023).

Menurut Permatasari, dkk., 2018, salah satu upaya yang telah dilakukan pemerintah dalam menanggulangi masalah

anemia adalah melalui pemberian suplementasi TTD berupa zat besi (60 mg FeSO<sub>4</sub>) dan asam folat (0,40 mg). Namun berdasarkan hasil Riskesdas 2018 cakupan konsumsi TTD remaja putri masih rendah. Sebanyak 76,2% remaja putri yang mendapatkan TTD, hanya 1,4% yang mengkonsumsi  $\geq 52$  butir. Sementara itu, 98,6% remaja mengkonsumsi  $\leq 52$  butir. Oleh sebab itu suplementasi TTD perlu untuk dimonitoring dan dievaluasi dengan baik dan komprehensif (Lestari dkk., 2021).

Kemudian banyak variasi intervensi yang dilakukan oleh pemerintah Indonesia dalam upaya percepatan penurunan kejadian dan pencegahan *stunting* dan hal ini tertuang dalam 2 indikator yaitu indikator intervensi gizi spesifik dan indikator intervensi gizi sensitif. Pada intervensi gizi spesifik tertuju langsung kepada subjek yang berpotensi sebagai penyebab dan subjek yang terkena *stunting*. Contoh intervensi gizi spesifik untuk menangani dan mencegah *stunting* ialah melalui peran ibu dan peran remaja yakni pemberian pengetahuan kepada para ibu terkait dengan pengenalan dan pencegahan *stunting* dan pemberian TTD pada remaja putri. Intervensi ini dilakukan karena terdapat hubungan langsung antara tingkat pengetahuan ibu terkait *stunting* dan kejadian anemia pada remaja putri dengan kejadian *stunting* pada anak yang mereka lahirkan (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia 2022).

Menurut (Rusilanti & Riska, 2021), peningkatan pemahaman remaja putri tentang masalah gizi dapat mempengaruhi sikap dan perilaku dalam memilih asupan nutrisi yang baik. Hal tersebut nantinya akan mempengaruhi status gizi bayi yang dilahirkan. Sehingga, edukasi gizi anak hingga remaja penting dilakukan untuk menghindari masalah kesehatan saat dewasa dan diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup. Oleh karena itu, perlu dilakukan penyuluhan informasi untuk meningkatkan pengetahuan mengenai *stunting* sehingga pencegahan dapat dilakukan semaksimal mungkin (Rokhmayanti dkk., 2023).

Hal inilah yang dilakukan oleh Kelompok Kerja Nyata (KKN) Negeri Morella

Universitas Pattimura Angkatan L Gelombang 1 Tahun 2023 pada Negeri Morella sebagai bentuk pengabdian masyarakat

## 2. METODE

Pada awalnya dilakukan observasi lapangan yakni melalui permasalahan yang dikemukakan oleh perangkat negeri Morella, pihak puskesmas Hitu, serta masyarakat negeri Morella yang mana merujuk pada permasalahan *stunting* dan permasalahan anemia dikalangan remaja putri. Maka dari itu, dibuatlah sosialisasi dan penyuluhan pengenalan dan pencegahan *stunting* serta suplementasi TTD di Negeri Morella.

Dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian yang dilakukan oleh KKN Universitas Pattimura angkatan ke-50 gelombang 1 tahun 2023 ini menggunakan metode sosialisasi dan penyuluhan. Kegiatan sosialisasi yang dilakukan kepada warga Morella khususnya ibu hamil dan ibu yang mempunyai anak balita dan disajikan dalam bentuk pembagian *leaflet* sedangkan penyuluhan yang dilakukan pada Madrasah Aliyah Al-hilaal disajikan dalam bentuk presentasi *power point* yang didalamnya terdapat sesi tanya jawab serta pembagian TTD. Sosialisasi diberikan oleh narasumber Nurul Fahira Kotta (anggota mahasiswa KKN) dengan dua pokok materi yaitu pengenalan terhadap *stunting* dan pencegahan *stunting* dengan melibatkan peran ibu. Penyuluhan diberikan oleh narasumber Dilya Magfirah Taher (anggota mahasiswa KKN) dengan dua pokok materi yaitu pengenalan *stunting* dan pencegahan *stunting* dengan melakukan suplementasi TTD kepada remaja putri. Pelaksanaan kegiatan ini melibatkan kami sendiri selaku mahasiswa KKN Universitas Pattimura, warga Morella, 50 remaja putri MA Al-hilaal Morella.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi *stunting* dilakukan pada tanggal 29 Oktober 2023 sedangkan penyuluhan serta suplementasi TTD dilakukan pada tanggal 11 November

2023. Kegiatan sosialisasi *stunting* ditujukan kepada warga Morella khususnya ibu hamil dan ibu yang mempunyai anak balita untuk meningkatkan peran ibu dalam mengatasi *stunting* sedangkan kegiatan penyuluhan serta suplementasi TTD ditujukan kepada 50 remaja putri MA Al-hilaal Morella untuk meningkatkan peran remaja putri dalam mencegah *stunting*.

Kedua kegiatan ini berjalan dengan baik dengan alur yang sistematis diperlihatkan pada Tabel 1. Indikator keberhasilan dari sosialisasi ialah meningkatnya kesadaran para ibu terhadap bahaya *stunting* dan cara pencegahannya sehingga tercermin pada upaya yang dilakukan oleh ibu seperti mengikuti posyandu sehingga dapat dengan mudah dan

lebih cepat terdeteksi anak-anak yang berpotensi terkena *stunting*, melakukan imunisasi lengkap kepada anak sehingga dapat mencegah terjadinya infeksi sehingga berpotensi sebabkan *stunting* pada anak-anak, mengkonsumsi TTD selama hamil untuk mencegah terjadinya anemia yang pada akhirnya berakhir dengan terjadinya *stunting* kepada anak yang dilahirkan. Sementara itu, indikator keberhasilan dari penyuluhan dan suplementasi TTD ialah meningkatnya kesadaran pada remaja terhadap perannya dalam upaya pencegahan *stunting* yakni dengan mengkonsumsi TTD secara teratur agar dapat mencegah *stunting* melalui penanganan terhadap kejadian anemia.

**Tabel 1.** Alur kegiatan sosialisasi dan penyuluhan *stunting*

NO	Sosialisasi <i>stunting</i>	Penyuluhan <i>stunting</i> dan suplementasi TTD
1	Perkenalan dan pembukaan dibawakan oleh Mc oleh Dilya Maghfirah Taher (anggota mahasiswa KKN)	Perkenalan dan pembukaan dibawakan oleh Mc oleh Adam Haidar Kanz P (anggota mahasiswa KKN)
2	Menjelaskan penganalan <i>stunting</i> dan pencegahan <i>stunting</i> kepada ibu melalui media <i>leaflet</i> ( <b>Gambar 2a</b> )	Menjelaskan materi pengenalan <i>stunting</i> dan pencegahan <i>stunting</i> kepada remaja putri melalui media <i>power point</i> . ( <b>Gambar 1a</b> )
3	Sesi pertanyaan dan penjelasan <i>leaflet</i> kepada setiap ibu ( <b>Gambar 2b</b> )	Sesi <i>quis</i> disertai dengan pembagian TTD ( <b>Gambar 1b</b> )
4	Penutupan dan dokumentasi bersama dipandu oleh Mc	Penutupan dan dokumentasi bersama dipandu oleh Mc

Dalam kegiatan penyuluhan *stunting* serta suplementasi TTD ini, disertai dengan pembagian jadwal minum TTD yang diperlihatkan pada Gambar 1c. Kegiatan sosialisasi *stunting* menggunakan *leaflet* yang diperlihatkan pada gambar 2c, *leaflet* tersebut terdiri atas 2 bagian yakni bagian pertama merupakan pengenalan *stunting* dan bagian kedua merupakan bagian yang menjelaskan tentang pencegahan *stunting*. Kegiatan sosialisasi berjalan dengan baik tanpa adanya kendala, namun pada kegiatan penyuluhan serta suplementasi TTD awalnya terdapat kendala berupa listrik

yang padam namun dapat diatasi dengan menggunakan genset.

Hasil dari kegiatan sosialisasi ini ialah banyak ibu yang mulai menyadari bahaya *stunting* terlihat dengan adanya atensi yang besar dari ibu-ibu saat dilakukan sosialisasi *stunting*, banyak ibu yang kemudian juga hadir dalam kegiatan posyandu yang dilakukan pada tanggal 9-10



(a)



(b)



(c)

Gambar 1. (a) Penyuluhan Pengenalan dan Pencegahan *Stunting*, (b) Pembagian TTD pada Madrasah Aliyah Al-Hilaal Morella, (c) Jadwal Minum TTD

Nopember 2023 sehingga anak-anaknya juga mendapatkan *screening* risiko *stunting* dan juga imunisasi. Hasil dari kegiatan penyuluhan serta suplementasi TTD ialah banyak remaja putri yang sangat antusias dalam menjawab quis yang diberikan oleh pemateri dan jawaban yang diberikan juga benar dan tepat, banyak remaja putri yang termotivasi untuk meminum TTD dikarenakan adanya jadwal yang dibagikan dan bisa di contreng sekaligus dapat memonitoring jalannya suplementasi TTD tersebut.



(a)



(b)



(c)

Gambar 2. (a) Sosialisasi Pengenalan dan Pencegahan *Stunting* melalui *leaflet*, (b) Penjelasan *Leaflet* kepada tiap ibu, (c) *leaflet* Pengenalan dan Pencegahan *Stunting*



#### 4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil kegiatan sosialisasi dan penyuluhan serta suplementasi TTD yang telah kami lakukan maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Pemberian materi terkait pengenalan dan pencegahan *stunting* dengan mengoptimalkan peran ibu dan peran remaja putri dapat dipahami dengan baik
2. Sosialisasi dan penyuluhan *stunting* ini memberi dampak yang positif untuk ibu dan remaja yakni lebih sadar terhadap bahaya *stunting* dan cara pencegahannya melalui peran dari ibu dan remaja putri seperti contohnya meningkatnya frekuensi kunjungan posyandu dilakukan oleh ibu untuk mencegah dan mengscreening anak dari kejadian *stunting*, meningkatnya frekuensi konsumsi TTD yang dilakukan oleh remaja putri untuk mencegah anemia

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas Hitu dan dr. H. Sofyan Syarifudin Umarella, Sp. PD, FINASIM yang telah memberi dukungan berupa *supply* TTD serta finansial terhadap pengabdian ini.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Salsabilla, A.F., Klaudia, A.F., Zahroh, F., Adrianto, A.Y., Maulana, I., & Nurdian, Y. (2023). *Empowering Young Women Through the Healthy Without Anemia Movement in Taman Bondowoso Village*. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 7(1):8-10.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2022a). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.

(2022b). Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Tentang Tata Laksana *Stunting*.

- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS).
- Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2018). *Kemenkes Reublik Indonesia*. Vol. 152.
- Lestari, D., Norji, A., Butar Butar, O.B., & Sari, A.R. (2021). Penanggulangan Rendahnya Konsumsi TTD Remaja Putri Melalui Penyuluhan dan Pembentukan Duta Remaja. *Kesehatan Masyarakat* 4:545-51.
- Prendergast, A.J., & Humphrey, J.H. (2014). *The stunting syndrome in developing countries. Paediatrics and International Child Health* 34(4):250-65.
- Rokhmayanti, Astuti, F.D., Hastuti, S.K.W., & Martini, T. (2023). *Education on the Important Role of Youth in Stunting Prevention in Patehan, Kraton, Yogyakarta City. Journal of Community Health Services* 03(1):8-14.
- UNICEF/WHO/World Bank. (2021). *Levels and trends in child malnutrition UNICEF / WHO / World Bank Group Joint Child Malnutrition Estimates Key findings of the 2021 edition. World Health Organization* 1-32.
- Wicaksono, Aryo, R., Arto, K.S., Mutiara, E., Deliana, M., Lubis, M., & Batubara, J.R.L. (2021). *Risk factors of stunting in indonesian children aged 1 to 60 months. Paediatrica Indonesiana(Paediatrica Indonesiana)* 61(1):12-19.