

SOSIALISASI TENTANG PENCEGAHAN STUNTING KEPADA MASYARAKAT DI NEGERI TENGAH-TENGAH, MALUKU TENGAH

M. Fizar Ramadhan¹, Afiq Wahyu Bagus Syamsudin², Bernita br Silaban^{3*}

¹⁻³ Universitas Pattimura

* Email korespondensi: itasilaban1981@gmail.com

Abstrak

Stunting atau biasanya disebut dengan kerdil merupakan gangguan pada fisik maupun pada otak yang menjadi salah satu masalah kesehatan yang harus di tangani secara serius oleh pemerintah dengan dukungan serta kontribusi masyarakat. Kesadaran masyarakat khususnya ibu dan calon ibu sangat penting dalam mencegah terjadinya stunting. Tujuan pengabdian ini untuk memberikan edukasi kepada masyarakat tentang pencegahan stunting. Sasarannya kepada ibu-ibu PKK di Negeri Tengah-Tengah. Metode yang digunakan berupa metode ceramah dan tanya jawab. Dalam menyampaikan materi, narasumber menunjukkan gambar-gambar dan video pendek yang nyata dan menarik sehingga para peserta dapat memahami dengan mudah. Peserta sangat antusias memperhatikan dan mencatat materi yang disampaikan. Dari hasil Kegiatan ini dapat disimpulkan bahwa masyarakat Negeri Tengah-Tengah telah mengerti dan memahami dengan baik tentang stunting, penyebab, gejala, dan pencegahannya, salah satunya dengan mengetahui pemberian dan pemilihan nutrisi yang baik pada anak. Diharapkan setelah dilakukan sosialisasi masalah stunting di Provinsi Maluku dapat ditekan.

Kata kunci: *stunting, Negeri Tengah-tengah, penyebab, gejala, pencegahan*

Abstract

Stunting is known as physical and brain disorder which become the most important health problems that must be held seriously by the government with the support and contribution of the community. The consciousness of public become an importance factor to prevent the stunting, especially from mothers and future mothers. This community service activity aimed to educate general public especially PKK mothers of Negeri Tengah-Tengah on proper child-rearing practices as a preventive measure against stunting. The method used is the lecture and question & answer method During this program, presenting team show the realistic and interesting pictures and short videos, so that the participants could understand easily. Participants were very enthusiastic in paying attention and taking notes on the material presented. The Result of this activity can be concluded that the community of Negeri Tengah-Tengah has understood well about stunting, its causes, symptoms, and prevention, one of which is by knowing the provision and selection of good nutrition in children. It is expected that after the socialization, the problem of stunting in Maluku Province can be reduced.

Keywords: *stunting, Negeri Tengah-Tengah, reason, symptom, prevention*

1. PENDAHULUAN

Stunting atau biasanya disebut dengan kerdil merupakan gangguan pada fisik maupun pada otak yang menjadi salah satu masalah kesehatan yang harus di tangani secara serius oleh pemerintah dengan dukungan serta kontribusi masyarakat. Di Indonesia stunting merupakan permasalahan nasional yang memerlukan penanganan secara bersama (World Bank, 2019). Stunting merupakan kondisi kekurangan gizi dalam kurun waktu yang lama terutama dalam seribu hari pertama kehidupan. Stunting bisa saja menimbulkan beberapa masalah pertumbuhan atau intelektual pada anak (Saputra et al., 2023). Dalam jangka panjang stunting dapat menyebabkan penurunan fungsi kognitif dan akademik pada anak, dapat melemahkan sistem imun sehingga anak tersebut rentan terkena penyakit (Saputra et al., 2023). Generasi yang terkena stunting mereka akan cenderung memiliki tingkat kecerdasan yang kurang baik, nantinya akan berpengaruh pada kualitas generasi muda di Indonesia (Ahmad et al., 2022)

Pemerintah Indonesia telah menetapkan komitmen untuk edukasi dan pencegahan secara nasional mengenai bahaya stunting salah satunya adalah dengan evaluasi dan monitor pangan

dan gizi yang baik. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (Litbangkes) angka stunting 2018 di Indonesia mencapai 30,8% dimana satu dari tiga anak di Indonesia mengalami stunting (Haryani, 2021). Prevalensi stunting di Indonesia pada Tahun 2021 sebesar 24,4% dan pada Tahun 2022 mengalami penurunan menjadi 21,6%. Hal ini menunjukkan bahwa pemerintah telah bersungguh-sungguh melakukan program perbaikan gizi pada anak walaupun menurut standar WHO penurunannya harus kurang dari 20% pada suatu wilayah (Kemenkes RI, 2023). (Ahmad et al., 2022), ada beberapa cara pencegahan yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya stunting yaitu diantaranya ada: pemenuhan gizi bagi ibu hamil, pemberian air susu ibu, memantau pertumbuhan balita atau anak di posyandu, meningkatkan akses terhadap air bersih dan fasilitas Kesehatan serta selalu menjaga lingkungan agar tetap bersih.

Beberapa sumber menyebutkan bahwa beberapa faktor utama dari penyebab stunting adalah tingkat pendidikan ibu, status pengetahuan ibu tentang gizi, pendapatan keluarga, pemberian ASI eksklusif dan usia mendapatkan MPASI (Purbowati et al., 2021), (Rahman et al., 2023). Menurut Wulandari & Muniroh, (2020), kecukupan gizi pada haruslah diberikan secara seimbang baik gizi mikronutrien ataupun makronutrien dimana pemberian gizi ini akan membantu mencegah anak menderita stunting. Ada beberapa asupan gizi mikronutrien yang penting bagi anak yaitu ada zinc, zat besi, dan kalsium, pada kalsium sendiri merupakan yang penting untuk anak karena kalsium berperan dalam pertumbuhan dan perkembangan tulang. Apabila asupan kalsium rendah maka mineralisasi matriks tulang akan terhambat dan terjadi disfungsi osteoblast (sel yang berperan dalam pertumbuhan dan perkembangan tulang) akan mempengaruhi pada pertumbuhan tinggi badan dan perkembangan otak pada anak. Stunting merupakan masalah serius yang harus ditangani bersama pemerintah dan masyarakat, karena tanpa kerjasama masalah stunting tidak akan bisa diselesaikan. Oleh karena itu salah satu program yang dilakukan oleh mahasiswa KKN Angkatan L Gelombang I Tahun 2023 adalah memberikan sosialisasi tentang gerakan masyarakat sadar stunting. Adapun tujuan pengabdian ini adalah untuk memberikan edukasi tentang pencegahan stunting kepada masyarakat di Negeri Tengah-Tengah sehingga masyarakat dapat memahami pentingnya nutrisi serta kesehatan ibu dan anak sebagai upaya untuk mencegah terjadinya stunting.

2. METODE

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dilaksanakan pada tanggal 31 oktober 2023 bertempat di Baileo Negeri Tengah-Tengah, Kecamatan Salahutu, Kabupaten Maluku Tengah. Sasarannya kepada ibu-ibu PKK sebanyak 20 peserta. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah metode ceramah dan tanya jawab. Kegiatan ini dilakukan dengan beberapa tahap yaitu: 1). Tahap survei, yang dilakukan pada saat kegiatan posyandu. Tujuannya untuk mengetahui langsung apakah ada penderita stunting di Negeri Tengah-Tengah. Pada tahap ini juga tidak hanya dilakukan tanya jawab, namun juga dilakukan dengan menanyakan data pasien stunting di Negeri Tengah-Tengah pada kader posyandu dan dokter atau perawat yang bertugas dalam kegiatan posyandu. Survei ini dilakukan dua kali pada saat ada kegiatan posyandu. 2). Tahap persiapan dan pengumpulan bahan dan alat. Pada tahapan ini dilakukan pembuatan dan pengiriman surat kepada staf pemerintah Negeri, kelompok nelayan, ibu-ibu kader PKK, Saniri negeri, Babinsa dan Babinkamtibmas di Negeri Tengah-Tengah. 3). Tahap sosialisasi dilakukan di baileo Negeri Tengah-Tengah. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan dengan cara penyampaian secara langsung kepada peserta yang hadir dengan menampilkan power point. Materi yang disampaikan saat sosialisasi yaitu: gejala, dan ciri-ciri anak yang terkena stunting pencegahan, pemanfaatan dan pemilihan nutrisi serta gizi pada anak.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi tentang pencegahan stunting kepada masyarakat Di Negeri Tengah-Tengah yang berlangsung pada tanggal 31 Oktober 2023 dapat terlaksana dengan lancar. Penyampaian materi yang diberikan dalam kegiatan ini berupa pengertian stunting, perbedaan stunting dengan gizi buruk, penyebab, dampak stunting, kurva menilai stunting pada anak laki-laki dan perempuan berdasarkan umur, berat badan menggunakan kurva WHO, menghitung berat badan ideal, nutrisi pada 1000 hari pertama kehidupan, makanan yang aman selama kehamilan, makanan dan nutrisi untuk ibu hamil, kebutuhan nutrisi dasar anak, ASI, penentuan makanan yang baik guna pendukung makanan pendamping ASI (MPASI) dan tips praktis pada anak yang susah makan (Gambar 1). Dalam penyampaian materi, narasumber menunjukkan gambar-gambar dan video pendek yang nyata dan menarik sehingga para peserta dapat memahami dengan mudah. Peserta sangat antusias memperhatikan dan mencatat materi yang disampaikan (Gambar 2). Pada saat penyampaian materi ada beberapa peserta yang tampak khawatir mengenai keadaan anak atau cucunya apakah terkena stunting atau tidak.



Gambar 1. Penyampaian materi oleh narasumber



Gambar 2. Antusias masyarakat pada kegiatan sosialisasi

Dalam penyampaian materi dijelaskan bahwa stunting merupakan masalah gizi yang kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu yang lama, Pada umumnya karena asupan makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi (Wulandari & Muniroh, 2020). Stunting ditandai dengan lambatnya perkembangan tinggi badan dan pertumbuhan fisik yang tidak sesuai dengan usianya. Stunting ini biasanya digunakan sebagai indikator jangka panjang untuk kondisi gizi kurang pada anak. Stunting dapat didiagnosa melalui indeks antropometri

tinggi badan menurut umur yang mencerminkan pertumbuhan linear yang bisa dicapai pada pra dan pasca persalinan dengan indeks kekurangan gizi jangka panjang (Haryani, 2021). Stunting dapat berdampak terhadap perkembangan motorik dan verbal, peningkatan penyakit degeneratif, kejadian kesakitan dan kematian.

Berbagai penelitian telah membuktikan bahwa terdapat pengaruh stunting terhadap perkembangan kognitif dan prestasi belajar anak yang dapat menurunkan produktivitas kerja sehingga pada akhirnya dapat menghambat pertumbuhan ekonomi dan meningkatkan kemiskinan di suatu negara. Dampak jangka panjang dari stunting yaitu postur tubuh yang tidak optimal saat dewasa, peningkatan risiko obesitas dan penyakit degeneratif lainnya, menurunnya kesehatan reproduksi, tidak optimalnya kapasitas belajar dan performa saat masa sekolah, dan tidak maksimalnya produktivitas dan kapasitas kerja. (balita) merupakan masa kritis dari perkembangan dan pertumbuhan dalam siklus hidup manusia, dimana anak mengalami pertumbuhan fisik yang paling pesat dan masa ini juga disebut masa emas perkembangan otak. Oleh karena itu, baik buruknya status gizi balita akan berdampak langsung pada pertumbuhan dan perkembangan kognitif dan psikomotorik anak. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, anak yang menderita stunting memiliki risiko perkembangan kognitif, motorik, dan verbal yang kurang optimal dan dapat berdampak pada menurunnya kapasitas belajar dan prestasi belajar di sekolah. Menurunnya kapasitas belajar dan performa anak pada masa sekolah dapat mengakibatkan produktivitas dan kinerja saat anak dewasa juga menjadi tidak optimal (Yadika et al., 2019).

Menurut Haryani, (2021) pemberian makanan tambahan atau MPASI (makanan pendamping ASI) dapat membantu dan mencegah dari terjadinya stunting. Pemberian MPASI harus sesuai dengan kebutuhan gizi serta asupan protein pada anak. Oleh karena itu dalam penyampaian materi narasumber menyatakan bahwa pemberian makanan tambahan diutamakan pada bahan makanan lokal yang tersedia di wilayah Negeri Tengah-Tengah seperti ikan yang tinggi protein dan mineral dan sayur mayur yang tinggi vitamin. Lebih lanjut dikatakan bahwa dalam pemberian makanan juga harus memperhatikan kemasan dan tanggal kedaluwarsa dari makanan tersebut. Menurut Sinuraya et al., (2019), tingkat pengetahuan ibu mengenai asupan nutrisi pada anak memiliki peranan yang penting untuk mencegah stunting. Ibu perlu harus mengetahui jenis makanan apa saja yang diberikan kepada bayi yang dimana dimulai dengan pemberian ASI eksklusif, makanan pengganti ASI, dan upaya makanan bergizi yang dapat membantu perkembangan fisik dan otak pada bayi, dimana pemberian makanan pendamping ASI (MPASI) dan pemberian ASI eksklusif yang tidak sesuai merupakan faktor utama yang menyebabkan prevalensi dari stunting.

Safitri et al., (2019) menyatakan bahwa masa 1000 hari pertama kehidupan (HPK) dimulai saat pembuahan sampai usia 2 tahun; merupakan periode emas yang sangat menentukan masa depan anak. diperlukan perhatian dalam memilih makanan yang dimana makanan yang konsumsi oleh anak-anak atau balita ini dapat juga berpengaruh dalam perkembangan atau pertumbuhan pada anak. Nutrisi ibu hamil sangat penting karena memengaruhi perkembangan janin, organogenesis (proses pembentukan organ) dan pembentukan saraf. Dalam penyampaian materi dijelaskan nutrisi yang diperlukan seperti protein, lemak, karbohidrat, zat besi, zink, tembaga, yodium, selenium dan berbagai vitamin seperti vitamin A, B, K, dan asam folat. Defisiensi dan gangguan transpor zat besi dari ibu ke janin meningkatkan risiko defisiensi zat besi pada bayi baru lahir dan berhubungan dengan berkurangnya fungsi kognitif jangka panjang. Zink memengaruhi pembentukan lempeng pertumbuhan anak karena berperan pada lebih dari 100 enzim dan ribuan faktor transkripsi. kadar zink yang rendah berhubungan dengan prevalensi stunting pada anak balita. ASI merupakan sumber nutrisi terbaik untuk bayi dan paling efektif untuk menjamin kesehatan dan kesintasan anak sehingga dianjurkan pemberian ASI eksklusif minimal selama 6 bulan pertama. Berdasarkan hasil penelitian bayi yang mendapat ASI memperlihatkan tingkat kecerdasan (IQ lebih tinggi 3,5 poin) lebih baik dibandingkan bayi yang mendapat susu formula.

Menurut Gunardi, (2021) makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang tepat waktu, cukup kalori, protein, vitamin, mineral, higienis dan responsif diberikan setelah bayi berusia 6 bulan dan ASI dapat diteruskan sampai usia 2 tahun. Karena tumbuh kembang berlangsung pesat maka diperlukan nutrient tambahan. Wijaya, (2019) menjelaskan bahwa air susu ibu (ASI) adalah emulsi lemak berbentuk globulus dalam air, mengandung agregat protein, laktosa, dan garam-garam organik yang diproduksi oleh alveoli kelenjar payudara seorang ibu. Air susu ibu memberikan nutrisi ideal untuk bayi. ASI memiliki campuran vitamin, protein, dan lemak yang hampir sempurna untuk memenuhi nutrisi yang dibutuhkan bayi untuk tumbuh. ASI lebih mudah dicerna daripada susu formula. ASI mengandung kolostrum kaya antibodi karena mengandung protein untuk daya tahan tubuh dan pembunuh kuman dalam jumlah besar. Menyusui menurunkan risiko asma atau alergi pada bayi. Selain itu, bayi yang disusui eksklusif selama 6 bulan pertama tanpa formula, mempunyai risiko infeksi telinga, penyakit pernapasan, dan diare lebih rendah

Dari materi yang diberikan, peserta baru mengetahui cara menghitung berat badan yang ideal. Menurut peserta pengenalan dan pencegahan tentang stunting perlu disosialisasikan, pengenalan makanan dan nutrisi yang baik perlu diketahui oleh masyarakat sehingga masalah stunting dapat dicegah. Makanan yang bernutrisi tersebut juga mudah diperoleh di Negeri Tengah-tengah. Tingkat pemahaman materi diukur dengan quisioner yang diberikan kepada peserta sebelum dan sesudah sosialisasi dan pelatihan. Dari hasil analisa (Tabel 1) diperoleh bahwa sebelum kegiatan sebanyak 95% masyarakat kurang memahami materi pencegahan stunting dan setelah kegiatan dilakukan sebanyak 100% menjawab cukup memahami materi yang diberikan. Diharapkan agar program ini dapat memberikan hasil positif terhadap pencegahan stunting yang ada di Maluku.

Tabel 1. Pengetahuan pre-test dan post-test peserta

Pengetahuan	Cukup		Kurang		Total	
	n	%	n	%	n	%
Pre-test	1	5	19	95	20	100
Post-test	20	100	-	-	20	100

4. KESIMPULAN

Stunting merupakan masalah gizi yang kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu yang lama. Kegiatan sosialisasi sangat diperlukan bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap bahaya stunting dan cara pencegahannya. Dari hasil Kegiatan sosialisasi ini dapat disimpulkan bahwa masyarakat Negeri Tengah-Tengah telah mengerti dan memahami dengan baik tentang stunting, penyebab, gejala, dan pencegahannya telah mengetahui pemberian dan pemilihan nutrisi yang baik pada anak. Diharapkan setelah dilakukan sosialisasi masalah stunting di Provinsi dapat ditekan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pelaksanaan kegiatan ini dapat berhasil karena adanya bantuan dan kerjasama dari berbagai pihak. Terima kasih kami sampaikan kepada warga dan Pemerintah Negeri Tengah-Tengah, Ibu-ibu PKK, rekan-rekan mahasiswa KKN, serta Dosen pendamping lapangan.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmad, S. N. A., Dadang, D., & Latipah, S. (2022). Sosialisasi Stunting Di Masyarakat Kota Tangerang. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(2), 704. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v6i2.8507>

- Gunardi, H. (2021). Optimalisasi 1000 Hari Pertama Kehidupan: Nutrisi, Kasih Sayang, Stimulasi, dan Imunisasi Merupakan Langkah Awal Mewujudkan Generasi Penerus yang Unggul. *EJournal Kedokteran Indonesia*, 9(1), 1. <https://doi.org/10.23886/ejki.9.2.1>
- Haryani, S. A. A. P. S. K. (2021). Pencegahan Stunting Melalui Pemberdayaan. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 4(1), 30–39.
- Kemendes RI. (2023). Prevalensi Stunting di Indonesia Turun ke 21,6% dari 24,4%. <https://sehatnegeriku.kemdes.go.id/baca/rilis-media/20230125/3142280/prevalensi-stunting-di-indonesia-turun-ke-216-dari-244/>
- Purbowati, M. R., Ningrom, I. C., & Febriyanti, R. W. (2021). Gerakan Bersama Kenali, Cegah, dan Atasi Stunting Melalui Edukasi Bagi Masyarakat di Desa Padamara Kabupaten Purbalingga. *AS-SYIFA : Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Kesehatan Masyarakat*, 2(1), 15. <https://doi.org/10.24853/assyifa.2.1.15-22>
- Rahman, H., Rahmah, M., & Saribulan, N. (2023). UPAYA PENANGANAN STUNTING DI INDONESIA Analisis Bibliometrik dan Analisis Konten. *Jurnal Ilmu Pemerintahan Suara Khatulistiwa (JIPSK)*, VIII(01), 44–59.
- Safitri, T. M. M., Cholissodin, I., & Setiawan, B. D. (2019). Optimasi Kombinasi Bahan Makanan untuk Mencegah Stunting pada Balita dengan menggunakan Algoritme Genetika. *J-Ptiik.Ub.Ac.Id*, 3(8), 7817–7824. <http://j-ptiik.ub.ac.id>
- Saputra, R., Sanjaya, R. A., Maina, A. D., Ulyah, R. T., Fikriah, I., Khotimah, S., Bakhtiar, R., Sudarso, S., & Sawitri, E. (2023). Intervensi Pencegahan Stunting Pada Anak Di Kutai Kartanegara Dan Samarinda. *Kumawula: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(2), 254. <https://doi.org/10.24198/kumawula.v6i2.42526>
- Sinuraya, K. R., Qodrinda, A. H., & Amalia, R. (2019). Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Dalam Mencegah Stunting. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 48–51. <https://jurnal.unpad.ac.id/pkm/article/view/23242>
- Wijaya, F. A. (2019). Nutrisi Ideal untuk Bayi 0-6 Bulan. *CDK - Journal*, 46(4), 296–300.
- World Bank. (2019, November). Indonesia Accelerates Fight Against Childhood Stunting. <https://www.worldbank.org/en/news/feature/2018/06/26/indonesia-fights-stunting-commitment-convergence-and-communities>
- Wulandari, R. C., & Muniroh, L. (2020). Hubungan Tingkat Kecukupan Gizi, Tingkat Pengetahuan Ibu, dan Tinggi Badan Orangtua dengan Stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Tambak Wedi Surabaya. *Amerta Nutrition*, 4(2), 95. <https://doi.org/10.20473/amnt.v4i2.2020.95-102>
- Yadika, A. D. N., Berawi, K. N., & Nasution, S. H. (2019). Pengaruh stunting terhadap perkembangan kognitif dan prestasi belajar. *Jurnal Majority*, 8(2), 273–282.