

Upaya pencegahan stunting melalui edukasi pada masyarakat Dusun Sindet, Wukirsari

Rizky Wulandari^{1*}, Ameylia Nur Anggraeni², Zariat², Sufa Badra Paramita², Afifah Rosiana³, Sentosa Wijaya¹, Ade Ray Ahmad Silvano⁴, Anna Indriastuti⁵, Adhe Novrianti⁶, Tazkiyatunnafsiyati Zuhrowiyah⁷, Luthfiah Kusuma Safitri

¹S1 Fisioterapi, Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

²S1 Gizi, Ilmu kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

³S1 Kebidanan, Ilmu kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

⁴S1 Teknologi Informasi, Sains dan Teknologi, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

⁵S1 Keperawatan, Ilmu kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

⁶S1 Manajemen, Ekonomi Ilmu Sosial Dan Humaniora, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

⁷S1 Bioteknologi, Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

⁸S1 Psikologi, Fakultas Ekonomi Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Email: Ameylianuranggraeni05@gmail.com, zariatizar@gmail.com, sufabadra30@gmail.com, afifahrosiana19@gmail.com, sentosawijaya958@gmail.com, aderay768@gmail.com, annaindrias15@gmail.com, adhenovrianti5@gmail.com, tazkiyanafsah219@gmail.com, Fiaass3@gmail.com, rizkywulan.fisio@gmail.com*

Abstrak

Upaya pencegahan stunting merupakan langkah penting untuk meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat. Stunting, atau kondisi anak yang mengalami gangguan pertumbuhan tinggi badan akibat kekurangan gizi, menjadi perhatian serius di Dusun Sindet Wukirsari. Edukasi kepada masyarakat dilakukan melalui penyuluhan, pembagian leaflet, dan penyajian produk makanan berbasis lokal seperti nugget lele, yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan gizi keluarga. Melalui pendekatan pola asuh yang baik dan pemanfaatan sumber daya lokal, diharapkan angka stunting dapat menurun secara signifikan. Edukasi ini juga berfokus pada pentingnya peran ibu hamil dalam mencegah stunting sejak masa prakonsepsi.

Kata Kunci: Stunting; edukasi masyarakat; gizi keluarga; pola asuh; nugget lele.

Efforts to prevent stunting through education in the people of Sindet Hamlet, Wukirsari

Abstract

Stunting prevention efforts are crucial to improving community health quality. Stunting, a condition where children experience impaired height growth due to nutritional deficiencies, has become a serious concern in Sindet Wukirsari Hamlet. Education for the community was conducted through outreach, leaflet distribution, and the presentation of locally-based food products such as catfish nuggets, aimed at increasing family nutrition knowledge. Through a good parenting approach and utilizing local resources, it is expected that the stunting rate will significantly decrease. This education also focuses on the importance of the role of pregnant women in preventing stunting from the preconception stage.

Keywords: Stunting; community education; family nutrition; parenting; catfish nuggets.

1. Pendahuluan

Stunting pada anak-anak merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang utama di Indonesia. Stunting menjadi masalah yang sangat serius karena dikaitkan dengan risiko kesakitan dan kematian yang lebih besar, obesitas, dan penyakit tidak menular di masa depan, orang dewasa yang pendek, buruknya perkembangan kognitif dan rendahnya produktivitas dan pendapatan. Dengan kata lain, stunting akan mempengaruhi kualitas sumber daya manusia di kemudian hari (Paramashanti, Hadi, & Gunawan, 2016)

Masalah anak pendek (stunting) merupakan salah satu permasalahan gizi yang dihadapi di dunia, khususnya di negara-negara miskin dan berkembang (Unicef, 2013). Stunting menjadi permasalahan karena berhubungan dengan meningkatnya risiko terjadinya kesakitan dan kematian, perkembangan otak suboptimal sehingga perkembangan motorik terlambat dan terhambatnya pertumbuhan mental (Lewit, 1997; Kusharisupeni, 2002; Unicef, 2013). Beberapa studi menunjukkan risiko yang diakibatkan stunting yaitu penurunan prestasi akademik (Analysis & Timur, 2013) meningkatkan risiko obesitas (Hoffman et al, 2000; Timaeus, 2012) lebih rentan terhadap penyakit tidak menular (Unicef Indonesia, 2013) dan peningkatan risiko penyakit degeneratif (Picauly & Toy, 2013, WHO, 2013, Crookston et al 2013). Penelitian kohort prospektif di Jamaika, dilakukan pada kelompok usia 9-24 bulan, diikuti perkembangan psikologisnya ketika berusia 17 tahun, diperoleh bahwa remaja yang terhambat pertumbuhannya lebih tinggi tingkat kecemasan, gejala depresi, dan memiliki harga diri (self-esteem) yang rendah dibandingkan dengan remaja yang tidak terhambat pertumbuhannya. Anak-anak yang terhambat pertumbuhannya sebelum berusia 2 tahun memiliki hasil yang lebih buruk dalam emosi dan perilakunya pada masa remaja akhir (Walker et al 2007). Oleh karena itu stunting merupakan prediktor buruknya kualitas sumber daya manusia yang selanjutnya akan berpengaruh pada pengembangan potensi bangsa. (Mustafa, No, Selatan, & Komunitas, 2015)

Stunting merupakan bentuk kegagalan pertumbuhan (growth faltering) akibat akumulasi ketidakcukupan nutrisi yang berlangsung lama mulai dari kehamilan sampai usia 24 bulan (Hoffman et al, 2000; Bloem et al, 2013). Keadaan ini diperparah dengan tidak terimbangnya kejar tumbuh (catch up growth) yang memadai (Kusharisupeni, 2002; Hoffman et al, 2000). Indikator yang digunakan untuk mengidentifikasi balita stunting adalah berdasarkan indeks Tinggi badan menurut umur (TB/U) menurut standar WHO child growth standart dengan kriteria stunting jika nilai z score TB/U < -2 Standart Deviasi (SD) (Picauly & Toy, 2013; Mucha, 2013). Periode 0- 24 bulan merupakan periode yang menentukan kualitas kehidupan sehingga disebut dengan periode emas. Periode ini merupakan periode yang sensitif karena akibat yang ditimbulkan terhadap bayi pada masa ini akan bersifat permanen dan tidak dapat dikoreksi. Untuk itu diperlukan pemenuhan gizi yang adekuat pada usia ini (Nutrition-sensitive, 2012)

Stunting disebabkan oleh faktor multidimensi dan tidak hanya disebabkan oleh faktor gizi buruk yang dialami oleh ibu hamil maupun anak balita. Intervensi yang paling menentukan untuk dapat mengurangi prevalensi stunting oleh karenanya perlu dilakukan pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dari anak balita. Beberapa faktor yang menjadi penyebab stunting dapat digambarkan sebagai berikut: (Boucot & Poinar Jr., 2010)

Pertama, praktek pengasuhan yang kurang baik, termasuk kurangnya pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi sebelum dan pada masa kehamilan, serta setelah ibu melahirkan. Beberapa fakta dan informasi yang ada menunjukkan bahwa 60% dari anak usia 0-6 bulan tidak mendapatkan Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif, dan 2 dari 3 anak usia 0-24 bulan tidak menerima Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI). MP-ASI diberikan/mulai diperkenalkan ketika balita berusia diatas 6 bulan. Selain berfungsi untuk mengenalkan jenis makanan baru pada bayi, MPASI juga dapat mencukupi kebutuhan nutrisi tubuh bayi yang tidak lagi dapat disokong oleh ASI, serta membentuk daya tahan tubuh dan perkembangan sistem imunologis anak terhadap makanan maupun minuman.

Kedua, masih terbatasnya layanan kesehatan termasuk layanan ANC-Ante Natal Care (pelayanan kesehatan untuk ibu selama masa kehamilan), Post Natal Care dan pembelajaran dini yang berkualitas. Informasi yang dikumpulkan dari publikasi Kemenkes dan Bank Dunia menyatakan bahwa tingkat kehadiran anak di Posyandu semakin menurun dari 79% di 2007 menjadi 64% di 2013 dan anak belum mendapat akses yang memadai ke layanan imunisasi. Fakta lain adalah 2 dari 3 ibu hamil belum mengkonsumsi suplemen zat besi yang memadai serta masih terbatasnya akses ke layanan pembelajaran dini yang berkualitas (baru 1 dari 3 anak usia 3-6 tahun belum terdaftar di layanan PAUD/Pendidikan Anak Usia Dini).

Ketiga, masih kurangnya akses rumah tangga / keluarga ke makanan bergizi. Penyebabnya karena harga makanan bergizi di Indonesia masih tergolong mahal.

Keempat, kurangnya akses ke air bersih dan sanitasi. Data yang diperoleh di lapangan menunjukkan bahwa 1 dari 5 rumah tangga di Indonesia masih buang air besar (BAB) di ruang terbuka, serta 1 dari 3 rumah tangga belum memiliki akses ke air minum bersih.

2. Metode

Metodologi pada pengabdian masyarakat ini dimulai dengan tahap persiapan, pembuatan leaflet dan pelaksanaan edukasi. Tahap persiapan yang dilakukan antara lain menyiapkan materi edukasi pencegahan stunting dengan mengolah makanan sesuai potensi sumber daya yang ada. Pemberian leaflet bertujuan untuk mempermudah masyarakat dalam memahami materi yang disampaikan saat edukasi.

Pada pelaksanaannya penyampaian materi edukasi dilakukan menggunakan tampilan slide proyektor, pemberian leaflet dan pemberian sampel produk makanan nugget lele sebagai makanan cegah stunting pada ibu-ibu partisipan edukasi pencegahan stunting ini.

Edukasi pencegahan stunting ini dilakukan melalui kerjasama bersama masyarakat setempat Padukuhan Sindet Imogiri. Edukasi ini masuk dalam pertemuan ibu-ibu PKK dimana didalamnya terdapat banyak ibu menyusui dan masih memiliki anak balita. Sehingga target partisipan sesuai dengan edukasi yang disampaikan.

3. Hasil dan Pembahasan

Salah satu upaya pencegahan stunting adalah melalui pendidikan orang tua dalam mengubah peningkatan gizi keluarga. Kegiatan pencegahan stunting dilakukan dengan cara memberikan edukasi kepada ibu-ibu di Sindet, Wukirsari, Imogiri, Bantul. Berbekal pengetahuan angka stunting di Sindet, Wukirsari menjadi dasar untuk dilakukannya penyuluhan. Penyuluhan dilakukan menggunakan media *Power Point* serta leaflet yang dibagikan kepada ibu-ibu, dengan harapan dapat diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari. Dua media tersebut berisi tentang pengertian stunting, ciri-ciri stunting, penyebab stunting, dampak dan efek stunting, zat gizi yang wajib terpenuhi serta modifikasi resep yang bertujuan meningkatkan nafsu makan anak. Salah satu sumber budi daya yang ada di Sindet, Wukirsari adalah ikan lele. Ikan lele memiliki nilai protein yang tinggi, murah, dan dapat diolah menjadi berbagai jenis makanan, lele mampu menjadi solusi panganan untuk mencegah stunting pada anak. Memanfaatkan sumber daya yang ada sehingga terbentuk sebuah resep unik dari ikan lele yaitu nugget lele. Adapun modifikasi resep lainnya ialah telur gulung daun kelor, resep ini bertujuan untuk meningkatkan nafsu makan anak.

Pola asuh orang tua merupakan pendekatan orang tua terhadap anak, baik dalam hal mendidik maupun memberikan contoh baik agar anak memiliki kemampuan yang baik dalam tumbuh kembangnya, sehingga pola asuh orang tua menjadi faktor penting dalam mencegah stunting. Pencegahan stunting dapat dilakukan dari masa prakonsepsi atau sebelum hamil, karena pada tahap ini merupakan penentu untuk kehamilan yang sukses. Dimulai dari remaja, calon pengantin dan ibu yang menunda kehamilan. Untuk memutus rantai stunting, perlu dilakukan sejak dini. Dengan memberikan tablet tambah darah untuk memenuhi kebutuhan zat besi dan gizi yang cukup, dapat meningkatkan peluang kehamilan yang sehat dan mencegah stunting pada anak-anak.

Pencegahan stunting pada masa kehamilan dapat dilakukan dengan melakukan pemeriksaan kehamilan minimal 8 kali selama kehamilan, makanan yang bergizi bagi ibu, pemberian tablet tambah darah, pemberian imunisasi tetanus toxoid, konseling persiapan persalinan dan menanggulangi cacangan pada ibu hamil, pemberian kelambu berinsektisida bagi ibu hamil yang positif malaria dan pemberian makanan tambahan pada ibu hamil yang mengalami Kekurangan Energi Kronik (Kesmas, 2018).

Kegiatan penyuluhan ini bertujuan untuk menurunkan angka stunting dengan pemberian edukasi pada ibu-ibu. Adanya penyuluhan ini diharapkan bisa meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya pola asuh yang sesuai agar anak terhindar dari stunting karena pendidikan orang tua menjadi kunci dalam meningkatkan gizi keluarga dan pencegahan stunting. Selain itu diharapkan pencegahan stunting dapat segera dilakukan sejak dini dari masa prakonsepsi hingga konsepsi.

4. Kesimpulan

Pada dasarnya Stunting merupakan bentuk kegagalan pertumbuhan (growth faltering) akibat akumulasi ketidakcukupan nutrisi yang berlangsung lama mulai dari kehamilan sampai usia 24 bulan. Salah satu cara pencegahan yang dapat dilakukan yaitu dengan memberikan “Penyuluhan Terkait Pencegahan Stunting”, hal tersebut sudah dilakukan pada masyarakat khususnya Padukuhan Sindet, Wukirsari, Imogiri, Bantul. yang dimana di daerah tersebut merupakan daerah yang tinggi angka Stunting dan menjadi Lokasi KKN Mahasiswa Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. Adanya kasus tersebut, Mahasiswa KKN mengambil Program Kerja yang bergerak pada bidang Kesehatan seperti yang telah dijelaskan diatas. Metode yang dilakukan dalam penyuluhan tersebut adalah dengan menjelaskan secara luas apa itu STUNTING dan Gizi Buruk pada anak dan orang tua. Kegiatan tersebut juga memberikan sample makanan tinggi gizi yaitu “Nugget Ikan Lele” yang dimana itu merupakan sumber potensi dari Padukuhan Sindet, Wukirsari, Imogiri, Bantul.

5. Ucapan terimakasih

Penelitian ini didukung oleh Lembaga Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat dari Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. Kami mengucapkan terima kasih atas dukungan finansial yang telah diberikan. Kami juga berterima kasih kepada masyarakat Sindet, Wukirsari yang telah menyambut baik kegiatan penyuluhan tentang pencegahan stunting. Terakhir, kami mengucapkan terima kasih kepada Ibu kader posyandu yang telah berperan aktif dalam mensosialisasikan materi penyuluhan kepada Masyarakat.

Daftar Pustaka

- Fitriani, L., & Wahyuni, S. (2023). Penyuluhan Upaya Pencegahan Stunting Sejak Masa Kehamilan. *Jurnal Abdimas ITEKES Bali*, 2(2), 84-88.
- Lestari, E., Shaluhiah, Z., & Adi, M. S. (2023). Intervensi pencegahan stunting pada masa prakonsepsi: Literature review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(2), 214-221.
- Analysis, T. D., & Timur, S. (2013). *ANALISIS DETERMINAN DAN PENGARUH STUNTING TERHADAP PRESTASI BELAJAR ANAK SEKOLAH DI KUPANG DAN SUMBA TIMUR*, NTT. 8(72), 55-62.
- Boucot, A., & Poinar Jr., G. (2010). Stunting. *Fossil Behavior Compendium*, 5, 243-243. <https://doi.org/10.1201/9781439810590-c34>
- Mustafa, J., No, S., Selatan, T., & Komunitas, J. K. (2015). *Permasalahan Anak Pendek (Stunting) dan Intervensi untuk Mencegah Terjadinya Stunting (Suatu Kajian Kepustakaan) Stunting Problems and Interventions to Prevent Stunting (A Literature Review)*. 2(5).
- Nutrition-sensitive, I. (2012). *briefing paper*. (20). Retrieved from https://www.bread.org/wp-content/uploads/2012/11/briefing-paper-20_0.pdf
- Paramashanti, B. A., Hadi, H., & Gunawan, I. M. A. (2016). Pemberian ASI eksklusif tidak berhubungan dengan stunting pada anak usia 6-23 bulan di Indonesia. *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*, 3(3), 162. [https://doi.org/10.21927/ijnd.2015.3\(3\).162-174](https://doi.org/10.21927/ijnd.2015.3(3).162-174)