



PENYULUHAN GIZI PENTING SEBAGAI UPAYA CATCH UP DAN PENCEGAHAN STUNTING PADA ORANG TUA

¹Ardina Rezky Noeraini, ²Entin Srihadi Yanti, ³Eko Sri Wulaningtyas, ⁴Puspita, ⁵Lilik Sulistyorini, ⁶Risma Rahayu Nengtyas, ⁷Dewi Juhana

¹Program Studi Kebidanan, Universitas Nusantara PGRI Kediri

ardina.rezky@unpkdr.ac.id

Article Info	Abstract
Article History Received: 02-02-2023 Revised: 05-02-2023 Published: 12-02-2023	<i>Stunting is a condition of impaired growth caused by a lack of nutrition in the first 1000 days of life. The prevalence of stunting in Indonesia has increased from 2016 to 2018, then decreased from 2019 to 2021. The reduction in stunting prevalence until 2021 has not yet reached the target set by WHO. Malnutrition is a direct causative factor for stunting. One of the factors that influences malnutrition in children is the level of knowledge. This is because the level of knowledge of the mother regarding nutrition will determine her behavior in providing the right type and amount of food to support the growth and development of the child. Health education about nutrition is one method of stunting prevention. The results of community service activities in the form of nutrition counseling at Dharma Wanita Dukung II Kindergarten, Ngadiluwih, Kediri show that there is an increase in parental (mother's) knowledge regarding nutrition to prevent stunting. This shows that parents of students at Dharma Wanita Dukung II Kindergarten pay great attention to their children's nutritional needs.</i>
Keywords Stunting; Nutrition; Knowledge	

Informasi Artikel	Abstrak
Sejarah Artikel Diterima: 02-02-2023 Direvisi: 05-02-2023 Dipublikasi: 12-02-2023	Stunting adalah suatu kondisi gangguan pertumbuhan yang diakibatkan oleh kurangnya gizi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan. Prevalensi kejadian Stunting di Indonesia mengalami peningkatan pada tahun 2016 hingga tahun 2018, kemudian mengalami penurunan pada tahun 2019 hingga tahun 2021. Penurunan prevalensi <i>stunting</i> hingga tahun 2021 masih belum mencapai target yang ditetapkan oleh WHO. Kekurangan gizi merupakan faktor penyebab langsung kejadian stunting. Salah satu faktor yang mempengaruhi kekurangan gizi pada anak adalah tingkat pengetahuan. Hal ini disebabkan karena tingkat pengetahuan ibu mengenai gizi akan menentukan perilaku ibu dalam menyediakan makanan dengan jenis dan jumlah yang tepat untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Penyuluhan kesehatan mengenai gizi merupakan salah satu metode pencegahan stunting. Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan mengenai gizi di TK Dharma Wanita Dukung II, Ngadiluwih, Kediri menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan orang tua (ibu) terkait gizi untuk mencegah terjadinya stunting. Hal ini menunjukkan bahwa orang tua murid di TK Dharma Wanita Dukung II memiliki perhatian yang besar terhadap kebutuhan gizi sang anak.
Kata kunci Stunting; Gizi; Pengetahuan	

PENDAHULUAN

Stunting merupakan permasalahan yang dialami oleh balita di seluruh dunia, bahkan di Indonesia. *Stunting* atau balita pendek adalah suatu kondisi gangguan pertumbuhan yang diakibatkan oleh kurangnya gizi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (Kemenkes RI, 2018). Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), anak akan mengalami peningkatan pertumbuhan dan perkembangan yang cepat. Hal ini harus didukung dengan kebutuhan gizi yang mencukupi. Apabila dalam kondisi ini anak mengalami kekurangan gizi maka akan berdampak pada gangguan pertumbuhan dan perkembangan yang permanen dan jangka panjang bagi kehidupan sang anak (Ernawati & Jayanti, 2021).

Prevalensi kejadian *Stunting* di Indonesia mengalami peningkatan pada tahun 2016 (27,5%), 2017 (29,6%), hingga 2018 (30,8%), kemudian mengalami penurunan pada tahun 2019 (27,7%) hingga 2021 (24,4%). Penurunan prevalensi *stunting* hingga tahun 2021 masih belum mencapai target yang ditetapkan oleh WHO sebesar 20%. Prevalensi *stunting* di Jawa Timur pada tahun 2019 (26,86%), 2020 (25,64%), dan menurun hingga tahun 2021 (23,5%). Prevalensi *stunting* di Jawa Timur terus mengalami penurunan, namun hal ini juga masih belum mencapai target dan masih menjadi masalah utama yang terjadi pada balita (Kemenkes RI, 2021; Riskesdes RI, 2018).

Malnutrisi atau kekurangan gizi merupakan faktor penyebab langsung (*Immediate Causes*) kejadian *stunting* (United Nations Children's Fund, 2015). Masalah gizi merupakan masalah yang kompleks dan memiliki dimensi yang luas karena tidak hanya terkait dengan kesehatan, namun juga masalah sosial, ekonomi, budaya, pola asuh, pendidikan dan lingkungan. Pengaruh budaya berupa pantangan makanan, tahayul, bahkan tabu dalam masyarakat dapat mempengaruhi kualitas asupan gizi dalam keluarga (Karundeng, Ismanto, & Kundre, 2015). Selain budaya, tingkat pendidikan ibu yang rendah dapat memberikan kontribusi terkait kejadian *Stunting*. Hal ini dikarenakan di masyarakat masih berkembang pemikiran bahwa pendidikan seorang ibu tidak penting serta kurangnya dukungan keluarga terhadap ibu untuk menempuh pendidikan yang lebih tinggi. Secara tidak langsung, tingkat pendidikan ibu akan mempengaruhi kemampuan dan pengetahuan ibu mengenai perawatan kesehatan terutama mengenai gizi (Supriasa Nyoman & Purwaningsih, 2019).

Tingkat pengetahuan ibu mengenai gizi dapat menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kejadian *stunting* pada anak. Salah satu penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu yang kurang mengenai gizi pada anak balita sebagian besar terjadi di pedesaan. Pengetahuan mengenai gizi merupakan proses awal dalam perubahan perilaku dalam meningkatkan status gizi anak. Pengetahuan ibu mengenai gizi akan menentukan perilaku ibu dalam menyediakan makanan dengan jenis dan jumlah yang tepat untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak (Aridiyah, Rohmawati, & Ririanty, 2015). Metode yang digunakan dalam meningkatkan pengetahuan ibu adalah dengan cara memberikan pendidikan kesehatan dan penyuluhan, yang bertujuan untuk mendorong terjadinya perubahan perilaku positif terutama mengenai makanan dan gizi.

Berdasarkan penjelasan di atas, penulis merasa perlu melakukan kegiatan pengabdian masyarakat berupa "Penyuluhan Gizi Penting Sebagai Upaya Cacth Up dan Pencegahan Stunting Pada Orang Tua Anak di TK Dharma Wanita Dukuh II Kecamatan Ngadiluwih". Dimana tujuan pengabdian masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan orang tua mengenai gizi penting dalam upaya pencegahan *stunting*.

METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini melalui beberapa langkah yang harus dilakukan oleh tim. Langkah awal yang dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat adalah dengan survei lapangan di TK Dharma Wanita Dukuh II, Ngadiluwih, Kediri. Dimana langkah

ini dilakukan sebagai cara untuk mensosialisasikan kegiatan dan perijinan pelaksanaan kegiatan. Selain itu, dengan mendatangi lokasi kegiatan diharapkan orang tua murid dapat mengetahui dan bersedia untuk mengikuti kegiatan penyuluhan. Setelah mendapat perijinan dari kepala TK Dharma Wanita Dukuh II, kegiatan penyuluhan dapat dilakukan dan terlaksana pada tanggal 27 November 2022. Adapun materi yang dipaparkan meliputi penjelasan mengenai *stunting*, pentingnya gizi, peranan makanan bagi balita, kecukupan gizi pada balita, ISI PIRINGKU, hingga contoh menu makanan harian bagi balita. Sebelum pemaparan materi dilakukan *pre-test* untuk menilai pengetahuan orang tua murid terkait gizi. Setelah pemaparan materi juga dilakukan *post-test* untuk melihat peningkatan pengetahuan dari orang tua. Sebagai langkah terakhir dan penutup acara, sebagai bentuk pemantauan berkelanjutan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah dengan membentuk *group whatsapp/telegram* untuk menyediakan konsultasi gratis kepada orang tua murid yang dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat selama 6 bulan.

Melalui kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan masyarakat lebih dapat memperhatikan kualitas dan kuantitas dari gizi yang diberikan pada sang anak sehingga dapat terhindar dari terjadinya *stunting*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada 27 November 2022 dan mendapatkan respon positif dari orang tua murid serta pihak TK Dharma Wanita Dukuh II. Orang Tua murid di TK Dharma Wanita Dukuh II berpartisipasi aktif selama penyuluhan sedang berlangsung. Keaktifan tersebut dapat terlihat dari sebagian besar orang tua murid ikut aktif bertanya secara langsung kepada tim pengabdian masyarakat bila ada pertanyaan yang kurang jelas. Materi yang dipaparkan kepada orang tua murid berisi mengenai pentingnya gizi seimbang sesuai dengan slogan ISI PIRINGKU yang merupakan program Kementerian Kesehatan untuk memenuhi kebutuhan gizi tiap harinya. Luaran yang dicapai pada kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah orang tua murid mampu mengetahui dan memahami pentingnya pemenuhan gizi yang berkualitas sebagai upaya pencegahan *stunting*.

Stunting atau balita pendek adalah suatu kondisi gangguan pertumbuhan yang diakibatkan oleh kurangnya gizi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (Kemenkes RI, 2018). Masalah gizi merupakan masalah yang kompleks dan memiliki dimensi yang luas. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi status gizi pada anak. Penyuluhan kepada masyarakat merupakan upaya yang dapat dilakukan untuk pencegahan melalui berbagai media. Salah satu slogan yang sering dilakukan saat ini adalah ISI PIRINGKU. ISI PIRINGKU merupakan Program Kementerian Kesehatan untuk menggambarkan porsi makan dalam 1 piring. ISI PIRINGKU memiliki porsi tersendiri pada setiap tahapan usia. Usia Balita memiliki porsi makanan pokok sebesar 35%, lauk pauk 35%, sayur dan buah sebesar 30% (Kementerian Kesehatan RI, 2017).

Hasil kegiatan penyuluhan diperoleh pengetahuan ibu mengenai gizi mengalami peningkatan. Pada hasil *pre-test* pengetahuan ibu didapatkan bahwa pengetahuan ibu yang baik (4 responden (11.4%)), cukup (12 responden (34.4%)), dan kurang (19 responden (54.3%)). Setelah dilakukan penyuluhan didapatkan mengalami peningkatan pengetahuan, yaitu pengetahuan baik (22 responden (62.9%)), cukup (13 responden (37.1%)) dan kurang (0 responden (0%)). Data ini sejalan dengan salah satu penelitian yang menyebutkan bahwa pengetahuan ibu mengenai gizi memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian *stunting*. Selain itu, pengetahuan tidak baik memiliki 1,8 kali berisiko memiliki anak *stunting* bila dibandingkan dengan ibu yang memiliki pengetahuan baik (Amalia, Lubis, & Khoeriyah, 2021). Sehingga dengan pengetahuan yang baik tentang gizi dapat mencegah terjadinya *stunting*. Beberapa faktor selain pengetahuan ibu yang harus diwaspadai adalah dengan sistem kebudayaan yang dipercaya. Hal ini tentu menjadi tantangan bagi tenaga medis agar mampu

menjelaskan dengan baik mengenai pentingnya pemenuhan gizi seimbang dengan slogan ISI PIRINGKU.

KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini merupakan salah satu upaya dalam meningkatkan pengetahuan orang tua mengenai gizi untuk mencegah *stunting*. Penyuluhan kesehatan ini dapat meningkatkan pengetahuan mengenai gizi seimbang dalam upaya pencegahan *stunting*. Diharapkan dengan adanya penyuluhan ini, orang tua murid lebih dapat memperhatikan kebutuhan gizi sang anak.

DAFTAR PUSTAKA (Bold, 12pt)

- Amalia, I. D., Lubis, D. P. U., & Khoeriyah, S. M. (2021). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Kejadian Stunting Pada Balita. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, 12(2), 146–154.
- Aridiyah, F. O., Rohmawati, N., & Ririanty, M. (2015). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Anak Balita di Wilayah pedesaan dan perkotaan. *Pustaka Kesehatan*, 3(1), 163–170.
- Ernawati, R., & Jayanti, R. (2021). Faktor Jarak Kehamilan yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting di Puskesmas Harapan Baru Samarinda Seberang. *Borneo Student Research*, 2(3), 1705–1710.
- Karundeng, L. R., Ismanto, A. Y., & Kundre, R. (2015). Hubungan Jarak Kelahiran Dan Jumlah Anak Dengan Status Gizi Balita Di Puskesmas Kao Halmahera Utara. *Ejournal Keperawatan*, 3(1), 1.
- Kemendes RI. (2018). Buletin Stunting. *Kementerian Kesehatan RI*, 301(5), 1163–1178.
- Kemendes RI. (2021). Profil Kesehatan Indonesia tahun 2021. In *Kemendagri Kesehatan RI*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kemendagri Kesehatan RI. (2017). *ISI PIRINGKU*. Jakar: Kementerian Kesehatan RI. Retrieved from www.kesmas.kemkes.go.id
- Riskesdes RI. (2018). Laporan Nasional RISKESDAS 2018. *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, p. 674. Jakarta.
- Supriasa Nyoman, I. D., & Purwaningsih, H. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Balita di Kabupaten Malang. *Karta Rahardja, Jurnal Pembangunan Dan Inovasi*, 1(2), 55–64.
- United Nations Children’s Fund. (2015, June). UNICEF ’ s Approach to Scaling Up Nutrition. *UNICEF*.