



Edukasi Stunting pada Masyarakat untuk Mencegah dan Menanggulangi Stunting di Desa Tegalombo Kecamatan Kalikajar Kabupaten Wonosobo

Era Tunggal Prehatiningtias¹, Chrisna Devi Yonifasari², Erika Rahmawati³,
Adiella Valek Stefani⁴, Irni Nur Auliasari⁵

¹ Pendidikan Biologi, Fakultas MIPA, Universitas Negeri Semarang

² Teknik Kimia, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Semarang

³ Pendidikan Biologi, Fakultas MIPA, Universitas Negeri Semarang

⁴ Pendidikan Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Semarang

⁵ Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang

Email: era.tunggal27@students.unnes.ac.id, chrisnadevi31@students.unnes.ac.id,
erikarahmawati57442@students.unnes.ac.id, dilla.stevani@students.unnes.ac.id, vjailfi@students.unnes.ac.id

Abstrak: Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh dan masalah kekurangan gizi pada anak yang gizi dasarnya tidak tercukupi. Stunting disebabkan oleh banyak faktor yaitu kekurangan gizi, penyakit yang diderita ibu hamil, dan faktor orang tua (pola asuh dan ekonomi). Kasus stunting di Kabupaten Wonosobo lebih banyak terjadi pada anak perempuan dibanding anak laki-laki. Edukasi stunting diadakan oleh mahasiswa GIAT 3 UNNES di Desa Tegalombo untuk menyadarkan masyarakat akan bahaya stunting, mencegah dan menanggulangi stunting. Metode yang digunakan yaitu pengajaran deformasi menggunakan pertukaran, ceramah dan diskusi kelompok dengan bantuan media powerpoint dan panduan. Pencegahan stunting dapat dilakukan dengan pemberian nutrisi yang sehat dan bergizi sesuai kategori umur dan sosialisasi stunting pada masyarakat. Penanggulangan stunting dilakukan melalui pelaksanaan pola makan gizi seimbang, hidup bersih, *parenting* yang tepat, ASI eksklusif untuk bayi usia 0 - 6 bulan, dan MPASI pada bayi lebih dari 6 bulan - 2 tahun.

Abstract: *Stunting is a condition of failure to thrive and a problem of malnutrition in children whose basic nutrition is inadequate. Stunting is caused by many factors, namely malnutrition, diseases suffered by pregnant women, and parental factors (parenting style and economy). Stunting cases in Wonosobo Regency are more common in girls than boys. Stunting education held by GIAT 3 UNNES students in Tegalombo Village to make people aware of the dangers of stunting, prevent and overcome stunting. The method used is deformation teaching using subjects, lectures and group discussions with the help of PowerPoint media and guides. Prevention of stunting can be done by providing healthy and nutritious nutrition according to age category and socializing stunting in the community. Stunting prevention is carried out through a balanced nutritional diet, clean living, proper parenting, exclusive breastfeeding for babies aged 0 - 6 months, and MPASI for babies over 6 months - 2 years.*

Keywords: *children; nutrition; stunting; pregnant mother*

Pendahuluan

Stunting adalah salah satu permasalahan gizi yang dialami banyak negara berkembang di seluruh dunia (UNICEF, 2013). Stunting disebabkan karena anak kekurangan gizi akut atau tidak terpenuhinya kebutuhan gizi dasar (Kurniawan, 2022). Stunting disebabkan beberapa faktor, diantaranya faktor orang tua. Orang tua berperan sebagai pendidik, penyelenggara

dan pendidik. Ketiga peran tersebut harus dilaksanakan dengan baik untuk mencegah dan mengatasi stunting (Munawaroh *et al.*, 2022). Penyebab lainnya adalah ibu hamil yang belum paham mengenai kebutuhan, kesehatan, dan gizi (saat hamil dan nifas), pelayanan kesehatan yang terbatas (seperti *antenatal care* dan pelayanan nifas), serta ketersediaan sanitasi dan air bersih yang rendah (Yuwanti, 2021).

Angka kejadian stunting di Indonesia tahun 2018 menurut Survei Kesehatan Dasar (Riskesdas), sebesar 10,2% dan penurunan anak di bawah 5 tahun sebesar 30,8% (Kemenkes, 2018). Data menunjukkan kasus stunting masih tinggi jika dibandingkan dengan batas WHO sebesar 20 persen atau kurang untuk kejadian stunting (Ayu, 2019).

Deformitas pada anak kecil memiliki dampak yang signifikan terhadap kesehatan anak saat ini dan di masa mendatang (Yuwanti, 2021). Kemampuan anak untuk belajar dan berprestasi, serta produktivitas dan kemampuan untuk bekerja tidak optimal. Dampak negatif stunting juga berpengaruh pada kesehatan reproduksi (Pusdatin, 2018). Laju pertumbuhan penduduk di Kabupaten Wonosobo cukup tinggi. Berdasarkan hasil penelitian Purnamasari (2022), kasus stunting di Kecamatan Kalikajar Kabupaten Wonosobo banyak ditemui pada anak perempuan dibanding anak laki-laki. Tujuan diadakannya pelatihan stunting yang diselenggarakan oleh mahasiswa GIAT 3 UNNES di Desa Tegalombo ini adalah untuk menyadarkan masyarakat akan bahaya stunting, mencegah dan menanggulangi stunting.

Metode

1. Waktu dan tempat kegiatan

Kegiatan ini berlangsung pada tanggal 22 November 2022 di Balai Desa Tegalombo, Kecamatan Kalikajar, Kabupaten Wonosobo. Kader PKK di desa Tegalombo turut serta dalam kegiatan ini.

2. Metode Pelaksanaan

Metode pengajaran deformasi menggunakan pertukaran, ceramah dan diskusi kelompok dengan bantuan media powerpoint dan panduan.

3. Tahap Kegiatan

Kegiatan edukasi stunting dilakukan melalui tahapan berikut:

- a. Mengidentifikasi dan menentukan lokasi dengan angka stunting tinggi.
- b. Menyusun materi edukasi stunting.
- c. Mengatur jadwal kegiatan edukasi stunting.
- d. Melaksanakan kegiatan edukasi stunting

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan Program Edukasi Stunting

Laporan *World Health Organization* (WHO) pada 2020 menunjukkan 149 juta balita di seluruh dunia menderita stunting dan 45 juta anak memiliki tubuh dengan berat badan rendah atau terlalu kurus. Stunting terjadi jika tinggi badan seorang anak kurang dari minus dua standar deviasi panjang atau di bawah standar anak seumurnya (UNICEF, WHO 2018). Desa Tegalombo Kecamatan Kalikajar merupakan salah satu desa dengan kasus stunting yang tinggi. Stunting di Kecamatan Kalikajar banyak ditemui pada anak perempuan.

Prevalensi stunting Kabupaten Wonosobo pada bulan September 2022 sebesar 18,08 dapat dikatakan tinggi jika dibandingkan prevalensi stunting Provinsi Jawa Tengah.



Grafik 1. Prevalensi Balita Stunting di Jawa Tengah

Program edukasi stunting diadakan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat Desa Tegalombo mengenai bahaya stunting, mencegah, dan menanggulangi stunting. Program ini diikuti oleh ibu - ibu kader PKK Desa Tegalombo dan dilaksanakan di Balai Desa. Pada program ini diberikan materi mengenai penyebab, bahaya/dampak, pencegahan, dan penanggulangan stunting.



Gambar 1. Pelaksanaan Program Edukasi Stunting

Penyebab pertama dan utama kasus stunting adalah kekurangan gizi pada saat hamil. Stunting terjadi ketika ibu hamil kekurangan nutrisi selama masa kehamilan, seperti asam folat, zat besi, mineral, vitamin, kalsium dan nutrisi penting lainnya. Jika ibu hamil kekurangan nutrisi maka akan berdampak pada janin yang dikandung, bayi tersebut dapat beresiko terkena gizi buruk, berat badan kurang atau komplikasi lain. Kedua, apabila ibu hamil terkena penyakit seperti HIV/AIDS, hipertensi, malaria, atau riwayat penyakit lainnya dapat memengaruhi perkembangan janin dan saat lain dapat terkena stunting. Tipe pola

asuh orang tua merupakan penyebab ketiga stunting. Pola asuh menentukan pemberian makanan yang tepat pada anak sesuai dengan tingkat usianya. Menurut Christina *et al.* (2022) pemberian makanan yang tidak memperhatikan hal-hal tertentu sesuai tingkat usia anak akan berdampak kurang baik bagi tumbuh kembang anak. Hal ini mengakibatkan kurang atau tidak terpenuhinya gizi anak yang kemudian mengakibatkan.

Penyebab keempat adalah ekonomi keluarga. Keluarga dengan ekonomi yang kurang memadai akan kesulitan untuk memenuhi kebutuhan gizi anak – anaknya. Kebanyakan dari masyarakat menganggap bahwa makanan bergizi adalah makanan mahal seperti daging, ikan, dan ayam. Makanan dengan gizi yang baik untuk pertumbuhan anak bisa didapatkan dengan harga yang relative terjangkau seperti sayuran, tempe, dan tahu. Stunting menyebabkan dampak negatif pada perkembangan anak, antara lain anak menjadi mudah terkena penyakit, kemampuan kognitif anak yang kurang, fungsi tubuh tidak seimbang, dan postur tubuh tidak maksimal saat dewasa.

Pencegahan dan Penanggulangan Stunting

Pencegahan stunting dilakukan melalui:

a. Sosialisasi stunting kepada masyarakat

Ibu hamil yang kekurangan gizi pada masa kehamilan dapat menjadi penyebab utama stunting. Jika bayi mengalami stunting, besar kemungkinan terkena masalah kesehatan fisik dan mental saat dewasa. Masyarakat perlu disadarkan dan ditanamkan pentingnya menangani dan mencegah stunting serta upaya menanganinya.

b. Makanan sehat dan bergizi seimbang untuk tingkatan umur

Kekurangan gizi sering dialami ibu hamil dan bayi yang baru lahir. Bayi yang baru lahir hingga usia 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) sangat memerlukan makanan sehat, bergizi, dan seimbang.

c. Edukasi kedaruratan gizi untuk kategori umur

Pengetahuan gizi seimbang, kesehatan ibu hamil dan bayi masih terbatas terutama kalangan orang tua muda. Pasangan yang menikah muda kebanyakan belum mengerti mengenai pengetahuan gizi seimbang untuk ibu dan bayi sehingga perlu dilakukan edukasi kedaruratan gizi sesuai kategori umur.

d. Edukasi Kesehatan Kepada Masyarakat

Kesehatan masyarakat merupakan indikator kesejahteraan. Masyarakat perlu diberikan pemahaman, pengetahuan, dan pendampingan mengenai pentingnya menjaga kesehatan dan menjalankan pola hidup yang sehat.

Menurut Lestari, A dan Hanim, D (2020), cara penanggulangan stunting pada anak dapat dilakukan dengan pemberian makan bergizi dan seimbang, penerapan hidup bersih, sehat, dan pola asuh yang tepat, ASI eksklusif untuk bayi usia 0 - 6 bulan, pemberian ASI dan MPASI untuk bayi usia lebih dari 6 bulan - 2 tahun.

Simpulan

Masyarakat terutama orang tua belum paham mengenai cara mencegah dan menanggulangi stunting. Kegiatan edukasi stunting di Desa Tegalombo yang diadakan oleh

mahasiswa UNNES GIAT 3 bertujuan mengedukasi dan meningkatkan kesadaran masyarakat akan bahaya stunting, mencegah serta menanggulangi stunting. Pencegahan stunting dapat dilakukan dengan memberikan nutrisi yang sehat dan bergizi sesuai tingkat usia dan edukasi stunting. Penanggulangan stunting dilakukan dengan pemberian makan bergizi dan seimbang, penerapan hidup bersih, sehat, dan pola asuh yang tepat, ASI eksklusif untuk bayi usia 0 - 6 bulan, pemberian ASI dan MPASI untuk bayi usia lebih dari 6 bulan - 2 tahun.

Referensi

- Ayu, W. (2019). *Pentingnya Asupan Gizi untuk Pencegahan Stunting*. [https://www.ui.ac.id/pentingnya-asupan-gizi-untuk-pencegahan-stunting tanggal 01 Desember 2022](https://www.ui.ac.id/pentingnya-asupan-gizi-untuk-pencegahan-stunting-tanggal-01-Desember-2022). Diakses pada tanggal 1 Desember 2022.
- Chrisna, *et al.* (2022). Pola Asuh Orangtua Dan Kurangnya Gizi Anak Penyebab Stunting di Desa Karangduwur, Kalikajar, Wonosobo. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Madani*, 2(2), 188-195.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS). *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical*, 44(8), 1-200.
- Kurniawan, E, *et al.* (2022). *Pencegahan dan Penanganan Stunting*. Semarang: Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Negeri Semarang.
- Lestari, A dan Hanim, D. (2020). Edukasi Kader dalam Upaya Pencegahan dan Penanggulangan Stunting di Kecamatan Mondokan Kabupaten Sragen. *Journal of Agri-food, Nutrition, and Public Health*, 1(1), 7-13.
- Munawaroh, *et al.* (2022). Peranan Orang Tua Dalam Pemenuhan Gizi Seimbang Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Anak Usia 4-5 Tahun. *Jurnal Centra Cendekia*, 3(2), 47-60.
- Purnamasari, I. (2022). Profil Balita Stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Kalikajar 1 Kabupaten Wonosobo. *Jurnal Keperawatan*, 8(1), 1-10.
- Pusdatin. (2018). *Topik Utama: Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia*.
- Unicef. (2013). *Improving Child Nutrition The achievable imperative for global progress*. www.unicef.org/media/files/nutrition_report_2013.pdf. Diakses pada tanggal 1 Desember 2022.
- Unicef Indonesia. (2013). *Ringkasan Kajian Gizi Ibu dan Anak, Oktober 2012..* www.unicef.org. Diakses pada tanggal 3 Desember 2022.
- World Health Organization. (2013). *Nutrition Landcape Information System (NLIS) Country Profile Indicators: Interpretation quite*.

<https://www.who.int/publications-detail-redirect/9789241516952>.

Diakses pada tanggal 3 Desember 2022.

Yuwanti, *et al.* (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stunting pada Balita di Kabupaten Grobogan. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 10(1), 74-84.