



Upaya Pencegahan *Stunting* di Desa Sendangmulyo Berbasis Edukasi dan Sosialisasi pada Remaja dan Ibu dari Anak Terdampak *Stunting*

Ayu Wulandari^{1✉}, Fauzan Amrullo²

¹Prodi PGSD, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang

²Prodi Teknik Kimia, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Semarang

Abstrak. Permasalahan kesehatan merupakan hal yang perlu diperhatikan secara menyeluruh, karena memegang peranan terpenting dalam kehidupan. Salah satu permasalahan kesehatan yang ada di Indonesia yaitu *stunting*. *Stunting* merupakan permasalahan gizi kronis yang membuat tinggi balita lebih rendah dibandingkan balita pada umumnya. *Stunting* berdampak buruk pada penyerapan belajar anak sehingga masalah ini cukup serius dan perlu dilakukan tindak lanjut. Berdasarkan data Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) tahun 2019, Prevalensi Jawa Tengah berada di angka 27,68 persen, dan data SSGI 2021 turun tajam menjadi 20,9 persen. Penulis melakukan pengabdian di Desa Sendangmulyo, Kabupaten Rembang. Salah tujuannya yaitu mengangkat isu *stunting*. Menurut data yang diperoleh melalui puskesmas setempat jumlah warga yang menderita *stunting* sebanyak 22 orang, tergolong cukup tinggi. Oleh karenanya penulis berkerjasama dengan Puskesmas Kecamatan Bulu untuk melakukan kegiatan sosialisasi mengenai *stunting* dan anemia karena masih berhubungan. Adanya sosialisasi dan edukasi terhadap *stunting* penulis berharap angka *stunting* di Desa Sendangmulyo dapat menurun.

Abstract. Health problems are things that need to be considered as a whole because they play the most important role in life. One of the health problems in Indonesia is *stunting*. *Stunting* is a chronic nutritional problem that makes toddlers' height lower than toddlers in general. *Stunting* has a negative impact on children's absorption of learning, so this problem is quite serious and needs to be followed up. Based on the 2019 Indonesian Toddler Nutrition Status Survey (SSGBI) data, the Central Java prevalence is at 27.68 percent, and the 2021 SSGI data drops sharply to 20.9 percent. The author performs community service in Sendangmulyo Village, Rembang Regency. One of the goals is to raise the issue of *stunting*. According to data obtained through the local health center, the number of residents suffering from *stunting* is 22 people, which is quite high. Therefore, the authors are working with the Bulu sub-district health center to carry out socialization activities regarding *stunting* and anemia because they are still related. With socialization and education on *stunting*, the authors hope that the *stunting* rate in Sendangmulyo Village can decrease.

Keywords: Anemia; Education; Health; PHBS; *Stunting*

Pendahuluan

Kesehatan merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan bernegara. Masalah kesehatan harus diperhatikan secara khusus sejak bayi. Masalah yang banyak terjadi di Indonesia saat ini yaitu penyakit *stunting*. *Stunting* adalah masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam waktu yang cukup lama, sehingga mengakibatkan gangguan pertumbuhan pada anak yakni tinggi badan anak lebih rendah atau pendek (kerdil) dari standar usianya (Laili and Andriani, 2019). *Stunting* adalah status gizi yang didasarkan pada indeks PB/U atau TB/U dimana dalam standar antropometri penilaian status gizi anak, hasil pengukuran tersebut berada pada ambang batas (Z-Score) <-2 SD sampai dengan -3 SD (pendek) dan <-3 SD (sangat pendek) (Rahmadhita, 2020).

Stunting terjadi mulai janin masih dalam kandungan dan baru nampak saat anak berusia dua tahun. *Stunting* pada balita perlu menjadi perhatian khusus karena dapat menghambat perkembangan fisik dan mental anak. *Stunting* berkaitan dengan peningkatan risiko kesakitan dan kematian serta terhambatnya pertumbuhan kemampuan motorik dan mental juga memiliki risiko terjadinya penurunan kemampuan intelektual, produktivitas, dan peningkatan risiko penyakit degeneratif (Sampe, Toban and Madi, 2020).



Gambar 1. Prevalensi balita yang mengalami *stunting* di Indonesia (kemenkes, 2021)

Penyakit *stunting* tidak terjadi secara alami, melainkan ada faktor-faktor yang mendasari terjadinya *stunting* pada anak. Penyebab *stunting* yaitu asupan makanan tidak seimbang, riwayat berat lahir badan rendah (BBLR) dan riwayat penyakit (Ramadhan, 2017). Menurut wigoyowati tahun 2012 dalam (Sampe, Toban and Madi, 2020) Asupan makanan yang tidak seimbang termasuk dalam pemberian ASI eksklusif yang tidak diberikan selama 6 bulan.

Dampak dari penyakit menurut kementerian kesehatan pada tahun 2016 yaitu *stunting* memiliki risiko kematian lebih tinggi dibandingkan anak yang bertumbuh normal, pertumbuhan fisik dan mental terganggu, kemampuan kognitif maupun psikososialnya tidak optimal dan ketika dewasa berisiko mengalami obesitas dan penyakit tidak menular seperti hipertensi dan diabetes (Liem, Panggabean and Farady, 2019).

Berdasarkan uraian yang dipaparkan jatengprov.go.id tahun 2022 data dari studi status gizi Indonesia mencatat, angka *stunting* di Jateng tahun 2021 tercatat sebesar 20 persen. Jumlah itu turun dari tahun sebelumnya yang sebesar 27 persen. Tingkat prevalensi kasus *stunting* di Rembang menurut data dari aplikasi elektronik-Pencatatan dan Pelaporan Gizi Berbasis masyarakat (e-PPGBM), kisaran 14 persen. Sedangkan berdasarkan data dari Survei Status Gizi Indonesia (SSGI), prevalensi *stunting* di Rembang di angka 18,7 persen.

Menindaklanjuti permasalahan di atas, maka diperlukan langkah pencegahan melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan mengkomunikasikan informasi dan edukasi kepada masyarakat Desa Sendangmulyo, Kecamatan Bulu, Kabupaten Rembang mengenai pentingnya menjaga gizi pada makanan yang dikonsumsi sehingga permasalahan *stunting* dapat dicegah.

Metode

Pelaksanaan upaya penyuluhan terkait *stunting* akan dilakukan dengan dipadukan mengenai pemahaman mengenai anemia terhadap remaja dimana keduanya berhubungan satu sama lain. Sosialisasi dilakukan pada tanggal 13 November 2022 di balai desa, Desa Sendangmulyo, Kecamatan Bulu, Rembang. Kegiatan ini, berkolaborasi dengan puskesmas kecamatan Bulu dengan tujuan pemahaman yang akan disampaikan tidak keliru dan sesuai dengan apa yang dibutuhkan terkait permasalahan *stunting*, karena dokter yang ada di puskesmas tentu kompeten dan memahami secara menyeluruh terkait *stunting*.

Untuk meningkatkan kesehatan masyarakat, acara dibuka dengan melakukan senam bersama. Setelah senam, pemberian sarapan sehat dan bergizi serta snack agar ketika sesi penyampaian materi bisa lebih nyaman. Penyampaian materi dibuka dengan pembahasan *stunting* yang mencakup pengenalan, ciri-ciri, dampak, dan pencegahannya. Setelah, pemba-

hasan *stunting* yang disampaikan oleh ketua puskesmas bulu, selanjutnya sosialisasi mengenai anemia yang masih ada kaitannya dengan *stunting*. Di sela-sela acara akan diadakan doorprize sehingga dapat memicu fokus bagi peserta untuk menyimak setiap materi yang disampaikan karena doorprizenya berhubungan dengan materi yang dibawakan. Penulis harap dengan metode seperti ini, setiap peserta yang hadir paham mengenai pentingnya menjaga gizi guna pencegahan *stunting*.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian dilaksanakan dengan beberapa tahap yaitu observasi lokasi mitra, penyuluhan kesehatan tentang *stunting*, pemberian edukasi tentang cara berperilaku hidup bersih dan sehat melalui gerakan mencuci tangan, dan cara pemberian makanan tambahan dengan puding jagung dan nugget tempe. Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada tanggal 13 November 2022. Kegiatan ini dihadiri oleh 22 orang.

Observasi Lokasi dan Sosialisasi Kegiatan

Observasi lokasi mitra dilakukan adalah dengan melihat lokasi tempat pengabdian yang berjarak tempuh 135 KM dari kampus Universitas Negeri Semarang. Sosialisasi kegiatan dilakukan kepada remaja dan ibu yang memiliki anak *stunting*. Lokasi pengabdian tepatnya dilakukan di Desa Sendangmulyo, Kecamatan Bulu, Kabupaten Rembang. Lokasi tersebut dipilih karena angka *stunting* di desa tersebut cukup tinggi sehingga diperlukan tindak lanjut berupa sosialisasi.

Penyuluhan Kesehatan tentang *Stunting*

Penyuluhan kesehatan dilaksanakan pada tanggal 13 November 2022 sekaligus dengan launching posyandu remaja. Penyuluhan kesehatan dengan materi tentang *Stunting* dimana didalam bahan kajiannya membahas tentang pengertian, penyebab, pencegahan. Materi disertai gambar-gambar yang nyata sehingga harapannya dapat menggambarkan secara rinci bagaimana bentuk nyata dari *stunting* tersebut. Sebelum penyampaian materi diadakan agenda senam bersama yang dipimpin oleh mahasiswa. Penyuluhan dihadiri sebanyak 36 orang dan tampak antusias dengan mengajukan pertanyaan dari materi dan gambar yang ditampilkan pada slide.



Gambar 2. Sosialisasi *stunting* bersama Puskesmas Bulu



Gambar 3. Pembukaan acara dengan senam bersama

Penyuluhan Mengenai Anemia

Penyuluhan kesehatan mengenai anemia dilakukan dengan rincian materi tentang tentang pengertian, penyebab, pencegahan. Anemia sangat berhubungan dengan *stunting* karena orang tua yang mengalami anemia potensi untuk terdampak *stunting* menjadi lebih tinggi, maka dari itu dilakukan upaya sosialisasi guna menambah wawasan masyarakat. Selain itu, penyuluhan dilakukan dengan pemberian tablet penambah darah kepada audiens guna upaya pencegahan anemia.

Anemia merupakan keadaan dimana masa eritrosit dan masa hemoglobin yang beredar tidak memenuhi fungsinya untuk menyediakan oksigen bagi jaringan tubuh (fajriyah et al, 2016). anemia merupakan gejala dan tanda penyakit tertentu yang harus dicari penyebabnya agar dapat diterapi dengan tepat. Anemia dapat disebabkan oleh 1 atau lebih dari 3 mekanisme independen yaitu berkurangnya produksi sel darah merah, meningkatnya destruksi sel darah merah dan kehilangan darah. Gejala anemia disebabkan karena berkurangnya pasokan oksigen ke jaringan atau adanya hypovolemia (Oehadian, 2012).

Edukasi tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat

Upaya pencegahan *stunting* lainnya yaitu dengan menerapkan upaya hidup sehat, seperti cara mencuci tangan yang baik dan benar. Pemberian edukasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat dilaksanakan pada tanggal 9 dan 16 November 2022 di dua SD yang berbeda. Pada kegiatan disampaikan cara untuk mencuci tangan dengan nyanyian sehingga murid tertarik untuk melakukannya serta mudah untuk mengingatnya dipadukan dengan peragaan mencuci tangan. Hasil observasi pada kegiatan ini para anak aktif untuk mengikuti langkah-langkah mencuci tangan yang dilakukan.

Stunting merupakan masalah kekurangan gizi kronis yang terjadi pada balita yang menyebabkan balita pendek dan terjadi retardasi pertumbuhan linear (RPL) yang selanjutnya dapat berdampak pada kesehatan secara lahiriah, namun meliputi kesehatan jiwa dan emosi, bahkan kecerdasan atau intelektualnya (Ika and Ariati, 2019). *Stunting* dapat didiagnosis melalui indeks antropometrik tinggi badan menurut umur yang mencerminkan pertumbuhan linier yang dicapai pada pra dan pasca persalinan dengan indikasi kekurangan gizi jangka panjang, akibat dari gizi yang tidak memadai dan atau kesehatan. Prevalensi *stunting* pada usia baduta secara nasional masih cukup tinggi mencapai 30,8%. Pada periode 1000 hari pertama kehidupan merupakan masa kejar tumbuh yang menentukan status kesehatan anak pada periode kehidupan selanjutnya (Prastia and Listyandini, 2020).

Terdapat berbagai macam faktor yang berhubungan dengan kejadian *stunting*. Faktor sosial demografi, meliputi pendapatan yang rendah, pendidikan orang tua yang rendah, dan jumlah anggota dalam rumah tangga secara tidak langsung juga berhubungan dengan kejadian *stunting*. Tinggi badan orang tua juga berkaitan dengan kejadian *stunting*. Ibu yang pendek memiliki kemungkinan melahirkan bayi yang pendek pula (Julia, 2014). Pengetahuan ibu



Gambar 4. Penyampaian materi mengenai anemia



Gambar 5. Sosialisasi PHBS dan praktek mencuci tangan

yang rendah, pola asuh orang tua yang kurang tepat, status gizi yang kurang, BBLR, dan status ekonomi keluarga yang rendah memiliki hubungan yang signifikan terhadap kejadian *stunting* pada anak (Yanti, 2020). Hasil penelitian menunjukkan faktor penyebab *stunting* yaitu asupan energi rendah (93,5%), penyakit infeksi (80,6%), jenis kelamin laki-laki (64,5%), pendidikan ibu rendah (48,4%), asupan protein rendah (45,2%), Tidak Asi Eksklusif (32,3%), pendidikan ayah rendah (32,3%) dan ibu bekerja (29%) (Ners and Kebidanan, 2018).

Kecerdasan intelektual (IQ) yaitu kecerdasan seseorang dalam menyelesaikan masalah. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara *stunting* dengan IQ sebagai salah satu tanda perkembangan otak, dimana skor IQ pada anak *stunting* lebih rendah dibandingkan dengan anak non *stunting* (Sumartini, 2020). Anak yang menderita *Stunting* berdampak tidak hanya pada fisik saja, tetapi juga pada kecerdasan, produktivitas dan prestasinya kelak setelah dewasa, sehingga akan menjadi beban negara. Selain itu dari aspek estetika, seseorang yang tumbuh proporsional akan kelihatan lebih menarik dari yang tubuhnya.

Pemberian Makanan Tambahan dapat menjadi solusi pencegahan dan pemulihan *stunting*. Pemberian Makanan Tambahan (PMT) ada dua macam yaitu Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pemulihan dan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) penyuluhan. Tujuan keduanya sama yaitu untuk memenuhi kebutuhan zat gizi yang dibutuhkan oleh balita. Makanan tambahan pemulihan dapat berupa pabrikan dan lokal. PMT pemulihan pabrikan merupakan yaitu makanan pendamping ASI dalam bentuk biskuit yang mengandung 10 vitamin dan 7 mineral. Biskuit hanya untuk anak usia 12 – 24 bulan melalui pengadaan Departemen Bina Gizi Masyarakat Depkes RI, dengan nilai gizi : energi total 180 kkal, lemak 6 gram, protein 3 gr. Jumlah persajinya mengandung 29 gr karbohidrat total, 2 gr serat pangan, 8 gr gula dan 120 mg natrium. Sedangkan PMT pemulihan berbasis bahan makanan lokal ada dua jenis yaitu berupa Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) untuk bayi dan anak usia 6 – 23 bulan) dan makanan tambahan untuk pemulihan anak balita 24-59 bulan berupa makanan keluarga (Kesehatan, 2011).

Simpulan

Pencegahan *stunting* di wilayah Desa Sendangmulyo dilakukan melalui beberapa tahap yaitu observasi dan sosialisasi kegiatan, penyuluhan tentang *stunting*, perilaku hidup sehat dan pemberian makanan tambahan. Dapat disimpulkan dari kegiatan tersebut sebagai yaitu: observasi dan sosialisasi kegiatan dilaksanakan dengan pihak kepala desa, Desa Sendangmulyo, Kecamatan Bulu, Kabupaten Rembang, penyuluhan kesehatan tentang pencegahan *stunting* dihadiri oleh 90 % remaja dan 10% ibu-ibu yang memiliki anak *stunting*, dan edukasi mengenai PHBS dihadiri oleh 100 % anak SD 1 Sendang mulyo dan SD 2 Sendangmulyo. Saran dari penulis, untuk mendapat makanan tinggi protein dengan harga terjangkau dapat memanfaatkan tempe dan telur dengan mengolahnya menjadi makanan yang disukai oleh anak-anak seperti nugget tempe dan juga puding jagung.

Referensi

- Dispendukcapil. (2018). *Jumlah Penduduk Kota Semarang*. <http://dispendukcapil.semarangkota.go.id/statistik/jumlah-penduduk-kota-semarang/2018-06-04>. Diakses pada tanggal 7 Februari 2019.
- Fajriyah, N. N., & Fitriyanto, M. L. H. (2016). Gambaran tingkat pengetahuan tentang anemia pada remaja putri. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 9(1), 97336.
- Ika, L. and Ariati, P. (2019) 'Faktor-Faktor Resiko Penyebab Terjadinya Stunting pada Balita Usia 23-59 Bulan Risk Factors Causes Of Stunting In Toddlers Aged 23-59 Months', VI(1), pp. 28–37.

- Jatengprov.(2022).Langkah Rembang Menuju Zero *Stunting*. Retrieved November 20, 2022, from Jatengprov.go.id website: <https://jatengprov.go.id/beritadaerah/langkah-rembang-menuju-zero-stunting/#:~:text=Disampaikan%2C%20memasuki%20catur%20wulan%20akhir,di%20Rembang%20di%20angka%2018%2C>
- Julia, M. (2014) '*Faktor Sosiodemogra Fi dan Tinggi Badan Orang Tua Serta Hubungannya dengan Kejadian Stunting pada Balita Usia 6-23 Bulan*'.
- Kesehatan, K. (2011) '*Penyelenggaraan Pemberian Makanan Tambahan Pemulihan Bagi Balita Gizi Kurang*'.
- Laili, U. and Andriani, R. A. D. (2019) '*Pemberdayaan Masyarakat dalam Pencegahan Stunting*', 5(1), pp. 8–12.
- Liem, S., Panggabean, H. and Farady, R. (2019) '*Persepsi Sosial Tentang Stunting di Kabupaten Tangerang Social Perception on Stunting in Tangerang District*', pp. 37–47.
- Muarifuddin, M., Mulyono, S. E., & Malik, A. (2016). Analisis kebutuhan pengembangan desa wisata batik Kecamatan Lasem Kabupaten Rembang. *Journal of Nonformal Education*, 2(1), 57-69.
- Ners, J. and Kebidanan, D. A. N. (2018) '*Faktor Penyebab Anak Stunting Usia 25-60 Bulan Di Kecamatan Sukorejo Kota Blitar 1*', pp. 268–278. doi: 10.26699/jnk.v5i3.ART.p268.
- Oehadian, A. (2012). Pendekatan klinis dan diagnosis anemia. *Continuing Medical Education*, 39(6), 407-412.
- Prastia, T. N. and Listyandini, R. (2020) '*Keragaman Pangan Berhubungan dengan Stunting pada Anak Usia 6-24 Bulan*'. 8(1), pp. 33–41.
- Rahmadhita, K. (2020).Permasalahan *Stunting* dan Pencegahannya Pendahuluan', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), pp. 225–229. doi: 10.35816/jiskh.v10i2.253.
- Ramadhan, R. (2017) '*Determinasi Penyebab Stunting Di Provinsi Aceh*'.
- Sampe, S. A., Toban, R. C. and Madi, M. A. (2020).Hubungan Pemberian ASI Eksklusif Dengan Kejadian *Stunting* Pada Balita.11(1), pp. 448–455. doi: 10.35816/jiskh.v10i2.314.
- Sumartini, E. (2020). '*Studi Literatur : Dampak Stunting Terhadap Kemampuan Kognitif Anak Erwina*', pp. 127–134.
- UNNES. (2018). *Pedoman Pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata Edisi XVI*. Semarang: Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Negeri Semarang.
- Yanti, N. D. (2020).Faktor Penyebab *Stunting* Pada Anak: Tinjauan Literatur, 3(1).