

## EDUKASI TENTANG KESEHATAN DAN GIZI UNTUK MENCEGAH DAN MENURUNKAN ANGKA KEJADIAN STUNTING

Resky Devi Akib<sup>1</sup>

Institut Teknologi Kesehatan Dan Sains Muhammadiyah Sidenreng Rappang  
email: Reskydevi89@gmail.com

### Abstrak

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak berusia di bawah lima tahun (balita) akibat kekurangan asupan gizi kronis dan infeksi berulang, terutama pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu dari janin hingga anak berusia 23 bulan. Tujuan penyuluhan ini yaitu untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu, bayi dan balita tentang program pencegahan stunting pada bayi dan anak balita serta dapat menyiapkan makanan pendamping ASI untuk bayi sehingga dapat meningkatkan partisipasinya dalam kegiatan pencegahan stunting pada bayi dan balita dengan membantu pertumbuhan dan perkembangan anak laki-laki dan perempuan. Metode yang digunakan pada kegiatan yaitu peningkatan pengetahuan ibu, bayi dan balita tentang kesehatan dan gizi untuk mencegah dan menurunkan angka stunting. Kegiatan ini dilaksanakan untuk memberikan penyuluhan terhadap ibu tentang kesehatan dan gizi untuk mencegah dan menurunkan angka stunting. Pada kegiatan ini memberikan arahan yang lebih difokuskan ibu yang mempunyai anak bayi dan balita guna mencegah terjadinya stunting dengan cara memberikan pemahaman tentang bahayanya stunting. Hasil Kegiatan penting dari pengabdian kepada masyarakat ini yaitu pemaparan materi dari pemateri tentang edukasi kesehatan dan gizi untuk mencegah dan menurunkan angka stunting dan sesi tanya jawab, kemudian diakhiri dengan penutup. Peserta penyuluhan terdiri warga masyarakat (ibu-ibu, bayi dan balita) terlihat sangat antusias mengikuti kegiatan ini. Hal tersebut terlihat dari pertanyaan-pertanyaan yang disampaikan peserta kepada narasumber.

**Kata kunci:** Stunting Dan Balita

### Abstract

Stunting is a condition of growth failure in children under five years of age (toddlers) due to chronic nutritional deficiencies and recurrent infections, especially in the First 1,000 Days of Life (HPK), namely from the fetus to the age of 23 months. The purpose of this counseling is to increase the knowledge and understanding of mothers, babies and toddlers about the stunting prevention program for babies and toddlers and to be able to prepare complementary foods for babies so that they can increase their participation in stunting prevention activities in babies and toddlers by helping the growth and development of boys and girls. The method used in the activity is to increase the knowledge of mothers, babies and toddlers about health and nutrition to prevent and reduce stunting rates. This activity is carried out to provide counseling to mothers about health and nutrition to prevent and reduce stunting rates. This activity provides direction that is more focused on mothers who have babies and toddlers in order to prevent stunting by providing an understanding of the dangers of stunting. The important results of this community service activity are the presentation of material from the presenters about health and nutrition education to prevent and reduce stunting rates and a question and answer session, then ending with a closing. The counseling participants consisted of community members (mothers, babies and toddlers) who looked very enthusiastic in participating in this activity. This can be seen from the questions submitted by the participants to the resource person.

**Keywords:** Stunting and Toddlers

### PENDAHULUAN

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak berusia di bawah lima tahun (balita) akibat kekurangan asupan gizi kronis dan infeksi berulang, terutama pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu dari janin hingga anak berusia 23 bulan. Stunting merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang masih tinggi di Indonesia, baik yang bersifat akut maupun kronis.

Periode 1.000 HPK ini juga dikenal sebagai periode Emas untuk melakukan pencegahan atau koreksi masalah stunting dengan berbagai intervensi gizi spesifik dan sensitif. Intervensi gizi spesifik terdiri dari berbagai program yang bertujuan untuk menanggulangi penyebab langsung masalah stunting, sementara intervensi gizi sensitif merupakan kelompok program yang bertujuan untuk menanggulangi berbagai penyebab tak langsung dari stunting. Stunting pada balita dapat memiliki

dampak jangka panjang terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak, termasuk masalah kognitif, penurunan daya tahan tubuh, dan risiko penyakit kronis di masa dewasa.

Pengabdian masyarakat tentang stunting bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat tentang masalah stunting serta upaya pencegahannya. Masalah stunting masih menjadi perhatian serius di Indonesia, karena prevalensinya yang tinggi dan dampak jangka panjangnya terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak.

Stunting bukan hanya masalah individu, tetapi juga masalah masyarakat yang membutuhkan perhatian dan partisipasi semua pihak. Dalam laporan ini, akan dijelaskan mengenai faktor-faktor penyebab stunting, dampaknya terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak, serta upaya-upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah stunting.

Beberapa faktor penyebab stunting antara lain kurangnya asupan gizi yang adekuat, infeksi berulang, sanitasi yang buruk, dan praktik pemberian makan yang tidak sesuai. Selain itu, faktor sosial-ekonomi, pendidikan, dan budaya juga dapat memengaruhi masalah stunting. Oleh karena itu, pengabdian ini juga akan membahas pentingnya pendekatan lintas sektor dalam penanggulangan stunting. Dalam laporan pengabdian masyarakat ini, akan dijelaskan mengenai berbagai program dan intervensi yang dapat dilakukan untuk mencegah stunting, seperti peningkatan akses terhadap gizi yang baik, pemberian makanan bergizi pada balita, peningkatan sanitasi dan kebersihan, serta pendidikan dan sosialisasi kepada masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang.

Diharapkan laporan ini dapat memberikan pemahaman yang lebih baik kepada masyarakat tentang masalah stunting dan pentingnya upaya pencegahan. Dengan pengetahuan yang lebih baik, diharapkan masyarakat dapat berperan aktif dalam mencegah stunting pada anak-anak di lingkungan mereka.

## METODE

Metode yang digunakan pada kegiatan yaitu peningkatan pengetahuan ibu, bayi dan balita tentang kesehatan dan gizi untuk mencegah dan menurunkan angka stunting. Kegiatan ini dilaksanakan untuk memberikan penyuluhan terhadap ibu tentang kesehatan dan gizi untuk mencegah dan menurunkan angka stunting. Pada kegiatan ini memberikan arahan yang lebih difokuskan ibu yang mempunyai anak bayi dan balita guna mencegah terjadinya stunting dengan cara memberikan pemahaman tentang bahayanya stunting.

Pengabdian kepada masyarakat diawali dengan mengidentifikasi masalah stunting yang muncul di masyarakat. Setelah masalah teridentifikasi, dilanjutkan dengan survei dimana terdapat masalah terkait stunting. Setelah lokasi yang akan disurvei sudah terlihat, langkah selanjutnya adalah mendapatkan izin dari para pemangku kepentingan. Dilanjutkan dengan survei dimana terdapat masalah terkait stunting. Setelah itu dapat diberikan konseling stunting dan diakhir konsultasi akan ada sesi tanya jawab antara peserta dengan peserta nara sumber. Penilaian tersebut dilakukan agar kedepannya pelayanan kepada masyarakat jauh lebih baik dari sebelumnya. Sehingga Pengabdian kepada Masyarakat ini mampu berjalan lancar dan sinkron menggunakan pencapaian yang sudah ditentukan. terbagi menjadi 2 bagian yakni, menjadi berikut :

- a. Pemateri  
Merupakan peran terpenting dalam kegiatan sosialisasi. Peran ini berfungsi sebagai juru bahasa atau juru bicara untuk membantu masyarakat memahami stunting.
- b. Leaflet stunting yang kemudian akan dibagikan kepada semua warga sampai sosialisasi dimulai. Isi leaflet berisi informasi singkat dan padat tentang arti tindakan yang harus dilakukan dalam mencegah stunting.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Salah satu bentuk upaya pencegahan stunting adalah mengedukasi ibu untuk mengubah perilaku untuk meningkatkan kesehatan dan gizi keluarganya. Program pengabdian masyarakat yaitu untuk membantu pemerintah dalam mencegah stunting di desa Pujananting adalah dengan mengadakan kegiatan penyuluhan stunting yang dilaksanakan pada tanggal 01 Maret 2024 yang bertempat di Posyandu desa Pujananting.

Sasaran kegiatan ini adalah masyarakat di desa Pujananting. Kegiatan ini mendapat sambutan yang baik oleh masyarakat desa mangkawani karena sejalan dengan program kegiatan ini dapat mengajak masyarakat segera menyadari pentingnya tumbuh kembang dan kesehatan anak sejak kecil.

Tujuan penyuluhan ini yaitu untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu, bayi dan balita tentang program pencegahan stunting pada bayi dan anak balita serta dapat menyiapkan makanan

pendamping ASI untuk bayi sehingga dapat meningkatkan partisipasinya dalam kegiatan pencegahan stunting pada bayi dan balita dengan membantu pertumbuhan dan perkembangan anak laki-laki dan perempuan.

Pengabdian Masyarakat ini diterima dengan baik oleh warga dan mempersiapkan alat dan bahan yang akan digunakan pada saat penyuluhan seperti selebaran leaflet untuk dibagikan kepada warga untuk dilakukan edukasi dan peran pemateri dalam penyuluhan ini yaitu oleh Dosen.

Kegiatan penting dari pengabdian kepada masyarakat ini yaitu pemaparan materi dari pemateri tentang edukasi kesehatan dan gizi untuk mencegah dan menurunkan angka stunting dan sesi tanya jawab, kemudian diakhiri dengan penutup.

Dalam sosialisasi masalah stunting, pemateri menyampaikan beberapa hal yang disampaikan yaitu tentang peningkatan kesadaran akan pentingnya kesehatan dan pentingnya hidup sehat untuk mencegah generasi emas mengembangkan kondisi atau masalah yang disebut stunting.

### **PEMBAHASAN**

Stunting adalah suatu keadaan dimana tinggi badan seseorang lebih kecil dari tinggi badan orang lain pada umumnya atau seusia. Stunting dapat disebabkan oleh gizi buruk, infeksi berulang, dan kurangnya rangsangan psikososial. Secara lebih rinci materi yang disampaikan adalah Pengertian stunting, prevalensi stunting di Indonesia, Ciri-ciri stunting, Faktor-faktor yang mempengaruhi stunting pada anak, dampak gizi buruk pada usia dini terhadap kualitas sumber daya manusia, dampak jangka panjang dan pendek stunting.

Upaya yang harus dilakukan untuk mencegah stunting malnutrisi, menjelaskan golden period, 1000 hari pertama kehidupan terjadi jika anak tidak mendapatkan gizi yang cukup pada masa golden period, bentuk mobilisasi masyarakat karena hidup sehat, perbedaan n pendek dan anak normal, serta fenomena stunting yang terjadi saat ini. Materi tersebut dijelaskan sesuai dengan buku referensi yaitu Study Guide - Stunting Dan Upaya Pencegahannya.

Setelah penyampaian materi oleh pemateri, selanjutnya sesi tanya jawab dengan berupa pertanyaan yang disampaikan oleh peserta penyuluhan stunting. Pertanyaan yang disampaikan yaitu apabila seorang ibu dengan kondisi pendek yang merupakan salah satu faktor penyebab anak mengalami stunting apakah anak yang dilahirkan akan stunting, bagaimana cara untuk menghindari terjadinya stunting, kemudian makanan apa saja yang harus dikonsumsi untuk mencegah terjadinya stunting.

Selanjutnya, setelah sesi tanya jawab berakhir masuk ke dalam sesi penutup dari penyuluhan stunting. Pada sesi penutup, penyuluhan di tutup dengan membaca doa dan pembagian souvenir sebagai tanda terimakasih dari pemateri pada peserta penyuluhan.

### **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan pada tanggal 01 maret 2024 yang bertempat di Desa Pujananting Kecamatan Pujananting Kabupaten Barru dapat disimpulkan bahwa :

1. Acara berjalan sesuai dengan rencana dan berjalan lancar.
2. Peserta penyuluhan terdiri warga masyarakat (ibu-ibu, bayi dan balita) terlihat sangat antusias mengikuti kegiatan ini. Hal tersebut terlihat dari pertanyaan- pertanyaan yang disampaikan peserta kepada narasumber.

### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Ucapan terimakasih kami ucapkan Masyarakat terutama ibu yang memiliki balita dan kepala desa pujananting memberikan izin serta membantu menyediakan tempat pelaksanaan kegiatan. Selain itu, disampaikan terimakasih kepada pihak-pihak yang telah banyak membantu sehingga kegiatan pengabdian ini dapat berjalan dengan baik.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Aurima, J., Susaldi, S., Agustina, N., Masturoh, A., Rahmawati, R., & Madhe, M. T. M. (2021). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian stunting pada balita di Indonesia. *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, 1(2), 43-48.
- Hasanah, R., Aryani, F., & Effendi, B. (2023). Pemberdayaan masyarakat dalam pencegahan stunting pada anak balita. *Jurnal Masyarakat Madani Indonesia*, 2(1), 1-6.

- Kusumaningrum, I. A. A., Anggraeni, D. R., Tunisa, F., Sugianto, F., Maisura, S. N., Ramadhana, D. T., ... & Situngkir, T. Y. (2022). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Pencegahan Stunting Di Kelurahan Bagan Besar Kota Dumai. *Jurnal Pengabdian Mandiri*, 1(9), 1719-1724.
- Nasution, I. S., & Susilawati, S. (2022). Analisis faktor penyebab kejadian stunting pada balita usia 0-59 bulan. *FLORONA: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 1(2), 82-87.
- Noorhasanah, E., & Tauhidah, N. I. (2021). Hubungan pola asuh ibu dengan kejadian stunting anak usia 12-59 bulan. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, 4(1), 37-42.
- Rusliani, N., Hidayani, W. R., & Sulistyoningsih, H. (2022). Literature Review: Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita. *Buletin Ilmu Kebidanan dan Keperawatan*, 1(01), 32-40.
- Vinci, A. S., Bachtiar, A., & Parahita, I. G. (2022). Efektivitas edukasi mengenai pencegahan stunting kepada kader: Systematic literature review. *Jurnal Endurance*, 7(1), 66-73.
- Widayatri, R. D., Fitriani, Y., & Tristyanto, B. (2020). Sosialisasi pengaruh stunting terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini. *Murhum: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(2), 16-27.