

## Sosialisasi "Saksanzi" (Sadar Aktivitas Fisik, Sanitasi, Dan Gizi) Untuk Optimalisasi Tumbuh Kembang Pada *Golden Periode Age* Guna Mencegah Stunting

Anindya Hapsari<sup>1</sup>, Tika Dwi Tama<sup>2</sup>, Dian Mawarni<sup>3</sup>, Dessy Amelia<sup>4</sup>

<sup>1,2,3</sup>Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang, Malang, Indonesia

<sup>4</sup>Departemen Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Negeri Malang, Malang, Indonesia  
anindya.hapsari.fk@um.ac.id

**Abstrak:** Salah satu ciri khas anak yang membedakannya dengan orang dewasa adalah terjadinya proses tumbuh kembang yang dimulai sejak masa konsepsi dan optimal pada *golden periode age*, yaitu saat anak berusia 0-5 tahun. Salah satu gangguan pertumbuhan yang dapat terjadi pada anak adalah stunting, yang dapat disebabkan antara lain oleh: asupan gizi, kurangnya stimulasi anak dengan aktivitas fisik, serta sanitasi lingkungan yang kurang baik. Akan tetapi, belum semua kader kesehatan memiliki pengetahuan terkait pencegahan stunting ini. Untuk mengatasi permasalahan tersebut, maka kader kesehatan perlu dioptimalkan fungsinya dan dibekali dengan berbagai edukasi melalui program "SAKSANZI (Sadar Aktivitas Fisik, Sanitasi, dan Gizi)" sebagai upaya optimalisasi tumbuh kembang anak. Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini memperoleh respon yang baik dari sasaran dan menghasilkan dampak positif pada aspek pengetahuan dan keterampilan. Implikasi yang diharapkan setelah pelaksanaan kegiatan ini adalah para kader kesehatan dapat secara rutin dan proaktif melakukan sosialisasi pencegahan stunting melalui aktivitas fisik, sanitasi, dan gizi bagi warganya.

**Kata Kunci:** sosialisasi, kader kesehatan, peningkatan pengetahuan

**Abstract:** *One of the characteristics of children that distinguishes them from adults is the process of growth and development that starts from conception and optimal in golden period age, when children are 0-5 years old. One of the growth disorders that can occur in children is stunting, which can be caused by: nutritional intake, lack of stimulation of children with physical activity, and poor environmental sanitation. However, not all health cadres have knowledge related to stunting prevention. To overcome these problems, health cadres need to optimize their functions and educated with the "SAKSANZI (Aware of Physical Activity, Sanitation, and Nutrition)" program as an effort to optimize child growth and development. The results of this community service activity obtained a good response from the target and had a positive impact on the aspects of knowledge and skills. The expected implication after the implementation of this activity is that health cadres can routinely and proactively socialize stunting prevention through physical activity, sanitation, and nutrition for their citizens.*

**Keywords:** *education, health cadres, increasing of knowledge*

### Pendahuluan

Salah satu ciri khas anak yang membedakannya dengan orang dewasa adalah terjadinya proses tumbuh kembang (Kemenkes, 2014). Tumbuh kembang anak dimulai sejak masa konsepsi dan optimal pada *golden periode age*, yaitu saat anak berusia 0-5 tahun (Roediger *et al.*, 2020). Akan tetapi, tidak semua anak mengalami tumbuh kembang yang optimal. Salah satu gangguan pertumbuhan yang dapat terjadi pada anak adalah stunting.

Stunting didefinisikan sebagai kondisi kegagalan dalam pertumbuhan serta terjadinya malnutrisi yang berakibat anak memiliki tinggi badan tidak sebanding dengan teman usianya. Stunting diukur berdasarkan indeks tinggi badan menurut umur (TB/U) dibandingkan dengan tabel standar WHO tahun 2005 (*z-score*). Keadaan stunting ini dimulai sejak masa prenatal dan dapat

mempengaruhi fungsional individu termasuk rendahnya fungsi kognitif dan produktivitas di masa depannya (Onis *and* Branca., 2016).

Indonesia termasuk lima besar negara di dunia dengan angka stunting yang tinggi, mencapai 37% (Kemenkes, 2018). Salah satu Provinsi dengan prevalensi stunting tinggi menurut data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 adalah Jawa Timur, yaitu sebesar 33% (Riskesdas, 2018). Berdasarkan data dari Posyandu di Kelurahan Blimbing Kota Malang Jawa Timur, terdapat 25 orang balita dengan risiko stunting. Balita-balita ini memiliki tinggi badan yang hampir terkategori sangat pendek. Upaya penanggulangan stunting di Kelurahan Blimbing ini terkendala antara lain karena keterbatasan pengetahuan kader kesehatan yang jarang mendapat pelatihan terkait stunting. Keadaan ini perlu diperhatikan mengingat anak pada *golden periode age* merupakan aset yang menentukan kualitas generasi masa depan sehingga berbagai upaya perlu dilakukan untuk mencegah kejadian stunting.

Berbagai hal diketahui dapat mempengaruhi kejadian stunting. Berdasarkan teori UNICEF (1998); Black, dkk (2005) yang diacu dalam (Andiani, 2013) menyebutkan bahwa stunting dapat disebabkan oleh banyak faktor, antara lain: asupan gizi yang kurang tepat, kurangnya stimulasi anak dengan aktivitas fisik, serta sanitasi lingkungan yang kurang baik (Onis *and* Branca., 2016; Rukmana *et al.*, 2018; Amini, 2016). Sebagai upaya pencegahan stunting di Kelurahan Blimbing, diperlukan pemberdayaan masyarakat dengan bantuan kader kesehatan. Oleh karena itu, kader kesehatan perlu dioptimalkan fungsinya dan dibekali dengan berbagai pengetahuan melalui program "SAKSANZI (Sadar Aktivitas Fisik, Sanitasi, dan Gizi)" sebagai upaya optimalisasi tumbuh kembang anak. Dengan demikian, diharapkan para balita mendapatkan asah, asih, dan asuh yang optimal dan kejadian stunting dapat dicegah.

## Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada tanggal 24 Juli tahun 2023 di Kelurahan Blimbing, Kota Malang. Tim pengabdian adalah dosen dari Fakultas Kedokteran dan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang, yang terdiri dari: dr. Anindya Hapsari, M.Kes, Tika Dwi Tama, SKM, M.Epid, Dian Mawarni, SKM, M.P.H, dan Dessy Amelia, S.Keb., Bd., M.Kes. Sasaran dalam kegiatan ini adalah seluruh kader kesehatan Kelurahan Blimbing sebanyak 75 orang.

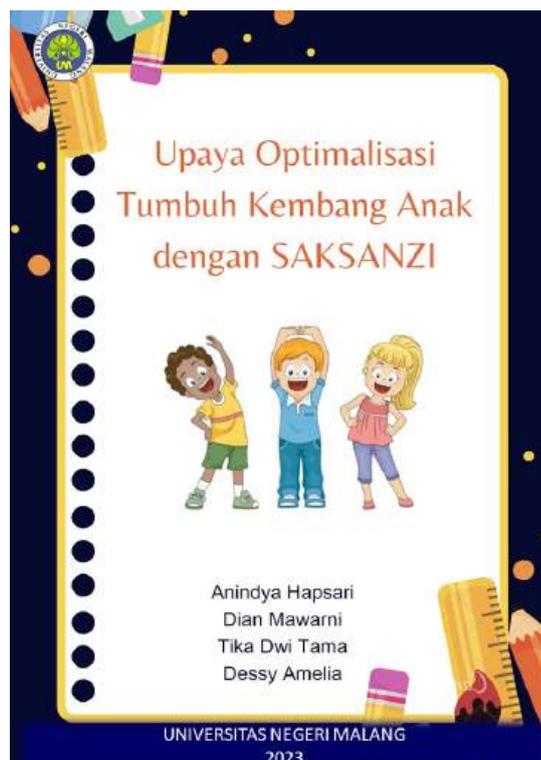
Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan berupa penyuluhan "SAKSANZI" (Sadar Aktivitas Fisik, Sanitasi, dan Gizi) untuk optimalisasi tumbuh kembang pada *golden periode age* guna mencegah stunting. Untuk menyukseskan penyelenggaraan kegiatan ini, tiga tahapan berbeda dilakukan. Tahap awal melibatkan kolaborasi ekstensif dengan mitra untuk memastikan pelaksanaan teknis kegiatan yang lancar. Selain itu, materi edukasi seperti *power point* dan buku saku juga dikembangkan, bersamaan dengan pembuatan agenda layanan yang komprehensif. Lanjut ke tahap pelaksanaan, metode yang digunakan adalah metode ceramah yang meliputi serangkaian acara seperti: *pretest*, pemaparan materi, dan *posttest*. Pada edukasi ini, tim pengabdian menyampaikan informasi mengenai definisi serta berbagai faktor penyebab stunting, dan berbagai upaya optimalisasi tumbuh kembang anak. Selain itu, materi yang disampaikan juga membahas mengenai deteksi dini dan strategi pencegahan stunting. Sebagai penutup kegiatan penyuluhan, dilakukan sesi foto bersama. Terakhir, tahap evaluasi memberikan penekanan yang

signifikan pada penilaian efektivitas kegiatan dengan menganalisis kesenjangan tingkat pengetahuan di antara para responden. Analisis ini difasilitasi melalui pemanfaatan perangkat lunak statistik.

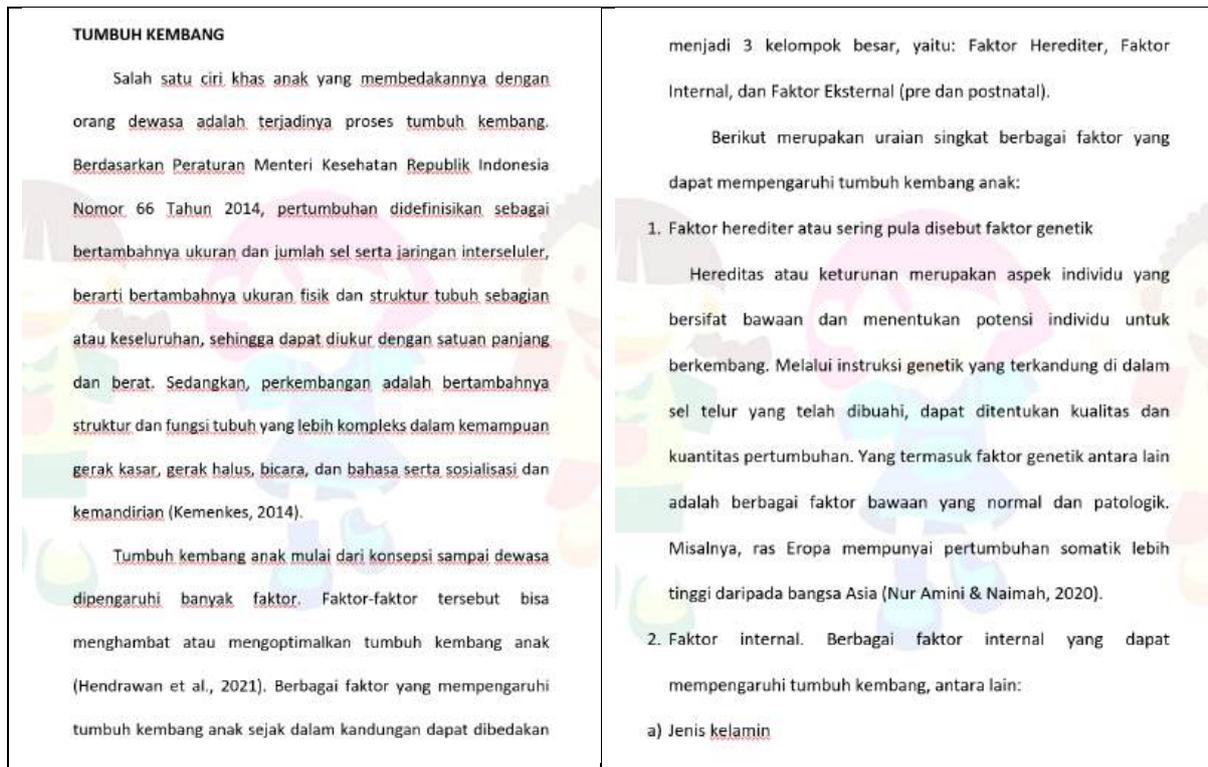
## Hasil dan Pembahasan

### Media Edukasi

Media edukasi yang dimanfaatkan tim pengabdian masyarakat berupa power point dan buku saku. Buku saku, salah satu media cetak promosi kesehatan, menawarkan beberapa keunggulan, antara lain: tahan lama, hemat biaya untuk diproduksi, portabel, dan meningkatkan pemahaman dan antusiasme belajar (Hanif *et al.*, 2019). Representasi visual di bawah ini menggambarkan tampilan buku saku.



**Gambar 1. Cover Buku Saku**



**Gambar 2. Sebagian Isi Buku Saku**

### Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan dilaksanakan di Kelurahan Blimbing Kota Malang pada tanggal 24 Juli 2023. Pelaksanaan kegiatan ini dihadiri oleh 75 orang kader kesehatan, Ketua Kelsi, dan juga tim pengabdian. Keberhasilan kegiatan penyuluhan diukur melalui pengisian kuesioner yang dibagi menjadi *pretest* dan *posttest*. Tujuannya adalah untuk mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan responden mengenai peran aktivitas fisik, gizi, dan sanitasi dalam optimalisasi tumbuh kembang guna mencegah stunting, sebelum dan sesudah pemberian penyuluhan.

Analisis pada kegiatan ini dilakukan menggunakan uji t-tes berpasangan. Perbedaan pengetahuan pada responden dapat dilihat pada tabel 1 berikut:

**Tabel 1. Perbedaan Rerata *Pre-Posttest***

Pengetahuan	Mean	Standar Deviasi	Sig.
<i>Pretest</i>	46,7	6,14	0,000
<i>Posttest</i>	83,53	5,12	

Rata-rata nilai pengetahuan sebelum pemberian penyuluhan (*pretest*) adalah 46,7 dengan standar deviasi 6,14. Pada pengetahuan setelah penyuluhan (*posttest*), didapatkan nilai rata-rata 85,33 dengan standar deviasi 5,12. Terlihat selisih nilai mean antara pengukuran pertama dan kedua adalah 38,63 dan hasil uji statistik menunjukkan nilai p value <0,05. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa secara statistik terdapat perbedaan nilai *pretest* dan *posttest* sesudah penyuluhan. Hal itu menunjukkan kegiatan "Sosialisasi Kader Kesehatan "SAKSANZI" (Sadar

Aktivitas Fisik, Sanitasi, dan Gizi) untuk Optimalisasi Tumbuh Kembang pada *Golden Periode Age* guna Mencegah Stunting” ini efektif dan berhasil dalam meningkatkan pengetahuan responden.



**Gambar 3. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian**



**Gambar 4. Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian**

## **Kesimpulan**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat, yang meliputi kegiatan edukasi tentang “SAKSANZI” (Sadar Aktivitas Fisik, Sanitasi, dan Gizi) untuk Optimalisasi Tumbuh Kembang pada *Golden Periode Age* guna Mencegah Stunting” ini memperoleh respon yang baik dari sasaran dan

menghasilkan dampak positif pada aspek pengetahuan. Implikasi yang diharapkan setelah pelaksanaan kegiatan ini adalah para kader kesehatan mampu mengedukasi dan memberdayakan masyarakat sekitarnya untuk menstimulasi tumbuh kembang yang optimal bagi anak, utamanya pada *golden period age*.

### Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada para kader kesehatan atas kesediaan dan kerjasama sebagai mitra kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Penulis juga berterima kasih kepada Universitas Negeri Malang yang telah mendanai kegiatan ini melalui hibah pengabdian kepada masyarakat skema Program Kemitraan Masyarakat (No. 5.4.2/UN32/KP/2023).

### Referensi

- A. Amini, "Hubungan Kunjungan Antenatal Care (Anc) Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 12-59 Bulan Di Kabupaten Lombok Utara Provinsi Ntb Tahun 2016," Pp. 2–22, 2016, [Online].
- Dewi, V. N. L., & St, S. (2023). Masalah Tumbuh Kembang Pada Masa Golden Period. *Pentingnya Asi Eksklusif Dan Mp-Asi Di Masa Pertumbuhan Golden Period*, 43.
- E. Rukmana, D. Briawan, And I. Ekayanti, "Risk Factors Stunting In Children Aged 6-24 Months In Bogor," *J. Mkm2*, Vol. 12, No. 3, Pp. 192–199, 2016.
- K. Kesehatan, B. Penelitian, And P. Kesehatan, "Hasil Utama Riskesdas 2018," 2018.
- Kemkes, "Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 66 Tahun 2014 Tentang Pemantauan Pertumbuhan, Perkembangan, Dan Gangguan Tumbuh Kembang Anak." 2014.
- Kemkes, "Penanganan Stunting Terintegrasi Beban Ganda Permasalahan Gizi Di Indonesia," *Jakarta*, 2018.
- M. De Onis And F. Branca, "Childhood Stunting: A Global Perspective," *Matern. Child Nutr.*, Vol. 12, Pp. 12–26, 2016, Doi: 10.1111/Mcn.12231.
- R. Roediger, D. Taylor Hendrixson, And M. J. Manary, "A Roadmap To Reduce Stunting," *Am. J. Clin. Nutr.*, Vol. 112, Pp. 773s-776s, 2020, Doi: 10.1093/Ajcn/Nqaa205.
- Rahman, H. N., Nugrahani, C. I., Ferdina, C. S., Christiana, E., Sari, A. P., Iszakayah, N., ... & Rahman, T. (2023). *Cegah Stunting Sebagai Upaya Wujudkan Generasi Emas*. Penerbit Nem.
- Yuniar, D. P. (2022). *Kesehatan Dan Gizi Anak Usia Dini*. Bayfa Cendekia Indonesia.