

PENINGKATAN PENGETAHUAN STUNTING SEBAGAI UPAYA PREVENTIF

Rif'atun Nisa¹, Heni Puspasari², Ika Choirin Nisa³, Neng Siti Khodijah⁴

^{1,2,3,4} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Cirebon

E-mail: rivanisa24@gmail.com

Article History:

Received: July 26th, 2022

Revised: October 31st, 2022

Accepted: October 31st 2022

Keywords: Knowledge,
Stunting, Preventive Effort

Abstract

Stunting is a condition where toddlers have a length or height that is less than their age. Stunting is caused by inadequate nutritional intake for a long time due to feeding that is not in accordance with nutritional needs. Things that must be remembered to prevent stunting are eating foods that contain the nutrients needed during pregnancy and during breastfeeding, providing good nutrition to your little one, such as providing exclusive breastfeeding and other important nutrients as you get older, regularly checking your pregnancy and growth and development. After birth, adopting a clean and healthy lifestyle, especially washing hands before eating, and having clean sanitation in the home environment. The purpose of this community service activity is to increase mother's knowledge about stunting, independent detection and how to prevent it. This activity is carried out by lecturers, students, midwives and cadres. The target of this activity is pregnant women and mothers who have toddlers. The implementation on 18 June 2022. The place in the village of Kepongpongan, Talun, Cirebon. The service is carried out by providing Health Education about Stunting to pregnant women and mothers who have toddlers.

Abstrak

Kata Kunci: Pengetahuan,
Stunting, Upaya Preventif

Stunting adalah kondisi dimana balita memiliki panjang atau tinggi badan yang kurang jika dibandingkan dengan umur. Stunting disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. Hal-hal yang harus diingat untuk mencegah stunting yaitu mengonsumsi makanan dengan kandungan nutrisi yang dibutuhkan selama hamil dan selama menyusui, memberikan nutrisi yang baik kepada si kecil, seperti memberikan ASI eksklusif dan nutrisi penting lainnya seiring pertambahan usia, rutin memeriksakan kehamilan serta pertumbuhan dan perkembangan anak setelah lahir, menerapkan pola hidup bersih dan sehat, terutama mencuci tangan sebelum makan, serta memiliki sanitasi yang bersih di lingkungan rumah. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu

tentang Stunting, deteksi secara mandiri serta cara pencegahannya. Kegiatan ini dilakukan oleh Dosen, mahasiswa, Bidan dan Kader. Sasaran kegiatan ini adalah ibu hamil serta ibu yang memiliki balita. Waktu pelaksanaan pada tanggal 18 Juni 2022. Tempat pelaksanaan pengabdian di desa Kepongpongan Kecamatan Talun Kabupaten Cirebon. Pengabdian dilakukan dengan memberikan Pendidikan Kesehatan tentang Stunting kepada ibu hamil dan ibu yang memiliki balita.

Pendahuluan

Stunting adalah kondisi dimana balita memiliki panjang atau tinggi badan yang kurang jika dibandingkan dengan umur. Kondisi ini diukur dengan panjang atau tinggi badan yang lebih dari minus dua standar deviasi median standar pertumbuhan anak dari WHO. Stunting disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. Stunting dapat terjadi mulai janin masih dalam kandungan dan baru nampak saat anak berusia dua tahun. (Kemenkes RI, 2018).

Diagnosa stunting yakni menggunakan penilaian antropometri. Secara umum antropometri artinya ukuran tubuh manusia. Ditinjau dari sudut pandang gizi, maka antropometri gizi berhubungan dengan berbagai macam pengukuran dimensi tubuh dan komposisi tubuh dari berbagai tingkat umur dan gizi. Dimensi tubuh yang dibutuhkan untuk diagnosa stunting yaitu umur dan tinggi badan atau panjang badan, guna memperoleh indeks antropometri tinggi badan berdasar umur (TB/U) atau panjang badan berdasar umur (PB/U). (Picauly dan Sarci, 2013).

Menurut WHO tahun 2019 menyatakan bahwa prevalensi stunting di dunia yakni 28,2% tertinggi dibandingkan dengan masalah gizi lainnya seperti *wasting* (7,5%), *severe wasting* (2,4 %) dan balita *overweight* (5,7 %). Sekitar 151 juta anak di berbagai belahan dunia menderita stunting. Asia dan Afrika merupakan penyumbang balita stunting terbanyak di dunia. Asia menyumbang 57% sedangkan Afrika menyumbang 39% dari seluruh kasus balita stunting di Dunia. Prevalensi Stunting yang tinggi banyak ditemukan di negara-negara miskin dan berkembang. (WHO, 2015).

Berdasarkan data prevalensi stunting tahun 2020 di Indonesia mencapai 38,7%, meningkat dari tahun 2010 (35,6%) dan 2012 (36,8%). Artinya, pertumbuhan tidak maksimal diderita oleh sekitar 8 juta anak Indonesia, atau satu dari tiga anak Indonesia mengalami stunting. Indonesia termasuk kedalam lima negara yang mempunyai angka stunting pada balita tertinggi di dunia setelah India, Nigeria, Pakistan, Indonesia di posisi empat dan Cina di posisi lima. (Kemenkes, 2020).

Menurut Data Dinas Kesehatan Jawa Barat tahun 2020 angka prevalensi stunting di Jawa Barat sebesar 29,2%. Angka ini hampir menyerupai angka prevlensi tingkat nasional, yakni 30,8%. Sedangkan pada tahun 2020 prevalensi Stunting balita di Kabupaten Cirebon

yakni 14,6%, berdasarkan data yang di himpun sampai bulan Agustus 2020 ada sekitar 13,6% kejadian stunting dari jumlah balita di Kabupaten Cirebon. (Dinkes Kabupaten Cirebon, 2020).

Sedangkan berdasarkan hasil Survei Mawas Diri (SMD) yang dilaksanakan pada tanggal 14 Juni sampai 17 Juni 2021 di desa Kepongpongan RW 04 Kecamatan Talun Kabupaten Cirebon ditemukan hasil 3 orang balita yang mengalami stunting. Hal ini menunjukkan perlu adanya tindakan pencegahan, skrining serta penanganan stunting yang baik di masyarakat.

Stunting yang telah terjadi pada anak bila tidak diimbangi dengan *catch-up growth* (tumbuh kejar) mengakibatkan menurunnya pertumbuhan, masalah stunting merupakan masalah kesehatan masyarakat yang berhubungan dengan meningkatnya risiko kesakitan, kematian dan hambatan pada pertumbuhan baik motorik maupun mental. Stunting dibentuk oleh *growth faltering* dan *catch up growth* yang tidak memadai yang mencerminkan ketidakmampuan untuk mencapai pertumbuhan optimal, hal tersebut mengungkapkan bahwa kelompok balita yang lahir dengan berat badan normal dapat mengalami stunting bila pemenuhan kebutuhan selanjutnya tidak terpenuhi dengan baik.

Stunting pada anak dapat mempengaruhinya dari ia sampai dewasa, dalam jangka pendek, stunting pada anak menyebabkan terganggunya perkembangan otak, metabolisme tubuh, dan pertumbuhan fisik. Sekilas, proporsi tubuh anak stunting mungkin terlihat normal. Namun, kenyataannya ia lebih pendek dari anak-anak seusianya. Seiring dengan bertambahnya usia anak, stunting dapat menyebabkan berbagai macam masalah, seperti kecerdasan anak di bawah rata-rata sehingga prestasi belajarnya tidak bisa maksimal, sistem imun tubuh anak tidak baik sehingga anak mudah sakit, anak akan lebih tinggi berisiko menderita penyakit diabetes, penyakit jantung, stroke, dan kanker.

Serta dampak buruk stunting yang mempengaruhi hingga usia tua membuat kondisi ini sangat penting untuk dicegah. Gizi yang baik dan tubuh yang sehat merupakan kunci dari pencegahan stunting. Berikut hal-hal yang harus diingat untuk mencegah stunting yaitu mengonsumsi makanan dengan kandungan nutrisi yang dibutuhkan selama hamil dan selama menyusui, memberikan nutrisi yang baik kepada si kecil, seperti memberikan ASI eksklusif dan nutrisi penting lainnya seiring pertambahan usia, rutin memeriksakan kehamilan serta pertumbuhan dan perkembangan anak setelah lahir, menerapkan pola hidup bersih dan sehat, terutama mencuci tangan sebelum makan, serta memiliki sanitasi yang bersih di lingkungan rumah. (Farah, 2015).

Melihat data diatas, pemerintah mengeluarkan banyak kebijakan terkait usaha untuk menurunkan Stunting pada bayi dan balita. Pembangunan kesehatan yang dimaksud adalah masyarakat (komunitas) yang berperilaku hidup bersih dan mendapatkan pelayanan kesehatan yang bermutu sangat mempengaruhi pembangunan kesehatan. Oleh karena itu, salah satu upaya kesehatan pokok atau misi sektor kesehatan adalah mendorong kemandirian masyarakat untuk hidup sehat. (Syafudin dan Hamidah, 2019).

Pemerataan pembangunan kesehatan belum dapat diwujudkan, masih ada beberapa daerah yang jauh dari pusat pemerintahan yang masih mengalami kendala dalam kesehatan.

Perubahan paradigma kesehatan dari paradigma sakit menjadi sehat belum sepenuhnya dapat dilaksanakan. Usaha promotif dan preventif masih dikesampingkan dari pada usaha kuratif yang lebih menitikberatkan pengobatan yang sakit. (Nuraini, 2015).

Upaya promotif dan preventif yang mungkin dilakukan di masyarakat adalah dengan memberikan penyuluhan dan Pendidikan Kesehatan tentang stunting, sehingga diharapkan masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan dan kepekaan terhadap stunting. Hal ini dapat menjadi sebuah strategi dalam mencegah, melakukan deteksi serta penanganan oleh masyarakat secara mandiri. Sehingga dari latar belakang tersebut di atas, penulis tertarik untuk melakukan kegiatan Pendidikan Kesehatan tentang Stunting. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan serta sebagai upaya promotif pada kasus Stunting.

Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan oleh Dosen, mahasiswa, Bidan dan Kader. Sasaran program pengabdian masyarakat ini merupakan ibu hamil serta ibu yang memiliki balita. Waktu pelaksanaan kegiatan yaitu pada tanggal 18 Juni 2022. Tempat pelaksanaan pengabdian di desa Kepongpongan Kecamatan Talun Kabupaten Cirebon. Pengabdian dilakukan dengan tiga tahapan, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, serta evaluasi dan pelaporan. Kegiatan Pendidikan Kesehatan tentang Stunting kepada ibu hamil dan ibu yang memiliki balita dilakukan oleh bidan dan dosen, tujuannya agar dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang Stunting serta cara pencegahannya.

Hasil

Kegiatan ini dilakukan pada hari Jum'at, 18 Juni 2021 di desa Kepongpongan, Kecamatan Talun, Kabupaten Cirebon. Pelaksanaan kegiatan dilakukan oleh dosen, mahasiswa, bidan desa serta kader di wilayah setempat. Dengan peserta kegiatan adalah ibu hamil dan ibu dengan balita. Jumlah peserta dalam kegiatan ini yaitu 30 peserta yang terdiri dari 11 ibu hamil dan 19 ibu dengan balita. Para peserta yang terdiri dari ibu-ibu ini tergolong dalam wanita usia subur. Latar belakang Pendidikan peserta bervariasi, yaitu SD, SMP, SMA. Didapatkan temuan awal masalah setelah dilakukan apersepsi yaitu masih rendahnya pengetahuan ibu tentang stunting, akibat kurangnya informasi yang ibu peroleh.

Rangkaian kegiatan dimulai dari pukul 09.00 WIB, diawali dengan pendaftaran dan pendataan peserta oleh kader yang dibantu mahasiswa, kemudian dilanjutkan dengan pembukaan acara oleh bidan desa. Apersepsi dan pemberian materi diberikan oleh dosen yang dilanjutkan dengan diskusi. Media yang digunakan dalam penyuluhan yaitu *Power Point*, Poster serta alat peraga seperti pita meter untuk melakukan deteksi secara mandiri. Berikutnya dilakukan evaluasi dengan cara tanya jawab serta penutupan acara. Selama kegiatan berlangsung, terpantau kondusif, peserta tampak antusias, hal ini terbukti banyak peserta yang interaktif saat proses diskusi berlangsung. Peserta sangat antusias pada pembahasan tentang cara mencegah stunting.

Dari hasil evaluasi kegiatan dapat disimpulkan bahwa kegiatan penyuluhan ini sangat diterima oleh peserta, meningkatnya pengetahuan peserta tentang stunting, penyebab, tanda stunting serta cara pencegahannya. Hal ini dibuktikan saat dilakukan evaluasi peserta dapat menjawab dengan benar pertanyaan yang diberikan oleh bidan. Para peserta juga berkomitmen untuk melakukan pencegahan, serta deteksi dini stunting secara mandiri. Dan jika terdapat tanda stunting pada anak, maka akan segera menghubungi bidan atau kader terdekat.

Diskusi

Stunting menjadi masalah gagal tumbuh yang dialami oleh bayi di bawah lima tahun yang mengalami kurang gizi semenjak di dalam kandungan hingga awal bayi lahir, stunting sendiri akan mulai nampak ketika bayi berusia dua tahun.

Dampak buruk yang dapat ditimbulkan oleh stunting dalam jangka pendek adalah terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik, dan gangguan metabolisme dalam tubuh. Sedangkan dalam jangka panjang akibat buruk yang dapat ditimbulkan adalah menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh sehingga mudah sakit, dan risiko tinggi untuk munculnya penyakit diabetes, kegemukan, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke, dan disabilitas pada usia tua, serta kualitas kerja yang tidak kompetitif yang berakibat pada rendahnya produktivitas ekonomi. (Sudiman, 2018).

Kejadian stunting yang berlangsung sejak masa kanak-kanak akan berdampak di masa yang akan datang yaitu dapat menyebabkan gangguan *Intelligence Quotient (IQ)* dan integrasi neurosensori, anak stunting mempunyai rata-rata IQ 11-point lebih rendah dibandingkan dengan anak yang tidak stunting. (Aisyah, 2015).

Obesitas juga menjadi salah satu dampak dari stunting, dikarenakan pertumbuhan tinggi badan yang melambat menyebabkan asupan gizi tidak lagi digunakan untuk pertumbuhan. Kelebihan asupan makanan akan disimpan di dalam tubuh dan menyebabkan peningkatan berat badan. Berat badan yang meningkat tetapi tidak diikuti dengan tinggi badan yang meningkatakan IMT seseorang sehingga menggolongkannya di dalam kelompok obesitas. Anak-anak yang stunting mengalami masalah gangguan oksidasi lemak akibat kekurangan gizi dalam jangka waktu yang lama. Rendahnya tingkat oksidasi lemak menyebabkan banyak lemak yang tidak teroksidasi dan harus disimpan dalam tubuh. Gangguan oksidasi lemak merupakan salah satu faktor risiko penyebab obesitas. (Kemenkes RI, 2017).

Usia 0–2 tahun atau usia bawah tiga tahun (batita) merupakan periode emas (*golden age*) untuk pertumbuhan dan perkembangan anak, karena pada masa tersebut terjadi pertumbuhan yang sangat pesat. Periode 1.000 hari pertama sering disebut *window of opportunities* atau periode emas ini didasarkan pada kenyataan bahwa pada masa janin sampai anak usia dua tahun terjadi proses tumbuh-kembang yang sangat cepat dan tidak terjadi pada kelompok usia lain. Gagal tumbuh pada periode ini akan mempengaruhi status gizi dan kesehatan pada usia dewasa. Oleh karena itu perlu dilakukan upaya-upaya pencegahan masalah

stunting ini mengingat tingginya prevalensi stunting di Indonesia. Pemerintah telah menetapkan kebijakan pencegahan stunting, melalui Keputusan Presiden Nomor 42 tahun 2013 tentang Gerakan Nasional Peningkatan Percepatan Gizi dengan fokus pada kelompok usia pertama 1.000 hari kehidupan. Selain itu, pemerintah menyelenggarakan pula PKGBM yaitu Proyek Kesehatan dan Gizi Berbasis Masyarakat untuk mencegah stunting. PKGBM adalah program yang komprehensif dan berkelanjutan untuk mencegah stunting di area tertentu. Dengan tujuan programnya yaitu untuk mengurangi dan mencegah berat badan lahir rendah, kurang gizi, dan stunting pada anak – anak, serta meningkatkan pendapatan rumah tangga/keluarga dengan penghematan biaya, pertumbuhan produktifitas dan pendapatan lebih tinggi.

Stunting merupakan salah satu target *Sustainable Development Goals* (SDGs) yang termasuk pada tujuan pembangunan ke-2 yaitu menghilangkan kelaparan dan segala bentuk malnutrisi pada tahun 2030 serta mencapai ketahanan pangan. Target yang ditetapkan adalah menurunkan angka stunting hingga 40% pada tahun 2025. Untuk mewujudkan hal tersebut, pemerintah menetapkan stunting sebagai salah satu program prioritas. Sedangkan berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 39 Tahun 2016 tentang pedoman penyelenggaraan program Indonesia sehat dengan pendekatan keluarga, upaya yang dilakukan untuk menurunkan prevalensi stunting di antaranya pada ibu hamil, balita, anak usia sekolah, remaja, serta dewasa muda.

Faktor Risiko pada Stunting yaitu meliputi Status Gizi, Kebersihan Lingkungan, Makanan Pendamping ASI, ASI Eksklusif, Berat Badan Lahir, Berat badan lahir adalah pengukuran berat badan yang setelah dilahirkan, Pendidikan Orang Tua, Pendapatan Orang Tua, Pola Pemberian Makan, Umur dan jenis kelamin Balita.

Salah satu faktor risiko stunting menjadi permasalahan di desa Kepompong Kabupaten Cirebon, yaitu tingkat pengetahuan orang tua yang rendah tentang stunting.

Sebagian besar orang tua, dalam hal ini adalah ibu di desa kepompong kurang mengetahui informasi tentang stunting, diantaranya tentang apa itu stunting, dampak stunting, tanda stunting, penyebabnya, serta upaya pencegahannya. Peran ibu dalam proses tumbuh kembang anak sangatlah penting, karena ibu yang akan banyak berinteraksi dengan anak, sejak di dalam kandungan sampai anak berusia 2 tahun. Karena dalam kurun waktu ini potensi terjadinya stunting sangatlah besar.

Dari permasalahan tersebut, kami melakukan penyuluhan tentang stunting sebagai upaya meningkatkan pengetahuan ibu, cara mendeteksi serta upaya pencegahannya. Tujuannya agar ibu dapat lebih memahami tentang stunting, dapat melakukan deteksi secara mandiri serta bersama-sama berkomitmen untuk melakukan pencegahan terhadap stunting pada anak.

Kesimpulan

Pengetahuan tentang stunting sangat penting bagi orang tua terutama ibu, karena ibu yang akan banyak terlibat dalam pertumbuhan dan perkembangan anak, baik dari dalam

kandungan hingga sampai anak usia 2 tahun. Tingkat pendidikan orang tua yang rendah di desa Kepompongan menyebabkan tingkat pengetahuan yang rendah juga.

Kegiatan penyuluhan tentang stunting dilakukan agar dapat meningkatkan pengetahuan ibu, melakukan deteksi secara mandiri serta upaya pencegahannya. Kegiatan dilaksanakan 1 hari dan berjalan dengan lancar dengan melibatkan bidan desa dan kader wilayah setempat. Peserta yang terdiri dari ibu hamil dan ibu balita sangat antusias mengikuti kegiatan, hal ini terbukti saat proses diskusi. Peserta juga berkomitmen untuk melakukan upaya pencegahan stunting.

Pengakuan/Acknowledgements

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Cirebon, Bidan Cicih Rukaesih, S.ST, Kader desa Kepompongan Kecamatan Talun, Kabupaten Cirebon atas dukungan dan kerjasamanya sehingga kegiatan ini bisa berjalan dengan lancar.

Daftar Referensi

- Aisyah, Dewi. (2015). *Hubungan Sosial Ekonomi dengan Kejadian Stunting*
- Anisa, P. (2012). *Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita Usia 25-60 Bulan di Kelurahan Kalibaru Depok Tahun 2012*. Skripsi. Depok: Universitas Indonesia
- Departemen Kesehatan Kabupaten Cirebon. (2020). *Riset Kesehatan Dasar*. Cirebon: Badan penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. (2020). *Profil Kesehatan Jawa Barat*. Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat. Bandung: Departemen kesehatan RI.
- Farah O., dkk. (2015). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Anak Balita di Wilayah Pedesaan dan Perkotaan. *e-Jurnal Pustaka Kesehatan*, 3(1).
- Kementrian Kesehatan RI. Direktorat Bina Gizi. (2017). *Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak*. Jakarta
- Kementrian Kesehatan RI. (2018). *Situasi balita pendek (stunting) di indonesia*. Buletin data dan jendela kemenkes RI. Jakarta: pusat data informasi, kementrian kesehatan RI.
- Kementrian Kesehatan RI. (2020). *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS)*. Status Gizi Anak Balita. Jakarta: Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan.
- Nuraini.M. (2015). *Dahsyatnya Herbal dan Yoga Untuk 5 Penyakit*. Yogyakarta: Real Books.
- Picauly, I., dan Sarci M. T. (2013). *Analisis Determinan dan Pengaruh Stunting Terhadap Prestasi Belajar Anak Sekolah di Kupang dan Sumba Timur, NTT*. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 8(1): 55-62.

- Renyoet, B. S. (2016). *Estimasi Potensi Kerugian Ekonomi Akibat Stunting dan Obesitas pada Balita Di Indonesia (Skripsi)*. Bogor: Institut Pertanian Bogor
- Sudiman, H. (2018). *Stunting atau Pendek : Awal Perubahan Patologis atau Adaptasi Karena Perubahan Sosial Ekonomi Yang Berkepanjangan*. Media Litbang Kesehatan, 17(1): 33-43
- Syafrudin dan Hamidah, (2019). *Kebidanan Komunitas*. EGC, Jakarta.
- World Health Organization. 2015. *Nutritional Landscape Information System (NLIS) country profile indicator interpretation guide*.