

## PENINGKATAN PENGETAHUAN MELALUI EDUKASI GIZI DALAM PENCEGAHAN STUNTING PADA MASYARAKAT DESA KUWONHARJO

**Mega Arianti Putri**

Program Studi Ilmu Keperawatan  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Husada Mulia Madiun  
Email : [arianti.mega89@gmail.com](mailto:arianti.mega89@gmail.com)

**Sudarmi**

Program Studi Ilmu Keperawatan  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Husada Mulia Madiun

Jl. Taman Praja No.25, Mojorejo, Kec. Taman, Kota Madiun, Jawa Timur 63139

### ABSTRAK

Stunting merupakan kondisi dimana tinggi badan anak lebih pendek dibanding tinggi badan anak seusianya. Di Indonesia, kasus stunting masih menjadi masalah kesehatan dengan jumlah yang cukup banyak. Faktor yang menyebabkan stunting selain gizi juga disebabkan karena kurangnya pengetahuan masyarakat terutama pada ibu hamil dan ibu balita. Tujuan pemberdayaan masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan masyarakat melalui edukasi kesehatan terkait gizi seimbang untuk pencegahan terjadinya stunting dengan media flip card. Kegiatan ini di ikuti oleh ibu hamil dan ibu dengan balita Desa Kuwonharjo. Metode kegiatan adalah penyuluhan terkait gizi seimbang untuk pencegahan terjadinya stunting. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dengan metode sebagai berikut: a).Metode ceramah, digunakan untuk menyampaikan pengetahuan gizi seimbang untuk pencegahan terjadinya stunting b). Metode tanya jawab, digunakan untuk memberikan tanggapan kepada peserta tentang materi yang telah disampaikan selama kegiatan. Masyarakat mengikuti kegiatan dengan antusias, dibuktikan dengan banyak peserta yang bertanya dan semua peserta mengerjakan *pretes*. Pada saat proses penyampaian materi terjadi komunikasi dua arah sehingga peserta bisa diajak untuk berinteraksi serta mengajukan beberapa pertanyaan dari materi yang telah disampaikan. Hasil *pre tes* rata-rata sebesar 71,1 dan rata-rata *post tes* sebesar 82,1. Hasil penghitungan nilai menunjukkan pengetahuan terkait gizi seimbang untuk pencegahan terjadinya stunting pada peserta meningkat dengan kategori sedang. Siswa dapat menjelaskan apa saja yang dimaksud dengan gizi seimbang. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah: (1) Antusias peserta sangat tinggi, semua peserta mengikuti kegiatan mulai dari awal sampai akhir; (2) Pengetahuan peserta tentang terkait gizi seimbang untuk pencegahan terjadinya stunting meningkat. Saran dari kegiatan pengabdian ini adalah pengabdian ini dapat dilakukan di kegiatan lain dengan cakupan peserta lebih banyak sehingga semua bisa memiliki pengetahuan terkait gizi seimbang untuk pencegahan terjadinya stunting.

**Kata kunci:** Gizi seimbang, stunting

*Received November 28, 2022; Revised Desember 20, 2022; Januari 20, 2023*

### **ABSTRACT**

*Stunting is a condition where a child's height is shorter than the height of children of his age. In Indonesia, stunting cases are still a health problem with a large number. Factors that cause stunting apart from nutrition are also caused by a lack of public knowledge, especially among pregnant women and mothers of toddlers. The purpose of this community empowerment is to increase public knowledge through health education regarding balanced nutrition to prevent stunting using flip card media. This activity was attended by pregnant women and mothers with toddlers in Kuwonharjo Village. The activity method is counseling related to balanced nutrition to prevent stunting. This service activity is carried out using the following method: a). Lecture method, used to convey knowledge of balanced nutrition for the prevention of stunting b). The question and answer method is used to provide feedback to participants about the material presented during the activity. The community took part in the activity enthusiastically, as evidenced by the many participants who asked questions and all the participants took the pre-test. During the process of delivering the material, two-way communication occurs so that participants can be invited to interact and ask questions about the material that has been delivered. The average pre-test result was 71.1 and the post-test average was 82.1. The results of calculating the value show that knowledge related to balanced nutrition for the prevention of stunting in participants has increased in the moderate category. Students can explain what is meant by balanced nutrition. The conclusions from this activity were: (1) The enthusiasm of the participants was very high, all participants took part in the activity from start to finish; (2) Participants' knowledge regarding balanced nutrition to prevent stunting increased. The suggestion from this service activity is that this service can be carried out in other activities with a wider range of participants so that all can have knowledge regarding balanced nutrition to prevent stunting.*

**Keywords:** *Balanced nutrition, stunting*

### **PENDAHULUAN**

Tolak ukur terpenuhinya kebutuhan gizi tubuh didasarkan pada Status gizi yang didapatkan melalui asupan makanan dan minuman. Kondisi malgizi (malnutrition) merupakan suatu kondisi dimana tubuh mengalami kekurangan atau kelebihan zat gizi, meskipun mayoritas istilah digunakan untuk menggambarkan kondisi kekurangan gizi (Iqbal & Puspaningtyas, 2018). Kecukupan gizi sangat dibutuhkan pada masa awal pertumbuhan anak-anak untuk memastikan pertumbuhan yang sehat, organ tubuh berfungsi dengan baik, memiliki sistem imun yang kuat, serta untuk perkembangan otak dan kognitif (UNICEF, dalam Kemenkes 2013).

Kategori balita dengan gizi kurang berdasarkan pengukuran status gizi pada balita ada 3 yaitu stunting atau pendek (TB/U), underweight (BB/U), dan wasting (BB/TB). Stunting merupakan kondisi dimana tinggi badan anak lebih pendek dibanding tinggi badan anak seusianya (terlalu pendek) yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis (Tim Nasional

Percepatan Penanggulangan Kemiskinan, 2017). Angka kejadian di dunia terdapat sekitar 165 juta anak di bawah lima tahun (26%) mengalami stunting pada tahun 2011. Pada tahun 2011, stunting pada anak dengan prevalensi tertinggi berusia di bawah lima tahun terdapat di Afrika (36%) dan Asia (27%) (UNICEF, dalam Kemenkes 2013). Salah satu negara dengan prevalensi stunting kelima terbesar di seluruh dunia adalah Indonesia. RISKESDAS tahun 2013 menjelaskan sekitar 37% anak balita di Indonesia (hampir 9 juta anak) mengalami stunting dan mengalami peningkatan dari tahun 2010 (35,6%) dan tahun 2007 (36,8%). Masalah kesehatan yang terjadi di masyarakat dianggap berat jika prevalensi pendek sebesar 30 – 39% dan serius bila prevalensi pendek  $\geq 40\%$  (WHO, 2010). Berdasarkan ketetapan WHO tersebut, prevalensi stunting di Indonesia masuk kedalam kategori berat, sehingga pemerintah saat ini cukup serius dalam upaya penanggulangan stunting.

## **METODE**

Kegiatan edukasi dilaksanakan pada tanggal 20 Februari 2022 pada 20 peserta yang meliputi ibu hamil dan ibu dengan balita di Desa Kuwonharjo. Kegiatan pengabdian ini berlangsung dalam beberapa tahap, meliputi:

dengan metode sebagai berikut: (1) registrasi ibu dengan balita yang mengikuti kegiatan; (2) pengukuran berat badan dan tinggi badan pada balita; (3) pembukaan yang dilakukan oleh mahasiswa; (4) penyuluhan

- a. Tahap persiapan, pada tahap ini dilakukan persiapan mengenai pembagian tugas kepada anggota tim penyuluhan agar bisa maksimal dalam menyampaikan informasi dan pemahaman yang memadai bagi peserta penyuluhan. Penyusunan materi dilakukan dengan menggunakan referensi sesuai dengan materi yang harus disampaikan kepada peserta, menyusun instrument untuk pretes dan postes. Pada tahap ini juga digunakan untuk menyusun daftar hadir peserta, menyiapkan alat bahan seperti flip card untuk pelaksanaan kegiatan
- b. Tahap pelaksanaan kegiatan, pada tahap ini dimulai dari registrasi peserta yang mengikuti kegiatan, pembukaan dan penyampaian materi edukasi tentang kesehatan terkait gizi seimbang untuk pencegahan terjadinya stunting. Urutan pelaksanaan kegiatan pengabdian ini adalah Tim pengabdian memperkenalkan diri dan menyampaikan tujuan pengabdian ini. Peserta mengerjakan tes awal (pretes). Selanjutnya penyampaian materi oleh tim pengabdian, setelah itu peserta dan

pemateri melakukan interaksi tanya jawab. Pada tahap akhir peserta mengerjakan tes (postes) sesudah penyampaian materi.

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dengan metode sebagai berikut:

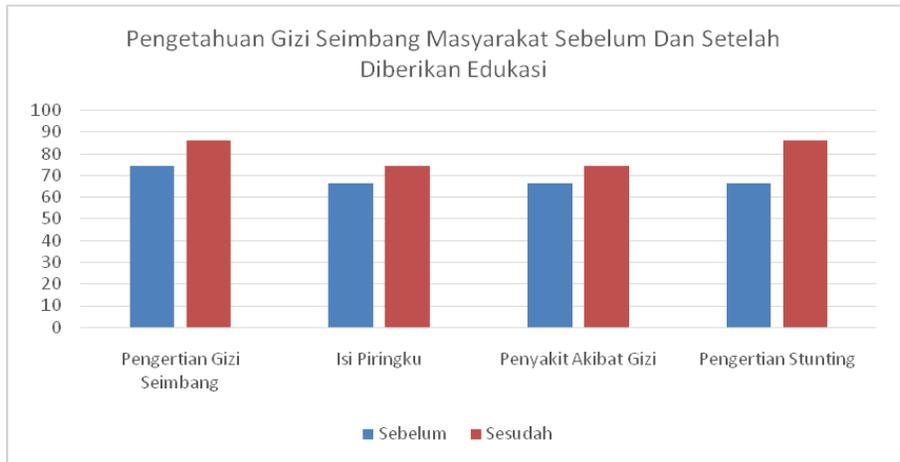
- a. Metode ceramah, digunakan untuk menyampaikan pengetahuan kesehatan terkait gizi seimbang untuk pencegahan terjadinya stunting meliputi: pengetahuan gizi seimbang, cara membuat menu dan contoh menu makan dengan gizi seimbang serta pengetahuan tumbuh kembang anak.
- b. Metode tanya jawab, digunakan untuk memberikan umpan balik pada peserta sekaligus untuk mendapatkan tanggapan peserta tentang materi yang telah disampaikan selama kegiatan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

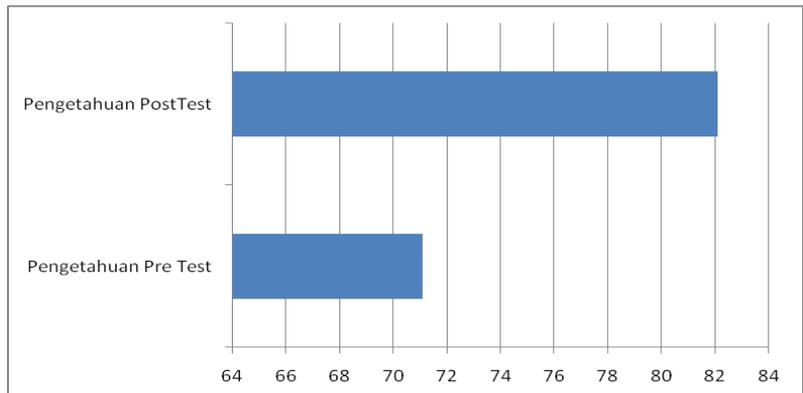
Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dapat berjalan lancar, berkat dukungan dari pihak desa dan masyarakat, yang memberikan kesempatan tim melaksanakan pengabdian. Antusias peserta pada saat pelaksanaan kegiatan sangat tinggi, terlihat pada waktu pretes semua peserta mengerjakan dengan sungguh-sungguh. Selanjutnya ketika penyampaian materi, peserta juga dapat terjalin interaksi, dengan mengajukan pertanyaan dari materi yang disampaikan. Antusias mereka juga terlihat ketika mengerjakan postes, semua mengerjakan dengan sungguh-sungguh dan bekerja sendiri-sendiri, sehingga situasi tidak gaduh.

Pengetahuan kader posyandu mengalami peningkatan dari sebelum dan setelah dilakukan edukasi mengalami. Nilai rata-rata pengetahuan saat awal adalah 71,1 dan rata-rata pengetahuan setelah diberikan edukasi sebesar 82,1. Berdasarkan hasil analisis kuesioner pemahaman awal terkait isi piringku, akibat yang muncul karena ketidak seimbangan gizi serta pengertian stunting masyarakat masih buruk dibuktikan dengan rata-rata nilai pre tes sejumlah 66,3 namun setelah diberikan edukasi rata-rata meningkat menjadi 74,65.

Gambar 1 Gambaran Pengetahuan Masyarakat Tentang Gizi Seimbang



Gambar 2 Pengetahuan Gizi Seimbang Masyarakat Sebelum Dan Setelah Diberikan Edukasi



Hasil evaluasi dan gambar diagram menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat setelah edukasi. Hal ini membuktikan bahwa pengetahuan gizi seimbang untuk pencegahan terjadinya stunting pada peserta meningkat dengan kategori sedang .

Upaya pencegahan stunting pada balita dengan Edukasi gizi merupakan salah satu tujuan dari pembangunan kesehatan yang berkelanjutan dan tertuang dalam Sustainable Development Goals (SDG's) (WHO, 2018). Pada periode 1000 Hari Pertama Kehidupan merupakan upaya pencegahan stunting secara efektif yang dapat dilakukan, terutama pada saat kehamilan (Mistry, Hosain, Arora, 2019; Dhaded, et al, 2020). Selain itu praktik pemberian makan dengan gizi seimbang pada balita juga sangat berkontribusi terhadap pertumbuhan dan perkembangan optimal pada balita (Millward, 2017; Uwiringiyimana, et al, 2019). Upaya edukasi gizi sebagai pencegahan terjadinya stunting pada balita menjadi langkah strategis. Hal ini disebabkan stunting sebagai indikator kegagalan pertumbuhan

memberikan dampak terhadap terjadinya gangguan fungsional, termasuk rendahnya perkembangan kognitif dan fisik, gangguan metabolisme yang dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit degenerative, serta perkembangan sosio emosional balita (Alam et al, 2020; Sanou et al, 2018; Rolfe, et al, 2018). Oleh karena itu diperlukan upaya pencegahan yaitu salah satunya melalui edukasi gizi bagi kader posyandu sebagai agen promosi kesehatan yang secara langsung dapat berinteraksi dengan keluarga dan masyarakat, sehingga efektif dalam menurunkan prevalensi stunting.

Berbagai upaya telah dilakukan untuk menurunkan stunting baik berupa intervensi gizi sentsitif melalui lintas sektor dan intervensi gizi spesifik dalam meningkatkan asupan makan balita. Salah satu upaya untuk mengoptimalkan penurunan prevalensi stunting pada balita dapat dilakukan adalah melalui pemahaman pengetahuan gizi. Pemberdayaan masyarakat, dimana salah satu tujuannya adalah untuk menurunkan prevalensi stunting. Kegiatan pemberdayaan masyarakat tersebut juga telah dilakukan di beberapa provinsi lainnya (Permatasari, Chairunnisa, dan Herlina, 2019).

## **KESIMPULAN**

Kesimpulan dari kegiatan ini adalah peserta mengikuti kegiatan dengan baik mulai dari awal pre test, penyampaian edukasi dan post test. Hasil evaluasi pre tes dan post tes menunjukkan adanya perubahan pengetahuan peserta mengenai gizi seimbang dan stunting.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Alam, MA., et al. (2020). Impact of early-onset persistent stunting on cognitive development at 5 years of age: Results from a multi-country cohort study. *PLoS One*: 15(1):1–16
- Iqbal, M., & Puspaningtyas, D. E. (2018). *Penilaian Status Gizi ABCD*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kemendes (2013). *Hasil Riset Kesehatan Dasar 2013*. Jakarta, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan
- Mistry SK, Hossain MB, Arora A. (2019). Maternal nutrition counselling is associated with reduced stunting prevalence and improved feeding practices in early childhood: A postprogram comparison study. *Nutr J*;18(1):1–9
- Millward DJ. (2017) Nutrition, infection and stunting: The roles of deficiencies of individual nutrients and foods, and of inflammation, as determinants of reduced linear growth of children. *Nutr Res Rev.* : 30(1):50–72

Permatasari TAE, Sartika RAD, Achadi EL, Purwono U, Irawati A, et al. (2016). Does breastfeeding intention among pregnant mothers associated with early initiation of breastfeeding?. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*; 7(3): 169-184. DOI: 10.22435/kespro.v7i3.6278.169-184.

<http://ejournal.litbang.kemkes.go.id/index.php/kespro/article/view/6278>

Tim Nasional Percepatan dan Penanggulangan Kemiskinan. 100 Kabupaten/Kota Prioritas Untuk Intervensi Anak Kerdil (Stunting). Jakarta: Sekretariat Wakil Presiden RI; 2017.

WHO. Nutrition Landscape Information System (NLIS) Country Profile Indicators. Interpretation Guide. editor. Switzerland: WHO Press; 2010.

World Health Organization (WHO). (2018). Reducing stunting in children. Equity considerations for achieving the Global Nutrition Targets 2025 [Internet]. Tersedia pada:

<http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/260202/9789241513647eng.pdf?sequence=1>