



Edukasi Gizi Seimbang Dalam Pencegahan Dan Penanganan Stunting Di Desa Karang Dima Wilayah Kerja PKM Labuan Badas Labuan Sumbawa

Education On Balanced Nutrition In Preventing And Handling Stunting In Karang Dima Village, PKM Labuan Badas Labuan Sumbawa Working Area

Yunita Lestari¹, Has'ad Rahman Attamimi², Lina Etta Safitri³

^{1,2,3} STIKES Griya Husada Sumbawa

Korespondensi Penulis: yunitamudsand92@gmail.com

Article History:

Received: Januari 07, 2024;

Accepted: Februari 08, 2024;

Published: Februari 29, 2024;

Keywords: *balanced nutrition, stunting prevention, stunting management*

Abstract: *Nutritional problems, especially stunting, cannot only be intervened in in the first thousand days of life (1000 HPK). Therefore, various efforts need to be made to prevent this nutritional problem from being overcome. One effort that can be made is nutritional education for parents and children in the community. This educational activity is part of community service activities which aim to increase the knowledge and attitudes of mothers and children in implementing the consumption of balanced nutritious food in children from an early age. This is an effort to prevent and overcome ongoing stunting at school age in the Working Area of the Labuan Badas Community Health Center, Labuan Badas Village, Sumbawa. The intervention method used to achieve this goal was by holding interactive education using the counseling method which was carried out door to door for 39 participants.*

Abstrak

Masalah gizi khususnya stunting tidak hanya dapat diintervensi pada seribu hari pertama kehidupan (1000 HPK) Oleh karenanya, berbagai upaya perlu dilakukan untuk mencegah agar masalah gizi ini dapat diatasi. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah edukasi gizi kepada orangtua, anak di masyarakat. Kegiatan edukasi ini merupakan bagian dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu, anak, dalam penerapan konsumsi makanan bergizi seimbang pada anak sejak usia dini. Hal ini sebagai upaya mencegah dan mengatasi stunting yang berkelanjutan pada usia sekolah di Wilayah Kerja Puskesmas Labuan badas desa Labuan badas sumbawa. Metode intervensi yang dilakukan untuk mencapai tujuan tersebut adalah dengan mengadakan edukasi interaktif menggunakan metode penyuluhan yang dilakukan terhadap 39 peserta yang dilakukan secara *door to door*.

Kata Kunci: gizi seimbang, pencegahan stunting, penanganan stunting

PENDAHULUAN

Stunting dan konsekuensinya harus dicegah dengan memastikan zat gizi yang tepat dalam asupan harian anak prasekolah. Dampak jangka pendek dari stunting yaitu terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, dan gangguan metabolisme dalam tubuh. Sedangkan, dampak jangka panjang adalah dapat menurunkan kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh sehingga mudah sakit, dan resiko tinggi munculnya penyakit degeneratif, serta produktivitas kerja yang rendah (Kemenkes RI, 2016).

*Yunita Lestari, yunitamudsand92@gmail.com

Indonesia masih menghadapi permasalahan gizi yang berdampak serius terhadap kualitas sumber daya manusia (SDM). Salah satu masalah kekurangan gizi yang masih cukup tinggi di Indonesia adalah pendek (stunting) dan kurus (wasting) pada balita serta masalah anemia dan kurang energi kronik (KEK) pada ibu hamil. Masalah kekurangan gizi pada ibu hamil tersebut pada akhirnya dapat menyebabkan berat badan bayi lahir rendah (BBLR) dan kekurangan gizi pada balita. Permasalahan gizi disebabkan oleh penyebab langsung seperti asupan makanan yang tidak adekuat dan penyakit infeksi, sedangkan penyebab tidak langsung permasalahan gizi adalah masih tingginya kemiskinan, rendahnya sanitasi lingkungan, ketersediaan pangan yang kurang, pola asuh yang kurang baik, dan pelayanan kesehatan yang belum optimal (Kemenkes RI, 2017).

Penyebab utama stunting didunia adalah kemiskinan, kekurangan pangan dan gizi serta masalah social dan kesehatan lainnya (Ettyang and Sawe J. Caroline, 2016). Sedangkan di Indonesia, Kementrian Desa dan Sumber Daya Manusia menyampaikan faktor multidimensi yang menjadi penyebab stunting antara lain praktik pengasuhan gizi yang kurang baik dan lemahnya layanan kesehatan pada wanita hamil seperti *Ante Natal Care* dan *Postnatal*. Dapat diketahui kedua faktor tersebut bersumber dari kurangnya pengetahuan ibu tentang pencegahan stunting serta kurangnya pembelajaran dini yang berkualitas pda wanita hamil (Majid, 2017).

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita (bayi di bawah lima tahun) akibat dari kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu pendek untuk usianya. Kekurangan gizi terjadi sejak bayi dalam kandungan dan pada masa awal setelah bayi lahir akan tetapi, kondisi stunting baru nampak setelah bayi berusia 2 tahun. Kecukupan gizi dan pangan merupakan salah satu faktor terpenting dalam mengembangkan kualitas sumber daya manusia, sebagai indikator keberhasilan pembangunan suatu bangsa. Dalam hal ini gizi memiliki pengaruh terhadap kecerdasan dan produktivitas kerja sumber daya manusia (Almatsier, 2001, dalam *Study Guide-Stunting* dan upaya pencegahan, 2018).

Edukasi mengenai pentingnya konsumsi makanan dengan prinsip gizi seimbang pada anak perlu dilakukan kepada masyarakat. Sekolah merupakan sarana yang efektif dalam memberikan edukasi gizi yang ada di wilayah Puskesmas Labuan badas desa Labuan badas sumbawa adalah masih rendahnya pengetahuan dan kesadaran masyarakat, khususnya ibu tentang pentingnya penerapan gizi seimbang pada asupan makan harian anak. Dengan demikian, pemberian edukasi gizi pada masyarakat diwilayah Labuan sumbawa sangat penting. Persiapan pelaksanaan kegiatan yang diawali dengan koordinasi bersama mitra yaitu Puskesmas Labuan badas .Kegiatan selanjutnya adalah identifikasi sasaran, yaitu orangtua, anak yang berada di wilayah kerja Puskesmas sebagai peserta penyuluhan.

Kegiatan persiapan berikutnya adalah pembuatan materi penyuluhan, media, dan menyusun strategi penyuluhan.

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan dilakukan secara terstruktur. Sebelum pelaksanaan penyuluhan, peserta penyuluhan terlebih dahulu diberikan lembar imform concent mnegenai persetujuan pmberikan edukasi tentang gizi seimbang. Setelah itu dilanjutkan dengan pelaksanaan penyuluhan mengenai Pentingnya Konsumsi Makanan Bergizi Seimbang bagi Anak, remaja dan ibu hamil” Tahap evaluasi dilakukan untuk orangtua, anak, dan ibu hamil , tahap akhir yaitu dilakukan evaluasi dengan menanyakan kembali apa yang disampaikan kepada masyarakat mnegenai KIE yang diberikan kepada masyarakat tersebut yang dilakukan secara *door to door*.

METODE

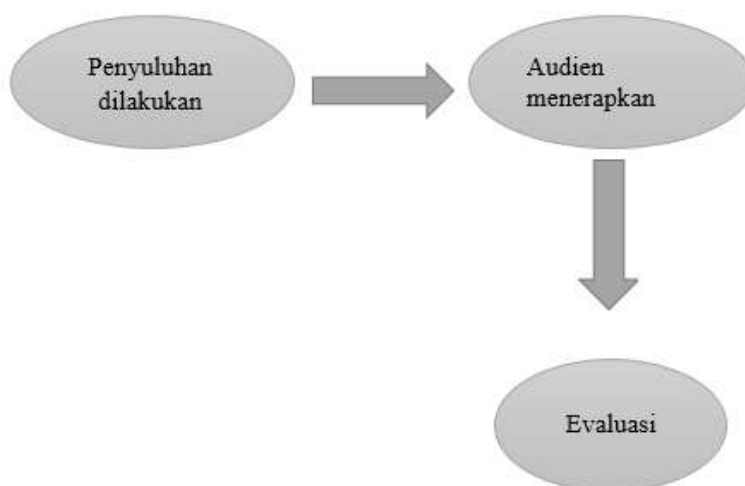
A. Rencana Kerja

Pengabdian ini dilakukan dengan metode sosialisasi, ceramah, kemudian dilanjutkan dengan tanya jawab dan dibagian akhir melakukan evaluasi terhadap informasi yang disampaikan mnegenai Stunting.

Adapun program dalam pengabdian ini adalah:

1. Audiensi
2. Sosialisasi
3. Penyampaian materi dan penatalaksanaannya
4. Evaluasi Penyuluhan

B. Susunan Pelaksanaan



Gambar 1. Alur pelaksanaan penyuluhan Pengabdian Masyarakat

HASIL

Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan di desa karang dima, kab.sumbawa suatu kegiatan pemberian pendidikan kesehatan mengenai pentingnya edukasi gizi seimbang dalam pencegahan dan penanganan stunting dimasyarakat baik anak, remaja, dan ibu hamil, berdasarkan hasil tersebut Indonesia masih menghadapi permasalahan gizi yang berdampak serius terhadap kualitas sumber daya manusia (SDM). Salah satu masalah kekurangan gizi yang masih cukup tinggi di Indonesia adalah pendek (stunting) dan kurus (wasting) pada balita serta masalah anemia dan kurang energi kronik (KEK) pada ibu hamil. Masalah kekurangan gizi pada ibu hamil tersebut pada akhirnya dapat menyebabkan berat badan bayi lahir rendah (BBLR) dan kekurangan gizi pada balita.

Permasalahan gizi disebabkan oleh penyebab langsung seperti asupan makanan yang tidak adekuat dan penyakit infeksi, sedangkan penyebab tidak langsung permasalahan gizi adalah masih tingginya kemiskinan, rendahnya sanitasi lingkungan, ketersediaan pangan yang kurang, pola asuh yang kurang baik, dan pelayanan kesehatan yang belum optimal (Kemenkes RI, 2017).

Penyebab utama stunting didunia adalah kemiskinan, kekurangan pangan dan gizi serta masalah social dan kesehatan lainnya (Ettyang and Sawe J. Caroline, 2016). Sedangkan di Indonesia, Kementrian Desa dan Sumber Daya Manusia menyampaikan faktor multidimensi yang menjadi penyebab stunting antara lain praktik pengasuhan gizi yang kurang baik dan lemahnya layanan kesehatan pada wanita hamil seperti *Ante Natal Care* dan *Postnatal*. Dapat diketahui kedua faktor tersebut bersumber dari kurangnya pengetahuan ibu tentang pencegahan stunting serta kurangnya pembelajaran dini yang berkualitas pada wanita hamil (Majid, 2017).

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita (bayi di bawah lima tahun) akibat dari kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu pendek untuk usianya. Kekurangan gizi terjadi sejak bayi dalam kandungan dan pada masa awal setelah bayi lahir akan tetapi, kondisi stunting baru nampak setelah bayi berusia 2 tahun. Kecukupan gizi dan pangan merupakan salah satu faktor terpenting dalam mengembangkan kualitas sumber daya manusia, sebagai indikator keberhasilan pembangunan suatu bangsa. Dalam hal ini gizi memiliki pengaruh terhadap kecerdasan dan produktivitas kerja sumber daya manusia (Almatsier, 2001, dalam *Study Guide-Stunting* dan upaya pencegahan, 2018).

Langkah awal dalam pelaksanaan Penyuluhan tersebut yakni, penyuluh melakukan izin ke kantor desa labuhan badas, kemudian penyuluh menunggu konfirmasi mengenai wilayah mana saja yang memiliki lokasi paling banyak terkena stunting, setelah 1 minggu dikonfirmasi oleh pihak desa bahwa ada beberapa dusun yang harus di datangi lokasinya dengan jumlah

kejadian stunting. kemudia penyuluh mengkonfrmasi kembali dengan kepala desa mnegnai jadwal paleksaan kegiatan penyuluhan. Penyuluh mendatangi satu per satu atau secara *door to door* anak yang mengalami stunting tersebut untuk diberikan penyuluhan mengani pentingnya edukasi stunting terhadap masyarakat, dalam kegiatan tersebut penyuluh dibantu oleh mahasiswa dalam pelaksanaan kegiatan tersebut. Penyuluh membutuh waktu 1 minggu untuk kegiatan tersebut karene menurut penyuluh lebih efektif hasil yang didapat ketika responen tersebut di datengin secara satu persatu. Setelah dilakukan evaluasi tershadaap kegiatan tersebut, orang tua lebih efektif menerima penyuluhan secara tatap muka dan responden lebih puasa bertanya dan lebih terbuka dalam penyuluhan tersebut.



KESIMPULAN

Berdasarkan hasil Penyuluhan tentang edukasi gizi seimbang dalam pencegahan stunting, yang dilakukan secara *door to door* sangat efektif, krna responden sangat merespon dan lebih efektif dalam penerimaan informasi dan responden juga tidak malu dalam bertanya. Seperti yang kita ketahui saat ini kasus stunting di sumbawa cukup mnejadi perhatian untuk segera ditangani, berkaitan dengan hal tersebut masyarakat sangat antusias dan merespon dengan baik dalam kegiatan tersebut.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Diharapkan kepada tenaga Kesehatan untuk tetap memberikan eduksi kepada masyarakat mengingat pentingnya edukasi gizi seimbang dalam pencegana stanting di masyarakat.

DAFTAR REFERENSI

- Dachew, Berihun Assefa dan Berhanu Boru Bifftu. 2014. Breastfeeding Practice And Associated
- Depkes RI. (2013). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2015. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia

- Depkes RI. (2015). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2015. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia
- Endah & ratna. 2019, Efek Kombinasi *Massage Woolwich* dan Konsumsi *Carica Papaya L* terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Ngaglik II Sleman Yogyakarta
- Factorsamong Female Nurses And Midwives At Northgondar Zone, Northwest Ethiopia: A Cross-Sectional Institution Based Study. *International Breastfeeding Journal*
- Hegar, Indonesia Menyusui, Jakarta : IDAI, 2008
- Hidayati, R. 2009. Asuhan Keperawatan pada Kehamilan Fisiologis dan Patologis. Jakarta: Salemba Medika.
- Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI). Indonesian Pediatric Society. Nilai Nutrisi Air
- Kemendes RI. (2014). Pedoman Gizi Seimbang. Dirjen Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak. Jakarta
- Lubis, Yuni Tamara, 2018. Hubungan Penerapan Prinsip Gizi Seimbang Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan. Skripsi. <http://repo.poltekkes-medan.ac.id/jspui/bitstream/123456789/1039/1/SKRIPSI%20YUNI.pdf>, Akses 20 Maret, 2022.
- Sajjadi S. F., dkk. 2018. Effects of Ramadan Fasting on Macronutrient and Micronutrient Intakes: An Essential Lesson for Healthcare Professionals. *J Nutrition Fasting Health*, 6 (4), 205-212. doi: 10.22038/jnfh.2019.36737.1160.
- Supriasa, I. D. N, Bakri, B, & Fajar, I. 2016. Penilaian Status Gizi. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Susilowati, Kuspriyanto. 2016. Gizi dalam Daur Kehidupan. Bandung: PT Refika Aditama.
- Yulia Novika J, (2022) Edukasi Gizi Seimbang Sejak Dini Pada Anak Prasekolah Sebagai Upaya Pencegahan Masalah Gizi Di Wilayah PuskesmasBaradatu Way