

## Efektivitas Program Keluarga Cerdas Gizi: “Keluarga Sehat, Cerdas Bebas Stunting”

Agnia Nafisa Zulfikar<sup>1\*</sup>, Fachruddin Perdana<sup>2</sup>, Shoffa<sup>3</sup>, Ina Mariananingsih<sup>4</sup>, Mareska Isnur<sup>5</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, Serang, Indonesia

<sup>3,4,5</sup>UPTD Puskesmas Kasemen, Serang, Indonesia

\*Corresponding author: agniazulfikarofc@gmail.com

### ABSTRACT

*Stunting is a significant health problem in Indonesia. It refers to a condition where toddlers (under five years old) fail to grow due to chronic malnutrition, resulting in their being too short for their age. The prevalence of stunting in Banten Province is 24.5%, and in the city of Serang, it is 24.6%. Kasemen is one of the districts in Serang where the prevalence of stunting is still high. The aim of this activity is to provide accurate education and understanding about stunting and promote appropriate healthy and hygienic behavior to children to reduce stunting rates in Kasemen. The method used is counseling with a pre-test and post-test. After receiving education, mothers have a better understanding of the importance of preventing stunting and adopting healthy and hygienic behaviors. This is demonstrated by the increase in the post-test scores of the activity participants.*

**Keywords:** health problem, nutrition education, sanitation, stunting, toddlers.

### ABSTRAK

Salah satu masalah kesehatan yang tinggi di Indonesia adalah stunting. Stunting adalah kondisi ketika terjadi gagal tumbuh pada anak di bawah usia lima tahun (balita) yang dapat disebabkan kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu pendek jika dibandingkan dengan usianya. Prevalensi stunting di Provinsi Banten sebesar 24,5% dan prevalensi stunting di Kota Serang sebesar 24,6% %. Kasemen merupakan salah satu Kecamatan di Kota Serang yang prevalensi kejadian stuntingnya masih tinggi. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan edukasi dan pemahaman yang benar tentang stunting dan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat yang tepat kepada anak dalam rangka menurunkan angka stunting di Kasemen. Metode yang digunakan adalah penyuluhan dengan pre-test dan post-test. Setelah diberikan edukasi, ibu lebih memahami tentang pentingnya mencegah stunting dan pengetahuan terkait perilaku hidup bersih dan sehat. Hal ini ditunjukkan dengan peningkatan nilai post-test para peserta kegiatan.

**Kata kunci:** masalah kesehatan, pendidikan gizi, sanitasi, *stunting*, anak balita.

### LATAR BELAKANG

Masa balita adalah saat di mana anak mengalami pertumbuhan yang sangat cepat dan membutuhkan perhatian dan kasih sayang yang lebih besar dari orang tua dan

lingkungan sekitarnya. Selain itu, anak juga memerlukan asupan gizi yang seimbang untuk memastikan gizi yang baik dan menghindari terhambatnya pertumbuhan. Kekurangan gizi pada anak dapat

menyebabkan gizi buruk, stunting, dan kekurangan berat badan. Faktor-faktor seperti sosial ekonomi dan latar belakang budaya masyarakat juga berpengaruh pada gizi balita, terutama dalam hal perilaku makan dan gizinya. Kurangnya asupan gizi pada 1000 hari pertama kehidupan dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan fisik, mental, dan otak yang bersifat tidak dapat diubah kembali. Status gizi menjadi salah satu indikator keberhasilan dalam pemenuhan kebutuhan gizi. Status gizi balita mencerminkan tingkat kesejahteraan dan perkembangan masyarakat dalam suatu negara dan terkait dengan kesehatan anak di masa depan (1).

Gizi buruk atau kurang gizi adalah faktor utama penyebab angka kematian dan kejadian sakit pada anak balita di negara-negara berkembang. Sebanyak 54% atau 10,8 juta balita meninggal akibat gizi buruk. Gizi buruk dan gizi kurang pada anak balita dapat menyebabkan sistem imunitas tubuh menurun sehingga lebih rentan terkena penyakit infeksi (diare, pneumonia, malaria, campak, dan AIDS), yang dapat menyebabkan kematian pada anak balita (2). Menurut WHO (2012), terdapat sekitar 104 juta anak di seluruh dunia yang mengalami kekurangan gizi, dan sepertiga dari seluruh kematian anak di dunia disebabkan oleh kekurangan gizi. Prevalensi kekurangan gizi tertinggi terdapat di Asia Selatan dengan 46%, diikuti oleh Sub-Sahara Afrika dengan 28%, Amerika Latin dengan 7%, dan Eropa Tengah, Timur, dan Commonwealth of Independent States (CEE/CIS) yang memiliki prevalensi kekurangan gizi paling rendah sebesar 5%. UNICEF juga melaporkan bahwa sekitar 167 juta anak usia pra-sekolah di seluruh dunia menderita kekurangan gizi (*underweight*), dan

sebagian besar dari mereka berada di Asia Selatan (3).

*Stunting* merupakan masalah kesehatan yang banyak ditemukan di negara berkembang seperti Indonesia (3). *Stunting* merupakan masalah kekurangan gizi kronis yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam jangka waktu yang cukup lama, sehingga dapat mengakibatkan gangguan pertumbuhan yaitu tinggi badan seorang anak menjadi lebih pendek (kerdil) jika dibandingkan dengan anak seusianya (4). Dari data UNICEF (2018) pada tahun 2017 jumlah balita yang mengalami *stunting* di dunia sekitar 150,8 juta. Di kawasan Asia Tenggara, Indonesia masuk dalam negara ketiga dengan prevalensi tertinggi setelah Timor Leste (50,2%) dan India (38,4%) yang prevalensinya yaitu 36,4%.

Menurut hasil Riskesdas (2018), terjadi penurunan proporsi status gizi sangat pendek dan pendek dari tahun 2013 yakni dari 37,2% (2013) menjadi sebesar 30,8% (2018). Berdasarkan target pemerintah yang tercantum dalam RPJMN 2019 angka tersebut berkurang menjadi 28%. Prevalensi balita sangat pendek dan pendek pada usia 0-59 bulan di Indonesia pada tahun 2017 mengalami peningkatan jika dibandingkan dengan tahun sebelumnya yaitu dari 8,5% menjadi sebesar 9,8% (balita sangat pendek) dan dari 19% menjadi 19,8% (balita pendek). Salah satu kota di Banten yaitu Kota Serang memiliki prevalensi *stunting* yang cukup tinggi yakni sebesar 24,6% (4).

UPTD Puskesmas Kasemen merupakan salah satu puskesmas yang berada di Kota Serang dengan masalah kesehatan pada balita yang terbilang masih tinggi. Beberapa masalah gizi pada balita yang ada di wilayah UPTD Puskesmas Kasemen diantaranya yaitu gizi kurang,

gizi buruk dan *stunting*. Ketiga kasus tersebut masih menjadi perhatian utama dari UPTD Puskesmas Kasemen. Menurut data yang diperoleh dari poli gizi UPTD Puskesmas Kasemen per bulan Oktober, sebanyak 132 balita mengalami gizi kurang, 20 balita mengalami gizi buruk dan 98 orang balita mengalami *stunting*. Berdasarkan hal tersebut, maka penulis bermaksud untuk membantu permasalahan *stunting* yang terdapat pada kelompok sasaran balita dengan memberikan edukasi terkait *stunting* dan perilaku hidup sehat dan bersih.

## METODE

Sebelum melakukan kegiatan edukasi di Pos Gizi Kampung Sukadiri, UPTD Puskesmas Kasemen, terlebih dahulu dilakukan koordinasi dengan pihak puskesmas dan pos gizi untuk menyepakati kegiatan dan sasaran yang dibutuhkan. Sebelum melaksanakan edukasi, peneliti melakukan kunjungan ke pos gizi untuk mengevaluasi situasi dan kondisi tempat yang akan digunakan untuk program. Setelah berdiskusi dengan kader pos gizi dan posyandu, peneliti memutuskan untuk melakukan pengambilan data primer guna menentukan prioritas masalah. Pengambilan data primer dilakukan pada tanggal 07 November 2022 dengan menggunakan kuesioner terstruktur dan melakukan pengukuran antropometri berupa berat badan dan tinggi badan secara langsung menggunakan alat yang telah disiapkan sebelumnya.

Setelah data terkumpul sesuai dengan target yang telah ditetapkan, langkah berikutnya adalah melakukan sintesis data untuk mengidentifikasi masalah utama yang perlu dijadikan fokus dalam kegiatan edukasi. Hal ini dilakukan dengan memprioritaskan permasalahan yang

memiliki tingkat urgensi tinggi untuk mendapatkan intervensi segera. Setelah masalah utama teridentifikasi, selanjutnya dilakukan penyusunan *Nutrition Care Process* (NCP) Komunitas dan penyusunan materi serta media edukasi untuk memfasilitasi proses intervensi.

Sebelum memberikan edukasi mengenai *stunting*, dilakukan penyebaran *pre-test* untuk mengetahui tingkat pengetahuan Ibu balita tentang *stunting*. Setelah program edukasi selesai dilakukan, diadakan pengisian *post-test* untuk mengetahui peningkatan pengetahuan Ibu balita tentang *stunting*. Kemudian, hasil *pre-test* dan *post-test* akan dihitung dengan menggunakan rumus N-Gain untuk mengetahui seberapa besar peningkatan pengetahuan yang terjadi pada Ibu balita.

$$\text{Rumus N-Gain} = \frac{\text{Skor post test} - \text{Skor pre test}}{\text{Skor ideal} - \text{Skor pre test}}$$

Pengelompokan Nilai N-Gain score dapat ditentukan berdasarkan nilai N-gain dalam bentuk persentase (%). Kategori perolehan nilai N-Gain tercantum pada tabel 1 berikut ini.

**Tabel 1.** Kategori Tafsiran Efektivitas N-Gain

Presentase	Tafsiran
<40	Tidak efektif
40 - 55	Kurang efektif
56 - 75	Cukup efektif
>76	Efektif

Proses edukasi dilakukan pada tanggal 11 November 2022. Kegiatan dimulai dengan pengenalan diri dan penjelasan singkat terkait tujuan dari kegiatan yang dilaksanakan. Edukasi dilakukan dengan metode ceramah interaktif dan diakhiri dengan diskusi serta tanya jawab.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada hari Jumat Pagi, tanggal 11 November 2022, dilaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat di lingkungan wilayah UPTD Puskesmas Kasemen dengan nama "KECEZI" (Keluarga Cerdas Gizi): "Keluarga Sehat, Cerdas Bebas *Stunting*". Kegiatan ini difokuskan pada pencegahan dan penanggulangan *stunting* pada anak balita di bawah lima tahun. *Stunting* terjadi akibat kekurangan gizi kronis pada anak yang mengakibatkan anak terlalu pendek jika dibandingkan dengan usianya. Kondisi tersebut dapat terjadi sejak bayi masih ada di dalam kandungan dan sesaat setelah bayi dilahirkan. Akan tetapi kondisi *stunting*/pendek baru akan muncul setelah anak berusia 2 tahun. Balita *stunting* dapat diketahui dari panjang atau tinggi badan balita dibandingkan dengan standar baku WHO-MGRS 2006 atau menurut Kementerian Kesehatan, seorang anak balita dikatakan *stunting* jika memiliki nilai *z-score* kurang dari -2 SD (*stunted*) atau kurang dari -3 SD (*severely stunted*). Kegiatan ini dilaksanakan di salah satu pos gizi yang berada di lingkungan wilayah UPTD Puskesmas Kasemen dan bertujuan untuk memberikan edukasi kepada masyarakat mengenai pentingnya pencegahan dan penanggulangan *stunting* (5).

Sehari sebelumnya, survei dilakukan untuk lokasi program. Kegiatan penyuluhan dilakukan bersamaan dengan program pos gizi untuk memberikan makanan tambahan pada balita. Ada sepuluh orang yang menghadiri program ini. Program "KECEZI" (Keluarga Cerdas Gizi): "Keluarga Sehat, Cerdas Bebas *Stunting*" menggunakan beberapa media, termasuk poster, leaflet, dan video edukasi. Materi yang akan disampaikan dalam program ini mencakup: 1) pengertian *stunting*, ciri-ciri

*stunting*, penyebab *stunting*, dampak *stunting*, dan pencegahan serta penanggulangan *stunting*, dengan media yang digunakan adalah poster, leaflet, dan video edukasi, serta 2) materi yang terkait dengan perilaku hidup bersih dan sehat, dengan media yang digunakan adalah poster dan leaflet.

Materi yang disampaikan dalam program ini merupakan materi dasar tentang *stunting*, hal ini dikarenakan dari hasil penyebaran kuesioner sebelumnya menunjukkan bahwa pengetahuan para ibu yang memiliki balita tentang *stunting* masih terbilang rendah. *Stunting* dapat terjadi karena praktik pengasuhan yang buruk, di mana ibu kurang memiliki pengetahuan tentang kesehatan dan gizi pada saat masa kehamilan. Selain itu, diketahui sebanyak 60% anak usia di bawah 6 bulan tidak mendapatkan ASI Eksklusif dan 2 dari 3 anak usia 0-24 bulan tidak menerima MP-ASI sesuai dengan usianya (6).

Selain itu, dari kondisi lingkungan sekitar, dapat terlihat bahwa tingkat kebersihan dan sanitasi masih kurang memadai. Kurangnya sanitasi lingkungan yang memadai dapat menjadi salah satu faktor penyebab *stunting* pada anak. Beberapa faktor lingkungan rumah seperti kurangnya stimulasi dan aktivitas anak yang memadai, kurangnya perawatan anak, sanitasi dan pasokan air yang tidak mencukupi kebutuhan, akses dan ketersediaan pangan yang terbatas, ketersediaan pangan dalam rumah tangga yang tidak sesuai, serta rendahnya edukasi pengasuh juga dapat mempengaruhi terjadinya *stunting* pada anak (7).

Para ibu yang hadir kemudian diinstruksikan untuk mengisi lembar presensi dan diberikan pulpen untuk mengisi lembar *pre-test* dan *post-test*. Acara dimulai dengan pembukaan dari

panitia program dan dilanjutkan dengan pengisian lembar *pre-test*. Selanjutnya, dilakukan kegiatan edukasi dengan program "KECEZI" (Keluarga Cerdas Gizi): "Keluarga Sehat, Cerdas Bebas *Stunting*", dimana materi pertama membahas tentang "Apa itu *stunting*?" yang mencakup pengertian, ciri-ciri, penyebab, dampak, serta cara pencegahan dan penanggulangan *stunting*. Materi ini disajikan melalui poster, leaflet, dan video edukasi. Setelah itu, dilanjutkan dengan sesi tanya jawab. Kegiatan diakhiri dengan pengisian lembar *post-test*, penutup, sesi foto bersama, dan pemberian souvenir kepada peserta. Pelaksana program membantu kader membersihkan dan merapikan tempat kegiatan di akhir acara.

Setelah itu, kegiatan dilanjutkan dengan penyampaian materi kedua yaitu mengenai "Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat", kemudian dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dan diskusi. Kegiatan terakhir adalah mengisi lembar *post-test*. Kemudian dilakukan penutupan, sesi foto bersama, dan pembagian souvenir kepada peserta. Pelaksana program dan kader membantu membersihkan dan merapikan tempat kegiatan setelah acara selesai.



**Gambar 1.** Kegiatan Pemberian Materi *Stunting*



**Gambar 2.** Kegiatan Pemberian Materi *Stunting*

Pemberian soal menggunakan *pre-test* dan *post-test* merupakan salah satu metode untuk mengukur keberhasilan pelaksanaan pengabdian masyarakat. Hasil dari program intervensi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu balita mengenai *stunting* dan perilaku hidup bersih dan sehat, yang ditunjukkan oleh rerata hasil *pre-test* sebesar 9,5 dan hasil *post-test* sebesar 12,7. Untuk mengetahui seberapa besar peningkatan pengetahuan ibu balita, dilakukan analisis menggunakan rumus N-Gain.

$$\text{Rumus N-Gain} = \frac{\text{Skor post test} - \text{Skor pre test}}{\text{Skor ideal} - \text{Skor pre test}}$$

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan nilai N-Gain sebesar 0,58 yang menunjukkan peningkatan nilai sedang dan efektivitas program yang dibuat sebesar 58%. Hal ini menunjukkan bahwa program "KECEZI" (Keluarga Cerdas Gizi): "Keluarga Sehat, Cerdas Bebas *Stunting*" terbukti **cukup efektif** sebagai salah satu program pencegahan dan penanganan *stunting*.

**Tabel 2.** Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test*

<b>Nama Ibu Balita</b>	<b>Nilai <i>Pre- Test</i></b>	<b>Nilai <i>Post-Test</i></b>
Siti Saadah	10	12
Eni	9	11
Siti Sumiyati	7	12
Humeroh	6	13
Umayah	11	13
Sumiyati	9	12
Ernawati	9	11
Ida Farida	11	14
Sri Asih	12	14

Pelaksanaan kegiatan berlangsung lancar dan tanpa kendala serius berkat bantuan dari Tenaga Pelaksana Gizi dan kader pos gizi yang bertugas. Selama kegiatan edukasi, peserta berpartisipasi aktif dan sangat antusias selama pelaksanaan. Sumber Daya Manusia yang bertugas melaksanakan tugas mereka dengan baik. Namun, kendala yang ditemukan termasuk keterbatasan tempat intervensi yang agak sempit yang menghambat kegiatan, serta beberapa ibu yang tidak dapat mengikuti kegiatan penyuluhan karena harus menunggu atau memiliki pekerjaan rumah yang harus diselesaikan. Selama penyuluhan, beberapa ibu juga harus menggendong anak mereka yang menangis sehingga kesulitan untuk fokus pada materi yang disampaikan.

Apabila tidak ditangani dengan baik, masalah gizi, terutama stunting pada balita, dapat menghambat proses tumbuh kembang dan memberikan dampak negatif yang berlangsung pada kehidupan selanjutnya. Menurut penelitian, terdapat hubungan yang signifikan antara pertumbuhan pendek pada masa balita dengan rendahnya prestasi pendidikan dan pendapatan yang rendah saat menjadi dewasa (8).

## **SIMPULAN DAN SARAN**

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat kepada ibu-ibu yang memiliki balita di Pos Gizi Wilayah UPTD Puskesmas Kasemen di Kota Serang, Provinsi Banten, berjalan lancar dan sukses sesuai dengan rencana yang telah dirancang. Para peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam mengikuti kegiatan tersebut. Hasil pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan mengenai stunting dan perilaku hidup bersih dan sehat. Program "KECEZI" (Keluarga Cerdas Gizi): "Keluarga Sehat, Cerdas Bebas Stunting" juga terbukti efektif sebagai salah satu program pencegahan dan penanganan stunting. Kegiatan ini memberikan pengalaman berharga bagi peserta untuk lebih memperhatikan pertumbuhan dan perkembangan anak-anak mereka, dengan harapan dapat menurunkan prevalensi stunting di Kecamatan Kasemen di masa depan.

Untuk masa yang akan datang, diusulkan agar intervensi tidak hanya dilakukan sekali pertemuan saja, tetapi sebaiknya dilakukan secara berkala agar lebih efektif dalam membantu menurunkan angka stunting. Selain itu, program KECEZI dapat diperluas agar tidak hanya dilaksanakan di satu pos gizi saja, melainkan juga di seluruh pos gizi yang ada di wilayah UPTD Puskesmas Kasemen.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Pengabdian masyarakat di Wilayah UPTD Puskesmas Kasemen berjalan lancar berkat bantuan dari beberapa pihak, termasuk Kepala UPTD Puskesmas Kasemen, Tenaga Pelaksana Gizi UPTD Puskesmas Kasemen, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, para kader Pos Gizi, dan semua pihak yang turut membantu. Kami

berterima kasih atas dukungan dan kontribusi yang telah diberikan.

### **KONFLIK KEPENTINGAN**

Dinyatakan oleh penulis bahwa tidak ada konflik kepentingan terhadap siapapun dalam data-data yang dipublikasikan dalam naskah tersebut. Namun, jika suatu saat terungkap adanya konflik kepentingan, maka tanggung jawab penuh atas hal tersebut akan menjadi tanggung jawab penulis.

### **REFERENSI**

1. Bhandari. Nutritional Status of Under Five Year Children and Factors Associated in Kapilvastu District Nepal. *Journal of Nutritional Health & Food Science*. 2013;1(3).
2. WHO. Health for the World's Adolescents: A Second Chance in the Second Decade. World Health Organization Departemen of Noncommunicable disease surveillance. 2014;
3. UNICEF. Undernutrition contributes to nearly half of all deaths in children under 5 and is widespread in Asia and Africa. 2018; Tersedia pada: <https://data.unicef.org/topic/nutrition/malnutrition/>
4. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI; 2018. 1–614 hlm.
5. Tim Nasional Percepatan dan Penanggulangan Kemiskinan. 100 Kabupaten/Kota Prioritas Untuk Intervensi Anak Kerdil (Stunting). 2017.
6. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak. 2020.
7. Kementerian Desa Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi. Buku Saku Stunting Desa dalam Penanganan Stunting. Jakarta: Kementerian Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal, dan Transmigrasi; 2017.
8. Astutik, Rahfiludin MZ, Aruben R. Faktor Risiko Kejadian Stunting pada Anak Balita Usia 24-59 Bulan (Studi Kasus di Wilayah Puskesmas Gabus II Kabupaten Pati Tahun 2017). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2018;6(1):409–18.