

## PENYULUHAN PENCEGAHAN STUNTING DENGAN METODE EMO-DEMO

Syafira Wulandari<sup>1,\*</sup>, Yastaryma Novisa Shandra<sup>2</sup>, Alvin Hidayat Lazuardy<sup>3</sup>, Aniisa Tussyifa<sup>4</sup>,  
Meri Prasetyawati<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. KH. Ahmad Dahlan, Cireunde Ciputat Tangerang Selatan

<sup>2</sup>Ilmu Hukum, Fakultas Hukum, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. KH. Ahmad Dahlan, Cireunde Ciputat Tangerang Selatan

<sup>3</sup>Komunikasi Penyiaran Islam, Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. KH. Ahmad Dahlan, Cireunde Ciputat Tangerang Selatan

<sup>4</sup>Teknik Kimia, Fakultas Teknik, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. Cempaka Putih Tengah no 27 Cempaka Putih Jakarta Pusat, 10510

\*E-mail : [2019710087@student.umj.ac.id](mailto:2019710087@student.umj.ac.id)

### ABSTRAK

Stunting adalah masalah kekurangan gizi kronis pada balita yang menyebabkan gangguan pertumbuhan linear (RPL). Stunting disebabkan oleh berbagai faktor salah satunya adalah anak mengonsumsi camilan yang tidak sehat. Metode pelaksanaan yang kami lakukan adalah penyuluhan dengan metode Emo-Demo atau metode Emotional Demonstration. Pengabdian masyarakat yang kami lakukan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang stunting, bahaya mengonsumsi camilan yang tidak sehat dan orang tua dapat membedakan mana camilan yang sehat dan tidak sehat di wilayah RT.05 RW. 01 Kelurahan Rawaterate Kecamatan Cakung. Emo-Demo dipilih sebagai metode penyuluhan kesehatan yang bertujuan dapat mengunggah sisi emosional target sasaran yang diharapkan dapat merubah sikap ke arah kesehatan seperti yang diharapkan. Hasil pengabdian kepada masyarakat ada perubahan signifikan masyarakat yang tadinya tidak mengerti apa itu stunting dan camilan sehat setelah dilakukannya penyuluhan kesehatan jadi mengerti tentang stunting dan camilan sehat.

**Kata kunci:** kesehatan ibu dan anak, stunting, camilan sehat dan emo-demo

### ABSTRACT

*Stunting is a chronic malnutrition problem in toddlers that causes linear growth disorders (RPL). Stunting is caused by various factors, one of which is that children consume unhealthy snacks. The implementation method that we do is counseling with the Emo-Demo method or the Emotional Demonstration method. Our community service aims to increase public knowledge about stunting, the dangers of eating unhealthy snacks and parents can distinguish between healthy and unhealthy snacks in the RT.05 RW area. 01 Rawaterate Village, Cakung District. Emo-Demo was chosen as a health counseling method that aims to upload the emotional side of the target target which is expected to change attitudes towards health as expected. As a result of community service, there was a significant change in the community who had not understood what stunting was and healthy snacks after health counseling became concerned about stunting and healthy snacks.*

**Keywords:** maternal and child health, stunting, healthy snacks and emo-demos

### 1. PENDAHULUAN

Stunting adalah masalah kekurangan gizi kronis pada balita yang menyebabkan gangguan pertumbuhan linear (RPL). Menurut WHO Child Growth Standard stunting didasarkan

pada pengukuran panjang badan atau tinggi badan menggunakan batas Z score dengan indeks panjang badan dibanding umur (PB/U) atau tinggi badan dibanding umur (TB/U) < -2 SD. Kondisi *stunting* sulit

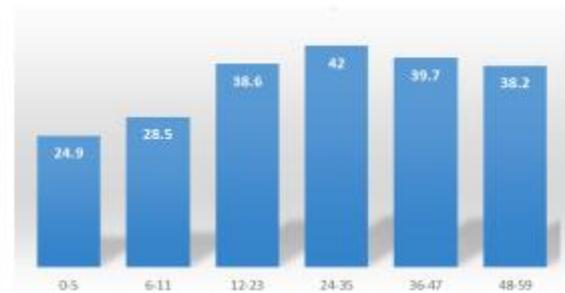
ditangani bila anak telah memasuki usia dua tahun. Oleh karena itu, untuk mencegah terjadinya stunting pada anak, ibu perlu mengonsumsi asupan gizi yang layak, terutama selama masa kehamilan hingga anak lahir dan berusia 18 bulan. Pada dasarnya, kelangsungan hidup dan kesehatan anak tidak dapat dipisahkan dari kesehatan ibu.

Banyak faktor yang menyebabkan stunting pada balita, namun karena mereka sangat tergantung pada ibu/keluarga, maka kondisi keluarga dan lingkungan yang mempengaruhi keluarga akan berdampak pada status gizinya. Pengurangan status gizi terjadi karena asupan gizi yang kurang dan sering terjadinya infeksi. Jadi faktor lingkungan, keadaan dan perilaku keluarga yang mempermudah infeksi berpengaruh pada status gizi balita. Kecukupan energi dan protein per hari per kapita anak Indonesia terlihat sangat kurang jika dibanding Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang dianjurkan baik pada anak normal atau pendek. Hal ini sangat menarik, ternyata asupan energi maupun protein tidak berbeda bermakna antara anak-anak yang tergolong pendek atau normal. Diasumsikan secara umum, konsumsi yang diperoleh untuk seluruh anak (pendek atau normal), kondisinya sama, kurang dari AKG. Jika hal ini berlangsung bertahun-tahun maka terjadi masalah kronis.

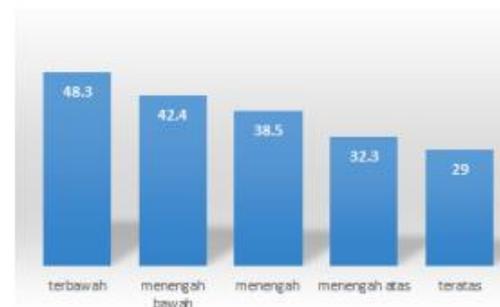
Pada tahun 2018 Kemenkes RI melakukan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) yang dilakukan oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (Litbangkes) tentang Prevalensi Stunting. Berdasarkan Penelitian tersebut angka stunting atau anak tumbuh pendek turun dari 37,2 persen dimana lebih tinggi daripada Negara Asia Tenggara lainnya, seperti Myanmar 35%, Vietnam 23%, dan Thailand 16%, Indonesia pun menduduki peringkat kelima dunia tertinggi mengenai stunting. Dan pada 2013 akhirnya menurun menjadi 30,8.

Berdasarkan kelompok umur pada balita, semakin bertambah umur prevalensi stunting semakin meningkat. Prevalensi stunting paling tinggi pada usia 24-35 bulan yaitu sebesar 42,0% dan menurun pada usia 36-47 bulan (Gambar 1). Stunting lebih banyak terjadi pada anak laki-laki (38,1%) dibandingkan dengan anak perempuan (36,2%). Daerah perdesaan (42,1%) mempunyai prevalensi stunting yang lebih tinggi dibandingkan daerah perkotaan (32,5%). Menurut tingkat kepemilikan atau

ekonomi penduduk, stunting lebih banyak terjadi pada mereka yang berada pada kuintil terbawah (Gambar 2) (Riskesdas, 2013).



**Gambar 1.** Prevalensi stunting menurut kelompok umur di Indonesia



**Gambar 2.** Prevalensi stunting menurut tingkat ekonomi di Indonesia

Berdasarkan data pada Badan Pusat Statistik (BPS) Provinsi DKI Jakarta Tahun 2020 sebanyak 1.826 balita di Jakarta Timur menderita gizi kurang. Dan berdasarkan Elektrik Pencatatan dan Pelaporan Gizi Berbasis Masyarakat Kementerian Kesehatan (EPPGBM Kemenkes) pada 2020 melaporkan jumlah anak dengan kasus gizi buruk di Jakarta timur sebanyak 172 kasus, pada 2021 sebanyak 282 kasus dan pada Januari 2022 sebanyak 89 kasus. Dengan adanya penurunan kasus yang signifikan tersebut diperlukan intervensi sensitif maupun spesifik agar tidak adanya kenaikan kasus yang terjadi pada 2021. Salah satu intervensi sensitif yang penting untuk dilakukan dalam penanggulangan stunting ialah pemberian edukasi dan konseling terkait stunting khususnya pada camilan tidak sehat.

Camilan atau jajanan tidak sehat yang dikonsumsi anak akan menyebabkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak. Pemilihan camilan atau jajanan yang salah pada

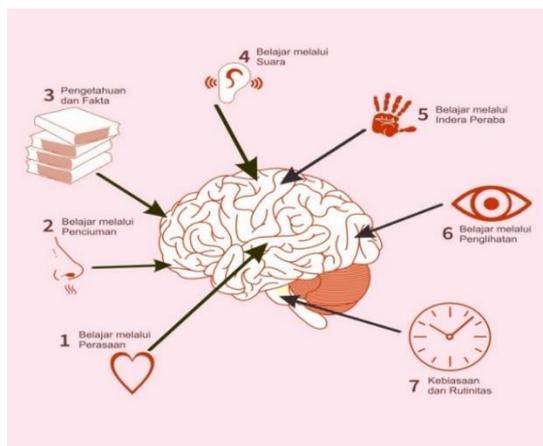
anak menyebabkan gangguan kesehatan dikarenakan kandungan camilan yang mengandung bahan-bahan yang berbahaya seperti zat pengawet atau formalin, penyedap makanan dan pewarna makanan.

Terdapat berbagai macam metode dalam memberikan penyuluhan kesehatan, salah satunya adalah metode Emo-Demo atau metode Emotional Demonstration yaitu kegiatan yang berbasis pada perubahan perilaku pada kelompok masyarakat target. Modul Camilan sehat menjadi pilihan untuk digunakan dalam penyuluhan kesehatan.

Dengan kegiatan emo demo camilan sembarangan, berharap dapat merubah perilaku orang tua. Perubahan perilaku yang dimaksud adalah perilaku pemberian makan kepada anak-anak yang masih dalam masa pertumbuhan.

Berdasarkan Survei yang dilakukan oleh Kelompok KKN 75, Informasi yang kami dapatkan di Wilayah RW 001 RT 005 memang tidak ditemukan balita yang mengidap stunting, namun jika dilihat dari lingkungannya, didaerah tersebut masih banyak pedagang camilan yang tidak sehat dan tidak diketahui bahan pembuatannya, yang mana jika dikonsumsi oleh balita dapat menyebabkan stunting.

Oleh karena itu penyuluhan kesehatan yang dilakukan pada masyarakat RT.05 RW.01 Kelurahan Rawaterate Kecamatan Cakung mengenai perilaku pemberian makan kepada anak yang masih dalam masa pertumbuhan.



**Gambar 3.** Bagian-bagian penting pada otak yang menjadi sasaran metode emo-demo

## 2. METODE PELAKSANAAN

Dalam pelaksanaan kegiatan, tim menggunakan metode penyuluhan secara emo-demo. Adapun penjabaran kegiatan yang dilakukan antara lain:

### a. Audiensi tim dengan mitra.

Tim melakukan survei dan wawancara terhadap mitra RT 05 RW 01 Kp. Rawa Terate, Cakung, Jakarta Timur. Dari wawancara yang dilakukan maka diketahui bahwa banyak masyarakat yang memiliki anak balita namun masih kurangnya kesadaran mengenai pola makan dan hidup sehat terhadap anak.

### b. Audiensi tim dengan pengurus RT 05 RW 01 Kp. Rawa Terate, Cakung, Jakarta Timur.

Setelah mengetahui permasalahan awal, maka audiensi dilakukan kepada pengurus RT 05 RW 01 Kp. Rawa Terate, Cakung, Jakarta Timur. Hasil diskusi yang diperoleh adalah belum adanya relawan/tenaga ahli yang memberikan pengetahuan mengenai pencegahan stunting dan perbaikan pola asuh serta pola makan pada anak.

### c. Penyuluhan.

Dalam penyuluhan, warga masyarakat (khususnya ibu rumah tangga) serta para pengurus RT 05 RW 01 Kp. Rawa Terate, Cakung, Jakarta Timur diberikan pengetahuan mengenai pencegahan stunting dan pentingnya camilan sehat terhadap tumbuh kembang anak. Penyuluhan dilakukan dengan metode emo-demo sehingga lebih meningkatkan antusias partisipan.

### d. Evaluasi

Pelaksanaan kegiatan KKN secara garis besar berjalan dengan baik. Faktor yang sangat membantu dalam kelancaran semua kegiatan KKN adalah dukungan serta partisipasi masyarakat khususnya para ibu rumah tangga RT 05 RW 01 Kelurahan Rawa Terate, Cakung, Jakarta Timur yang sangat antusias dan aktif terhadap program kegiatan KKN. Walaupun secara umum lancar tetapi masih terdapat hambatan-hambatan kecil yang dapat membuat program berjalan kurang optimal. Tetapi kendala dan hambatan tidak menjadi masalah yang berarti untuk tidak terlaksananya program kerja yang telah disusun.

## 3. HASIL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

**Penjelasan mengenai apa itu stunting dan contoh camilan tidak sehat.**

Tim memberikan penjelasan mengenai apa itu stunting, penyebab dan cara mencegah stunting. Tim memberikan contoh camilan tidak sehat yang ternyata tidak baik bagi tumbuh kembang anak.



**Gambar 4.** Penjelasan dan pemberian contoh camilan tidak sehat

#### Permainan lempar bola.

Dibutuhkan 2 partisipan dalam permainan ini. Ibaratkan ember sebagai anak dan bola sebagai camilan. Atur jarak antara ember dan ibu sejauh 1m. Tim dan partisipan lain berperan sebagai anak yang suka menangis dan menyukai camilan. Ketika kartu oek diangkat tim dan partisipan lain akan menangis, sedangkan ibu akan melempar bola sebanyak-banyaknya ke dalam ember agar anak berhenti menangis. Permainan dilakukan selama 30 detik, kemudian dihitung jumlah bola yang ada dalam ember. Ibu dengan jumlah bola paling sedikit adalah pemenangnya, karena berhasil menahan diri untuk tidak memberikan camilan sembarangan kepada anak meskipun sang anak menangis.



**Gambar 5.** Permainan lempar bola

#### Penjelasan mengenai bahaya camilan tidak sehat.

Tim memberikan penjelasan mengenai hubungan antara camilan tidak sehat terhadap

stunting dan tumbuh kembang anak, serta bahaya yang ditimbulkan. Tim memberikan solusi camilan sehat yang dapat diberikan ibu kepada anak agar terhindar dari stunting.



**Gambar 6.** Penjelasan mengenai bahaya camilan tidak sehat.

#### 4. KESIMPULAN

Dengan adanya kegiatan Penyuluhan Pencegahan Stunting dengan metode Emo-Demo Kepada Ibu Rumah Tangga RT 05 RW 01 Kp. Rawa Terate, Cakung, Jakarta Timur dapat kami tarik kesimpulan. Stunting adalah masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi; Cara pencegahan stunting salah satunya adalah dengan memberikan camilan sehat dan pola asuh, serta pemberian pola makan yang baik; Camilan tidak sehat ternyata berpengaruh terhadap tumbuh kembang anak; Kurangnya pengetahuan para ibu yang memiliki balita pada RT 05 RW01 Kelurahan Rawa Terate kecamatan Cakung tentang stunting; Ibu pada RT 05 RW 01 Kelurahan Rawa Terate masih menganggap bahwa stunting bukanlah permasalahan yang begitu serius pada sang anak;

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih ditujukan kepada Universitas Muhammadiyah Jakarta atas kesempatan yang diberikan untuk dapat

melaksanakan kegiatan KKN ini. Serta segenap warga masyarakat khususnya Ibu rumah tangga di RT 05 RW 01 Kelurahan Rawa Terate, Cakung, Jakarta Timur atas partisipasinya dan seluruh pihak terkait dalam pelaksanaan program KKN ini.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Margawati, Ani, and Astri Mei Astuti. 2018. "Pengetahuan Ibu, Pola Makan Dan Status Gizi Pada Anak Stunting Usia 1-5 Tahun Di Kelurahan Bangetayu, Kecamatan Genuk, Semarang." *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)* 6(2):82-89. doi: 10.14710/jgi.6.2.82-89.
- Nomor, Volume, and April Juni. 2022. "Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat Badan Kesehatan Dunia Mendefinisikan Stunting Sebagai Gangguan." 3:250-57. doi: 10.33860/pjpm.v3i2.904.
- Nuraini, Indria, and Yuni Khoirul Waroh. 2021. "Pelatihan Pengaturan Porsi Makan Balita Melalui Metode Emotional Demonstration Sebagai Upaya Mencegah Stunting." *Jurnal Pengabdian Masyarakat IPTEKS* 7(2):271-75. doi: 10.32528/jpmi.v7i2.4835.
- Setiawandari, S, A. Latifah. 2020. "Optimalisasi Peran Keluarga Mencegah Stunting Melalui Pendekatan Emotional Demonstration Tidak Memberikan Camilan Sembarangan." *Seminar Pengabdian Kepada Masyarakat* 141-45.
- Yadika, Adilla Dwi Nur, Khairun Nisa Berawi, and Syahrul Hamidi Nasution. 2019. "Pengaruh Stunting Terhadap Perkembangan Kognitif Dan Prestasi Belajar Adilla." *Jurnal Majority* 8(2):273-82.
- Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan Stunting dan Pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*,
- Satriawan, E. (2018). Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting 2018-2024. *Jurnal Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan (TNP2K)*.
- Sutarto, Diana Mayasari dan Reni Indriyani. (2018). Stunting, Faktor Resiko dan Pencegahannya. *Jurnal Agromedicine Volume 5 Nomor 1 Juni 2018*.
- LPPM STIKes Hang Tuah Pekanbaru. (2015). Permasalahan Anak Pendek (Stunting) dan Intervensi untuk Mencegah Terjadinya Stunting (Suatu Kajian Kepustakaan). *Jurnal Kesehatan Komunitas, Vol. 2, No. 6, Mei 2015*.
- Yustiyani, dan Mochamad Iqbal Nurmansyah. (2022). Penggunaan Pendekatan Emo-Demo dalam Edukasi Pencegahan Stunting pada Orang Tua Siswa Taman Kanak-Kanak. *Jurnal Pengabdian Masyarakat, Volume 3 Nomor 2 April-Juni 2022*.  
<https://emodemo.org/module/current-module/detail?c=19>, diakses pada, minggu 14-08-2022, pukul 00.54  
<https://www.google.com/amp/s/www.celebrities.id/amp/gizi-buruk-di-jakarta-timur-pada-januari-2022-menurun-balita-masih-perlu-perhatian-6k0v8x> diakses pada, minggu 14-08-2022, pukul 00.54