

Tumbuh Sehat Bersama Gizi : Edukasi Pencegahan Stunting Melalui Kesehatan Gizi Keluarga di Desa Kuripan, Ciseeng

Dhiya Sausan Rizky Angreni^{1*}, Aditia Saputri², Nida Handayani³

^{1,2}Ilmu Kesejahteraan Sosial, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. K.H. Ahmad Dahlan, Kec. Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan Banten, 15419

³Ilmu Administrasi Publik, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. K.H. Ahmad Dahlan, Kec. Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan Banten, 15419

*dhiyasausan@gmail.com

ABSTRAK

Artikel ini membahas tentang program edukasi pencegahan stunting melalui kesehatan gizi keluarga yang diimplementasikan di Desa Kuripan, Ciseeng. Program ini diikuti oleh 12 peserta yang merupakan ibu kader posyandu di Desa Kuripan. Stunting merupakan masalah serius yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak. Tujuan dari program adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta mengenai pencegahan stunting dan pentingnya gizi keluarga. Program terdiri dari empat tahap, yaitu persiapan awal, pemberian materi edukasi, diskusi, serta evaluasi kegiatan. Hasil dari program ini menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan peserta mengenai stunting, penyebabnya, dan praktik gizi yang sehat. Selain itu, peserta juga diharapkan dapat mulai menerapkan pengetahuan yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari serta berbagi informasi kepada masyarakat. Kolaborasi antar stakeholder menjadi kunci keberhasilan, dan diskusi kelompok memfasilitasi pertukaran informasi. Dengan demikian, program ini diharapkan dapat mewujudkan peran edukasi kesehatan gizi dalam mencegah stunting dan meningkatkan kualitas pertumbuhan anak-anak di Desa Kuripan.

Kata Kunci: edukasi kesehatan gizi, Desa Kuripan, pencegahan stunting.

ABSTRACT

This article discusses a stunting prevention education program through family nutrition health that was implemented in Kuripan Village, Ciseeng. The program was attended by 12 participants who were posyandu cadres in Kuripan Village. Stunting is a serious problem that affects children's growth and development. The goal of the program was to increase participants' knowledge and understanding of stunting prevention and the importance of family nutrition. The program consisted of four stages, namely initial preparation, provision of educational materials, discussion, and evaluation of activities. The results of the program showed a significant increase in participants' knowledge of stunting, its causes, and healthy nutrition practices. In addition, participants are also expected to start applying the knowledge gained in their daily lives and share information with the community. Collaboration between stakeholders is key to success, and group discussions facilitate the exchange of information. Thus, this program is expected to realize the role of nutrition health education in preventing stunting and improving the quality of children's growth in Kuripan Village.

Keywords: Kuripan Village, nutrition health education, stunting prevention.

1. PENDAHULUAN

Indonesia mempunyai masalah gizi yang cukup berat yang ditandai dengan banyaknya kasus kurang gizi pada anak balita, usia masuk sekolah baik pada laki-laki dan perempuan. Masalah gizi pada usia sekolah dapat menyebabkan rendahnya kualitas tingkat pendidikan, salah satu dampak negatifnya adalah tingginya angka ketidakhadiran dan tingginya angka putus sekolah. Indonesia menduduki peringkat kelima dunia untuk jumlah anak dengan kondisi stunting. Lebih dari sepertiga anak berusia di bawah lima tahun di Indonesia tingginya berada di bawah rata-rata (Achmad, Dadang and Latipah, 2022). Balita merupakan periode emas dalam pertumbuhan fisik, mental dan emosional anak. Siklus pertumbuhan dan perkembangan pada balita membutuhkan zat gizi lebih besar dibandingkan dengan kelompok umur lain, sehingga balita lebih rentan mengalami masalah gizi (Nafijah, Wardoyo and Mahmudiono, 2017; Rahayu et al., 2021).

Menurut Kemenkes, stunting masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di negara berkembang seperti Indonesia dengan prevalensi yang cukup tinggi. Stunting disebabkan oleh kekurangan asupan gizi dalam waktu lama pada masa 1000 hari pertama kehidupan (HPK) yang merupakan masa-masa pemenuhan gizi untuk balita. Standar baku WHO-MGRS (*Multicentre Growth Reference Study*) tahun 2005 menunjukkan, nilai z-skornya kurang dari -2SD dikategorikan pendek, dan dikategorikan sangat pendek jika nilai z-scorenya kurang dari -3SD (Hamzah and B, 2020).

Pembangunan kesehatan Indonesia dalam periode tahun 2020-2024 difokuskan pada beberapa program prioritas yaitu penurunan angka kematian ibu dan bayi,

penurunan prevalensi balita pendek (stunting), pengendalian penyakit menular dan pengendalian penyakit tidak menular. Upaya peningkatan status gizi masyarakat termasuk penurunan prevalensi balita pendek menjadi salah satu prioritas pembangunan nasional yang tercantum di dalam sasaran pokok Rencana Pembangunan jangka Menengah Tahun 2020 – 2024. Target penurunan prevalensi stunting (pendek dan sangat pendek) pada anak balita (dibawah 2 tahun) adalah menjadi 14% (RPJMN, 2020 – 2024).

Terjadinya stunting dipengaruhi oleh banyak faktor, baik secara langsung seperti rendahnya asupan gizi dan status kesehatan, sedangkan penyebab tidak langsung seperti faktor pendapatan dan kesenjangan ekonomi, sistem pangan, sistem kesehatan, urbanisasi, dan lain-lain. Multi faktor yang sangat beragam tersebut membutuhkan intervensi yang paling menentukan yaitu pada 1000 HPK (1000 hari pertama kehidupan). Waktu yang paling penting untuk memenuhi kebutuhan gizi anak adalah pada 1.000 hari pertama kehidupan yaitu sejak pembuahan sampai dengan ulang tahun kedua anak. Selama periode ini (1000 hari pertama kehidupan), anak mengalami peningkatan kebutuhan nutrisi untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang cepat, anak lebih rentan terhadap infeksi, anak memiliki kepekaan yang tinggi terhadap pemrograman biologis dan anak sangat bergantung pada orang lain untuk memenuhi kebutuhan nutrisi, perawatan dan interaksi sosial (Black et al., 2013)

Salah satu faktor penyebab terjadinya stunting adalah kekurangan status gizi atau masalah kurangnya gizi kronis karena kurangnya pengetahuan, pengaruh pola asupan gizi yang diberikan ibu pada anak tersebut terhadap status gizi anak, pengetahuan

ibu tentang pola asupan gizi, masalah gizi, dan gizi yang harus diberikan pada anak tersebut agar tidak terjadinya stunting (Olsa, Sulastri, & Anas, 2018). Stunting juga dipengaruhi oleh penyakit infeksi diantaranya cacangan dan sanitasi lingkungan (Kusumawati, Rahardjo, & Sari, 2015). Salah satu upaya meningkatkan pola asuh untuk mencegah terjadinya stunting melalui peningkatan pengetahuan dengan pemberian edukasi, pemahaman orang tua terutama ibu sangat mempengaruhi pola asuh dan status gizi sehingga untuk meningkatkan kesehatan dan gizi keluarga diperlukan edukasi untuk mengubah perilaku yang dapat mengarahkan dan meningkatkan kesehatan dan gizi bagi ibu dan anaknya (Kemenkes RI, 2018).

Kegiatan edukasi merupakan salah satu determinan dalam teori perubahan perilaku, *health belief model*, yang berupaya memodifikasi faktor pengetahuan yang mempengaruhi kepercayaan individu dalam kerentanan dan ancaman dari suatu penyakit yang selanjutnya akan memicu individu untuk melakukan perubahan perilaku (Maulana et al., 2021).

Salah satu upaya untuk mencegah stunting melalui edukasi diperlukan untuk mengarahkan atau mengubah perilaku ibu hamil agar mau dan mampu meningkatkan kesehatan dan memenuhi kebutuhan gizinya (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Upaya penurunan dan pencegahan stunting diperlukan peran serta tenaga kesehatan, puskesmas, dan peran serta masyarakat melalui pemberdayaan kader posyandu sebagai garda utama dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan ibu dan anak sangat berperan dalam memberikan edukasi pencegahan stunting (Himawaty, 2020).

Dampak stunting pada anak sangat luas dan mencakup morbiditas dan mortalitas yang tinggi, penampilan perilaku yang kurang eksploratif, kecemasan yang lebih tinggi, depresi, kesehatan yang buruk, perawakan pendek pada saat dewasa, penyakit kronis di kemudian hari, tingkat kecerdasan (IQ) yang buruk, fungsi kognitif yang buruk. dan prestasi sekolah yang buruk (Berhe, Seid, Gebremariam, Berhe, & Etsay, 2019; Nadilla, Nurwati, & Santoso, 2022).

Desa-desanya di berbagai wilayah, termasuk Desa Kuripan di Ciseeng, tidak luput dari tantangan stunting. Desa Kuripan merupakan salah satu desa di Kecamatan Ciseeng, Kabupaten Bogor. Penduduk Desa Kuripan mencapai 9.815 jiwa dengan jumlah penduduk laki-laki 5.121 jiwa dan jumlah penduduk perempuan sebanyak 4.694 jiwa. Jumlah kepala keluarga mencapai 2.596 kepala keluarga. Stunting adalah salah satu dari sekian permasalahan yang ada di Desa Kuripan dan menjadi hal yang menjadi fokus bagi Desa Kuripan. Beberapa upaya yang dilakukan oleh Desa Kuripan salah satunya melalui kader posyandu belum dapat mengatasi kasus stunting di Desa Kuripan. Salah satu penyebabnya adalah kurangnya fasilitas yang dapat menunjang para pihak Desa agar dapat mengurangi terjadinya stunting dengan memberikan suatu sosialisasi kepada masyarakat tentang stunting. Oleh karena itu, langkah-langkah preventif yang komprehensif dan terpadu perlu diterapkan guna mengurangi prevalensi stunting dan meningkatkan kesehatan anak-anak melalui peningkatan gizi keluarga di Desa Kuripan.

Dengan memfokuskan pada pendidikan gizi, diharapkan masyarakat dapat memahami nilai penting dari pola makan yang seimbang dan memadai, serta praktik asuh yang mendukung pertumbuhan optimal anak-anak mereka. Edukasi gizi tidak hanya

memberikan pengetahuan tentang makanan bernutrisi, tetapi juga membangun kesadaran akan pentingnya memastikan bahwa kebutuhan gizi anak terpenuhi sejak awal kehidupan.

Melalui pendekatan edukasi, artikel ini akan menganalisis bagaimana pelatihan tentang gizi yang tepat dapat memberdayakan keluarga di Desa Kuripan untuk mengambil keputusan yang cerdas terkait makanan, perawatan anak, dan pola hidup sehat. Dengan melibatkan keluarga sebagai unit utama dalam intervensi pencegahan stunting, diharapkan dampaknya akan lebih berkelanjutan dan berpotensi merubah paradigma dalam merawat anak-anak untuk generasi yang lebih sehat di masa depan.

2. METODE

Kegiatan edukasi pencegahan stunting melalui gizi keluarga dilaksanakan pada tanggal 18 Agustus 2023 di Kantor Desa Kuripan, Kecamatan Ciseeng. Mitra/khalayak sasaran kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah ibu kader posyandu di Desa Kuripan, Kecamatan Ciseeng sebanyak 12 orang. Peserta nantinya diharapkan dapat secara mandiri menyebarkan hasil kegiatan pada anggota masyarakat yang lain.

Metode pelaksanaan ini dibagi menjadi tiga tahap yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Tahap persiapan yaitu dilakukan dengan mempersiapkan proposal kegiatan, mengajukan izin kegiatan, daftar hadir kegiatan, materi edukasi gizi dengan power point (PPT) serta materi edukasi dengan media poster tentang pencegahan stunting.

Tahap pelaksanaan yaitu dengan melakukan edukasi kesehatan dengan judul “Tumbuh Sehat Bersama Gizi : Edukasi Pencegahan Stunting Melalui

Kesehatan Gizi Keluarga di Desa Kuripan, Ciseeng”. Materi edukasi terdiri dari pengertian stunting, kondisi stunting di Indonesia, ciri-ciri stunting, dampak stunting, kebiasaan milenial dalam melahirkan generasi stunting, penanggulangan stunting pada 1000 HPK, pesan khusus untuk ibu hamil, pengetahuan tentang gizi seimbang dan imunitas tubuh, gizi yang dibutuhkan pada tubuh, contoh menu makanan pendamping ASI (MPASI), pemberian ASI eksklusif, pola asuh dan pembiasaan pola makan anak, dan bagaimana membentuk pola makan yang baik sejak dini melalui kesehatan gizi keluarga. Selain itu, materi edukasi diberikan melalui poster yang berjudul “Stunting dan Pencegahannya”. Tahap evaluasi yaitu dilakukan dengan melakukan respon keikutsertaan selama dilakukan penyuluhan dan mengisi form survey kepuasan yang diisi oleh mitra.



Tahap 1 :

1. Mempersiapkan Proposal Kegiatan
2. Mengajukan Izin Kegiatan
3. Daftar Hadir Kegiatan
4. Materi Edukasi
5. Dan Media Poster Tentang Pencegahan Stunting.

Tahap 2 :

1. Melakukan Edukasi Kesehatan
2. Materi edukasi terdiri dari pengertian stunting, kondisi stunting di Indonesia, ciri-ciri stunting, dampak stunting, kebiasaan milenial dalam melahirkan generasi stunting, penanggulangan stunting pada 1000 HPK, pesan khusus untuk ibu hamil, pengetahuan tentang gizi seimbang dan imunitas tubuh, gizi yang dibutuhkan pada tubuh, contoh menu makanan pendamping ASI (MPASI), pemberian ASI eksklusif, pola asuh dan pembiasaan pola makan anak, dan bagaimana membentuk pola

makan yang baik sejak dini melalui kesehatan gizi keluarga.

3. Selain itu, materi edukasi diberikan melalui poster yang berjudul “Stunting dan Pencegahannya”.

Tahap 3 :

- 1) Melakukan respon keikutsertaan selama dilakukan penyuluhan.
- 2) Mengisi form survey kepuasan yang diisi oleh mitra.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini diikuti oleh 12 peserta yang merupakan ibu kader posyandu di Desa Kuripan yang diharapkan dapat menghasilkan dampak yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman mereka mengenai pencegahan stunting. Hasil pelaksanaan kegiatan ini meliputi empat kegiatan yaitu persiapan awal, pemberian materi edukasi, diskusi, serta evaluasi kegiatan.



Gambar 1. Foto bersama

Kegiatan pertama yaitu persiapan awal, sebelum dimulainya program edukasi, persiapan awal dilakukan untuk memastikan kelancaran dan kesuksesan kegiatan. Ini melibatkan penyusunan materi edukasi yang informatif dan relevan, pengorganisasian tempat, serta penjadwalan yang sesuai dengan ketersediaan peserta. Persiapan awal yang baik memastikan bahwa peserta dapat fokus pada materi yang akan

disampaikan. Penilaian awal juga dilakukan untuk mengidentifikasi faktor-faktor penyebab stunting dan kebutuhan edukasi di Desa Kuripan. Penilaian ini melibatkan wawancara dengan kader posyandu di Desa Kuripan. Tujuannya adalah untuk memahami pengetahuan, sikap, dan praktik gizi yang ada di masyarakat.

Kegiatan kedua yaitu pemberian materi edukasi, berdasarkan hasil penilaian awal, materi edukasi dikembangkan secara komprehensif. Pemberian edukasi ini disajikan dengan bantuan proyektor. Pemberian materi edukasi dilakukan dengan merujuk pada Surat Keputusan Menteri Republik Indonesia bahwa promosi Kesehatan merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan kemampuan masyarakat melalui pembelajaran dari, oleh, untuk dan bersama masyarakat yang dapat mengembangkan kegiatan masyarakat sesuai dengan kondisi sosial budaya setempat (Kemenkes, 2007). Sedangkan menurut Maywita (2018) promosi kesehatan merupakan kegiatan atau upaya untuk menginformasikan Kesehatan kepada masyarakat sehingga dapat meningkatkan kesadaran akan Kesehatan yang lebih baik.

Materi yang disampaikan mencakup:

1. Pengenalan Stunting: Penjelasan tentang apa itu stunting, faktor penyebab, dampaknya terhadap pertumbuhan anak, dan pentingnya pencegahan.
2. Kesehatan Gizi Keluarga: Informasi mengenai pentingnya gizi yang seimbang dalam pertumbuhan anak dan kesehatan keluarga secara umum.
3. Pencegahan Stunting melalui Gizi Keluarga: Cara-cara praktis yang dapat dilakukan oleh keluarga untuk mencegah stunting, termasuk pola makan yang baik, pemilihan makanan bergizi, dan perawatan anak.

Kegiatan pemaparan materi ini dilengkapi dengan contoh-contoh nyata, data statistik, dan visualisasi untuk memperjelas pesan yang disampaikan.



Gambar 2. Penyampaian Materi oleh Narasumber

Kegiatan ketiga yaitu diskusi terkait materi edukasi dimana kader dan ibu saling mendiskusikan melalui pertanyaan dan pengalaman dalam pemberian makan pada anak sehari-hari, sesi diskusi dilaksanakan untuk memberi kesempatan kepada peserta untuk bertanya, berbagi pengalaman, dan memperdalam pemahaman. Diskusi ini juga menjadi wadah untuk berbagi ide tentang bagaimana peserta dapat mengimplementasikan praktik-praktik gizi yang sehat di lingkungan masing-masing. Peserta dapat saling belajar dari pengalaman satu sama lain, sehingga tercipta atmosfer kolaboratif yang memperkuat pemahaman tentang pencegahan stunting.



Gambar 3. Sesi Diskusi dan Tanya Jawab

Kegiatan keempat yaitu melakukan evaluasi yang merupakan komponen penting dalam program edukasi pencegahan stunting melalui kesehatan gizi keluarga yang diikuti oleh 12 peserta ibu kader posyandu di Desa Kuripan. Evaluasi dilakukan melalui dua metode yaitu respon keikutsertaan selama penyuluhan dan pengisian formulir survei kepuasan oleh mitra. Selama sesi penyuluhan, peserta ibu kader posyandu menunjukkan respon yang positif terhadap materi edukasi yang disampaikan. Mereka terlihat aktif mengikuti presentasi, bertanya pertanyaan, dan berpartisipasi dalam diskusi. Ini menunjukkan minat yang tinggi dalam memahami konsep pencegahan stunting dan gizi keluarga. Respon yang aktif dan positif dari peserta merupakan indikator bahwa materi yang disampaikan relevan dengan kebutuhan dan minat mereka. Setelah sesi edukasi selesai, mitra diminta untuk mengisi formulir survei kepuasan. Survei ini dirancang untuk mengevaluasi sejauh mana mitra merasa puas dengan pelaksanaan program edukasi dan apakah mereka merasa bahwa tujuan penyuluhan tercapai.

4. KESIMPULAN

Kegiatan edukasi pencegahan stunting melalui kesehatan gizi keluarga dapat meningkatkan pengetahuan para kader posyandu dan ibu dengan balita. Hal tersebut dibuktikan melalui kegiatan evaluasi yang dilaksanakan pada program ini. Rekomendasi dari hasil kegiatan edukasi ini yaitu diharapkan para kader posyandu mampu memberikan edukasi kepada masyarakat tentang stunting dan gizi yang tepat bagi anak balita sebagai upaya pencegahan stunting. Kegiatan ini sebaiknya dilakukan oleh petugas kesehatan bersama kader posyandu balita secara berkala minimal 3 kali

dalam sebulan agar penerapan pemberian gizi yang tepat untuk anak balita dapat dilakukan dengan benar oleh ibu dengan balita.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim mengucapkan terima kasih kepada Universitas Muhammadiyah Jakarta dan Dosen Pembimbing Lapangan yang telah mendukung dan memfasilitasi kegiatan ini. Ucapan terimakasih juga tim tujukan kepada para stakeholder, tokoh masyarakat, serta masyarakat dan Ibu Kader Posyandu di Desa Kuripan, Kecamatan Ciseeng, Kabupaten Bogor yang telah mendukung dan turut aktif berpartisipasi dalam seluruh rangkaian kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Fitriami, E., & Galaresa, A. V. (2022). Edukasi pencegahan stunting berbasis aplikasi android dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu. *Citra Delima Scientific journal of Citra Internasional Institute*, 5(2), 78-85.
- Kecamatan Ciseeng. (n.d.). Kecamatan Ciseeng. Retrieved August 27, 2023, from <https://kecamatanciseeng.bogorkab.go.id/desa/224>
- Maharani, S. C., & Rahman, S. (2022). Pencegahan Stunting melalui Edukasi pada Masyarakat Kelurahan Pasar Merah Barat. *JURNAL IMPLEMENTA HUSADA*, 3(3), 150-155.
- Nuradhiani, A. (2022). Upaya Pencegahan Stunting Sejak Dini melalui Pemberian Edukasi pada Ibu Hamil. *Jurnal Gizi Kerja dan Produktivitas*, 3(1), 51-55.
- Puspitasari, F. A., Widowati, A. W., & Kurniasih, Y. (2023). Edukasi Gizi Yang Tepat Dalam Mencegah Stunting Dengan Menggunakan Media Booklet Dan Poster. *SIGDIMAS*, 1(01), 11-21.
- Sahira, N. S., & Assariah, K. S. P. (2023). Edukasi dan Pendampingan Program Cegah Stunting. *Jurnal Bina Desa*, 5(1), 33-38.
- Sasongko, D., Suryadana, A., Fauzan, N. A., Almira, V., Nuariputri, J., & Dewi, E. C. (2023). Edukasi Pencegahan Stunting Pada Masyarakat Desa Jogonegoro Kabupaten Magelang. *ABDINE: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 88-96.
- Sukmawati, S., Nurhakim, F., Mamuroh, L., & Mediani, H. S. (2022). EDUKASI KESEHATAN MELALUI MEDIA SOSIAL DAN WEBINAR TENTANG UPAYA PENCEGAHAN STUNTING. Kumawula: *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(3).
- Sukmawati, S., Hermayanti, Y., Nurhakim, F., DA, I. A., & Mediani, H. S. (2021). Edukasi Pada Ibu Hamil, Keluarga Dan Kader Posyandu Tentang Pencegahan Stunting. Dharmakarya: *Jurnal Aplikasi Ipteks Untuk Masyarakat*, 10(4), 330-335.
- Resiyanthi, N. K. A., Laksmi, I. G. A. P. S., Parwati, A., Sari, N. A. M. E., & Saraswati, L. G. I. (2023). GERAKAN PENCEGAHAN STUNTING MELALUI EDUKASI KADER POSYANDU. *Jurnal Pengabdian Mandiri*, 2(7), 1483-1488.
- Waliulu, S. H., Ibrahim, D., & Umasugi, M. T. (2018). Pengaruh edukasi terhadap tingkat pengetahuan dan upaya pencegahan stunting anak usia balita. *Jurnal Penelitian Kesehatan" SUARA FORIKES"(Journal of Health Research" Forikes Voice")*, 9(4), 269-272.
- Widhi, A. P. K. N. (2023, March). EDUKASI GIZI SEBAGAI PENCEGAHAN STUNTING PADA

KADER POSYANDU DAN IBU
BALITA/ANAK DI KECAMATAN
KALIBAGOR BANYUMAS. In
*Prosiding Seminar Nasional
LPPM Unsoed* (Vol. 12, pp. 703-
708).