

Kajian Parenting Pentingnya Kesehatan Gizi Untuk Mencegah Stunting Anak

Zulfitria¹, Ahmad Suryadi², Munaya Fauziah³, Maysaroh Lubis⁴, Zainal Arif⁵

1,2Dosen Prodi Magister Teknologi Pendidikan, Pascasarjana, Universitas Muhammadiyah Jakarta, KH Ahmad Dahlan, Cirendeui, Tangerang 15419

3Dosen Kesematan Masyarakat, FKM, Universitas Muhammadiyah Jakarta, KH Ahmad Dahlan, Cirendeui, Tangerang 15419

4Dosen Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Muhammadiyah Tasikmalaya, Jln Taman Sari Tasikmalaya Jawa Barat 46196

5Dosen Perbankan Syariah, FAI, Universitas Muhammadiyah Jakarta, KH Ahmad Dahlan, Cirendeui, Tangerang 15419

*E-mail : zulfitria@umj.ac.id

ABSTRAK

Tujuan pegabdian masyarakat ini berupa parenting kepada orang tua agar orang tua mengetahui bahaya stunting bagi anak dan memperoleh informasi bagaimana menjaga kesehatan pada anak. Stunting merupakan permasalahan gizi di dunia, ada 165 juta balita di dunia dalam kondisi pendek (stunting). Stunting pada balita perlu mendapatkan perhatian khusus karena dapat menyebabkan terhambatnya pertumbuhan fisik, perkembangan mental dan status kesehatan pada anak. Studi terkini menunjukkan anak yang mengalami stunting berkaitan dengan prestasi di sekolah yang buruk, tingkat pendidikan yang rendah dan pendapatan yang rendah saat dewasa. Anak yang mengalami stunting memiliki kemungkinan lebih besar tumbuh menjadi individu dewasa yang tidak sehat dan miskin. Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dimulai dengan penelitian pendahuluan, persiapan penelitian, pelaksanaan penelitian, pengujian dan analisis data dan validasi dengan triangulasi. Hasil dari kajian parenting para Masyarakat Desa Bojong Kulur tercerahkan dan paham pentingnya menjaga kesehatan di keluarga agar dapat mencegah adanya stunting.

Kata kunci: Pendidikan, Keluarga, Islami, Stunting

ABSTRACT

The aim of this community service is parenting to parents so that parents know the dangers of stunting as children and obtain information on how to maintain children's health. Stunting is a nutritional problem in the world, there are 165 million children under five in the world who are stunted. Stunting in toddlers needs special attention because it can cause inhibition of physical growth, mental development and health status in children. Recent studies show that children experiencing stunting are related to achievement in bad schools, low level of education and low income at the moment mature. Children who experience stunting have a greater chance of growing up unhealthy and poor adult individuals. This research uses qualitative research starting with preliminary research, research preparation, research implementation, testing and data analysis and validation with triangulation. The results of the parenting study showed that the people of Bojong Kulur Village were enlightened and understood the importance of maintaining health in the family in order to prevent stunting.

Keywords: Education, Family, Islamic, Stunting

1. PENDAHULUAN

Pendidikan usia dini menjadi tahapan yang penting untuk dipersiapkan secara matang dan terkonsep. Ayat-ayat dalam Al-Qur'an dapat dijadikan pedoman dalam memberikan nilai-nilai pendidikan

usia dini secara Islami untuk menghadapi kehidupan modern saat ini.

Pada tahun pertama kelahiran, bayi masih lemah dan belum dapat menggerakkan seluruh tubuhnya. Beberapa anggota tubuh yang baru berfungsi seperti

tangan baru bisa mengempal, kaki bergerak dan mata menatap tapi belum dapat melihat. Pada Fase ini bayi sangat ketergantungan terutama ibu, karena proses dalam kandungan selama sembilan bulan mengharuskan bayi harus beradaptasi dengan lingkungan, dan orang yang paling dekat dan dikenali adalah ibunya.

Salah satu fitrah yang hadir di awal pertumbuhan yaitu gharizah atau refleks bawaan menghisap air susu ibu dan asupan gizi yang paling baik adalah dengan air susu ibu. Selain pandangan dari ilmu kesehatan dan gizi, pentingnya ASI untuk bayi berusia 0-2 tahun diisyaratkan dalam al-Qur'an QS. Al Baqarah ayat 233 dikatakan bahwa:

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُنَمِّكَ الرِّضَاعَةَ وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ لَا تُكَلَّفُ نَفْسٌ إِلَّا وُسْعَهَا لَا تُضَارُّ وَالِدَةٌ بَوْلِهَا وَلَا مَوْلُودٌ لَهُ بِوَلَدِهِ وَعَلَى الْوَارِثِ مِثْلُ ذَلِكَ فَإِنْ أَرَادَا فِصَالًا عَنْ تَرَاضٍ مِنْهُمَا وَتَشَاوُرٍ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا وَإِنْ أَرَدْتُمْ أَنْ تُنْتِزِعُوا أَوْلَادَكُمْ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ إِذَا سَلَّمْتُمْ مَا آتَيْتُم بِالْمَعْرُوفِ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ

Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan. Dan kewajiban ayah memberi makan dan pakaian kepada para ibu dengan cara ma'ruf. Seseorang tidak dibebani melainkan menurut kadar kesanggupannya. Janganlah seorang ibu menderita kesengsaraan karena anaknya dan seorang ayah karena anaknya, dan warispun berkewajiban demikian. Apabila keduanya ingin menyapih (sebelum dua tahun) dengan kerelaan keduanya dan permusyawaratan, maka tidak ada dosa atas keduanya. Dan jika kamu ingin anakmu disusukan oleh orang lain, maka tidak ada dosa bagimu apabila kamu memberikan pembayaran menurut yang patut. Bertakwalah kamu kepada Allah dan ketahuilah bahwa Allah Maha Melihat apa yang kamu kerjakan.

Penafsiran ini juga sebagai keringanan bagi ibu yang bekerja yang tidak dapat menyusui secara langsung, menggantinya dengan pemerah ASI atau menggantinya dengan susu formula. Allah SWT memberikan bimbingan para ibu hendaklah menyusui anak-anak secara sempurna, yaitu selama dua tahun.

Mayoritas ulama menjelaskan tidak dilarang penyusuan kecuali kurang dua tahun. Hal ini sesuai berdasarkan hadits dari Tirmidzi bahwa Apabila keduanya ingin menyapih dengan kerelaan dan permusyawaratan, maka tidak ada dosa keduanya (Ar Rifai, 2009). Hal ini merupakan pendidikan bentuk kehati-hatian terhadap anak dan keharusan orang tua memikirkan anak dalam Pelayanan Pendidikan, Kesehatan dan Gizi. Ayat ini merupakan peringatan orang tua bahwa mempunyai anak adalah tanggung jawab

yang besar. Pendidikan anak menurut al-Qur'an adalah bimbingan, pemeliharaan, pembinaan, pengasuhan terhadap potensi yang dimiliki oleh anak, agar ia dapat tumbuh berkembang secara optimal baik gizi dan kesehatannya untuk mencapai tujuan pendidikan yang sesuai dengan ajaran (konsep) Al-Quran.

Urgensi dari penulisan proposal pegabdian masyarakat ini untuk mendukung hibah penelitian sebelumnya yang berjudul " Implementasi Pos Pelayanan Terpadu Terhadap Pelayanan Pendidikan, Kesehatan dan Gizi pada Anak Usia Dini di HIAMA Kids School Bogor." sehingga sejalan antara hibah penelitian dengan hibah pengabdian masyarakat.

Tujuan pegabdian masyarakat ini berupa parenting kepada orang tua agar orang tua mengetahui bahaya stunting bagi anak dan memperoleh informasi bagaimana menjaga kesehatan pada anak.

A. Stunting Pada Anak.

Stunting merupakan permasalahan gizi di dunia, ada 165 juta balita di dunia dalam kondisi pendek (stunting). Delapan puluh persen balita stunting tersebar pada 14 negara di dunia dan Indonesia menduduki rangking ke lima negara dengan jumlah stunting terbesar (UNICEF, 2013). Data stunting di Indonesia menunjukkan bahwa prevalensi stunting secara nasional terjadi peningkatan dari 35,6% (tahun 2010) menjadi 37,2 % (tahun 2013) dan menjadi 30,8 % (tahun 2018), sedangkan data dari hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) tahun 2017 menunjukkan bahwa persentase balita stunting pada kelompok balita (29,6%) lebih besar jika dibandingkan dengan usia baduta (20,1%) (Kemenkes RI, 2018).

Stunting adalah keadaan gagal tumbuh pada balita akibat kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu pendek dari standar WHO. Masalah balita pendek menggambarkan adanya masalah gizi kronis yang dipengaruhi oleh kondisi ibu/calon ibu, masa janin, dan masa bayi/balita, termasuk penyakit yang diderita selama masa balita serta masalah lainnya yang secara tidak langsung

mempengaruhi kesehatan (Kemenkes, 2016).

Stunting pada balita perlu mendapatkan perhatian khusus karena dapat menyebabkan terhambatnya pertumbuhan fisik, perkembangan mental dan status kesehatan pada anak. Studi terkini menunjukkan anak yang mengalami stunting berkaitan dengan prestasi di sekolah yang buruk, tingkat pendidikan yang rendah dan pendapatan yang rendah saat dewasa.

Anak yang mengalami stunting memiliki kemungkinan lebih besar tumbuh menjadi individu dewasa yang tidak sehat dan miskin. Stunting pada anak juga berhubungan dengan peningkatan kerentanan anak terhadap penyakit, baik penyakit menular maupun Penyakit. Tidak Menular (PTM) serta peningkatan risiko overweight dan obesitas.

Keadaan overweight dan obesitas jangka panjang dapat meningkatkan risiko penyakit degeneratif. Kasus stunting pada anak dapat dijadikan prediktor rendahnya kualitas sumber daya manusia suatu negara. Keadaan stunting menyebabkan buruknya kemampuan kognitif, rendahnya produktivitas, serta meningkatnya risiko penyakit mengakibatkan kerugian jangka panjang bagi ekonomi Indonesia (Trihono dkk., 2015).

Stunting berkaitan dengan peningkatan risiko morbiditas dan mortalitas, penurunan kapasitas fisik, gangguan perkembangan dan fungsi kondisi motorik dan mental anak. Upaya telah dilakukan oleh Pemerintah melalui Pusat Kesehatan Terpadu (Posyandu), namun kurang optimal karena belum melibatkan seluruh aspek masyarakat. Kader dan dukun bayi merupakan bagian penting dari masyarakat yang cukup strategis untuk dilibatkan dalam kegiatan ini, karena sangat dekat dengan ibu dan masyarakat (Martha dkk., 2020).

B. Kesehatan Gizi

Kesehatan dan gizi merupakan salah satu kebutuhan esensial anak usia dini yang harus terpenuhi, dengan hal tersebut diharapkan anak dapat tumbuh dan

berkembang secara optimal sesuai kelompok umur.

Perhatian terhadap pemenuhan zat gizi anak hendaknya dimulai sejak 1.000 hari pertama kehidupan anak yaitu dimulai dari masa awal kehamilan hingga anak berusia 2 tahun, masa ini disebut dengan golden age yaitu masa dimana terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang pesat pada diri anak.

Setelah anak berusia diatas 2 tahun, pemenuhan terhadap asupan zat gizi harus tetap diperhatikan karena usia balita merupakan usia yang rawan terhadap berbagai penyakit dan masalah gizi.

Permasalahan gizi yang saat ini menjadi tantangan utama di dunia dan Indonesia adalah stunting. Prevalensi stunting global menurun sekitar 15% dari angka 40% pada tahun 1990 menjadi 25% pada tahun 2013. Kemajuan yang mengesankan dicapai oleh Asia dengan penurunan proporsi stunting sebesar 23% dari angka 48% menjadi 25% dalam rentang waktu 1990-2013. (de Onis dan Branca, 2016).

Mengacu pada data Pemantauan Status Gizi (PSG), kejadian stunting di Indonesia pada tahun 2015 sebesar 29%, dan pada tahun 2016 turun sebesar 1,5%. Namun penurunan tersebut tidak berlangsung lama, angka kejadian stunting kembali meningkat menjadi 29,6% pada tahun 2017. Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa prevalensi anak stunting di Indonesia sebesar 30,8% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Peran orang tua memiliki andil besar terhadap status gizi anak. Hal ini dikarenakan orang tua adalah keluarga pertama yang dimiliki seorang anak dan menjadi tempat untuk mereka tumbuh dan berkembang secara maksimal dengan pemenuhan gizi yang baik. Ada beberapa faktor atau peran orang tua dalam pencegahan stunting salah satunya adalah tingkat pendidikan (Rahmawati, S dan Rasni, 2019).

Pendidikan orang tua dapat mempengaruhi status gizi salah satunya kejadian stunting. Hal tersebut diperkuat dengan penelitian yang menunjukkan bahwa pendidikan orang tua yang rendah

meningkatkan kemungkinan anak mengalami masalah gizi dibandingkan orang tua dengan tingkat pendidikan tinggi.

Stunting disebabkan oleh faktor multidimensi dan tidak hanya disebabkan oleh faktor gizi buruk yang dialami oleh ibu hamil maupun anak balita. Intervensi yang paling menentukan untuk dapat mengurangi prevalensi stunting oleh karenanya perlu dilakukan pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dari anak balita. Beberapa faktor yang menjadi penyebab stunting dapat digambarkan sebagai berikut:

- 1) Praktek pengasuhan yang kurang baik, termasuk kurangnya pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi sebelum dan pada masa kehamilan, serta setelah ibu melahirkan. Beberapa fakta dan informasi
- 2) Masih terbatasnya layanan kesehatan termasuk layanan ANC-Ante Natal Care (pelayanan kesehatan untuk ibu selama masa kehamilan), Post Natal Care dan pembelajaran dini yang berkualitas.
- 3) Masih kurangnya akses rumah tangga / keluarga ke makanan bergizi. Penyebabnya karena harga makanan bergizi di Indonesia masih tergolong mahal.
- 4) Kurangnya akses ke air bersih dan sanitasi. Data yang diperoleh di lapangan menunjukkan bahwa 1 dari 5 rumah tangga di Indonesia masih buang air besar (BAB) di ruang terbuka, serta 1 dari 3 rumah tangga belum memiliki akses ke air minum bersih.

2. METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan tersebut dilakukan dengan tiga tahap, yaitu :

1. Tahap prakegiatan,
Pada tahap prakegiatan, kegiatan yang dilakukan terdiri atas orientasi pendahuluan dan persiapan pelatihan.
2. Tahap pelaksanaan kegiatan,
Kegiatan yang dilakukan pada tahap pelaksanaan kegiatan meliputi pengambilan gambar kemampuan

mendongeng tahap I (sebelum diberikan pelatihan), Sejauh mana orang tua mengetahui tentang Stunting tahap II (setelah diberikan pelatihan).

Orang tua sudah mengetahui stunting, maka diharapkan bisa menjawab pertanyaan yang diajukan oleh narasumber pelatihan. Pada tahap pelatihan, peserta (1) dihadapkan pada contoh stuntingitu apa (2) diberi kesempatan untuk berdialog atau tanya jawab dengan narasumber bagaimana terjadinya stunting(3) diajak berdiskusi dan tukar pikiran kaitannya dengan stunting.

3. Tahap pascakegiatan.

Kemudian pada tahap pascakegiatan dilakukan evaluasi. Sebagai kegiatan pascakegiatan, tahap evaluasi mempunyai peranan yang strategis dalam menilai keberhasilan kegiatan pengabdian ini.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dengan Adanya PARENTING untuk orang tua diharapkan orang tua dapat mengetahui bahayanya stunting. Orang tua yang tingkat pendidikan bermacam - macam menjadi lebih paham tentang pentingnya kesehatan anak. Salah satu faktor penting yang mempengaruhi kejadian stunting di Indonesia adalah tingkat pendidikan orang tua.

Apabila tingkat pendidikan ayah dan ibu semakin tinggi, maka resiko anak terkena stunting akan menurun. Tingkat pendidikan orang tua merupakan salah satu faktor yang berpengaruh dalam status gizi keluarga. Orang tua yang berpendidikan lebih tinggi memiliki kemungkinan memahami pola hidup sehat serta mengetahui cara agar tubuh tetap bugar. Hal ini dapat dicerminkan dalam sikap orang tua dalam menerapkan gaya hidup sehat yang meliputi makan.

Dalam Pelatihan ini diharapkan ada beberapa pihak yang dapat terlibat

1. Pihak TK Hiama kids Islamic School sebagai Mitra Yang akan Melaksanakan paranting untuk orang tua siswa
2. Pihak Orang Tua : peserta pelatihan

3. Mahasiswa: Menambah ilmu dari luar kampus

Permasalahan mitra	Solusi
Sarana prasana tempat TK HIAMa Kids Islamic School	Adanya Dana Kegiatan Pengmas dapat membantu mendukung sarana prasarana kegiatan pelatihan
Pengetahuan orang tua kurang terhadap kesehatan anak	Pelatihan, pendampingan, serta pemberian bantuan berupa parenting terhadap orang tua
Keterbatasan atas pendidikan orang tua siswa sehingga ilmu kesehatan belum mendalam	Kondisi tersebut merupakan kesempatan yang kini dimanfaatkan oleh para penggiat kampus untuk mengedukasi orang tua yang tingkat pendidikannya bervariasi

Uraian hasil riset tim pengusul atau peneliti yang berkaitan dengan kegiatan yang akan dilaksanakan, akan memiliki nilai tambah.

Dengan Adanya Pengmas in berupa Parenting ke masyarakat khususnya para orang tua yang berada di Bojong Kulur Gunung Putri Bogor akan menambah khasanah keilmuan dalam kesehatan. Kampus UMJ akan lebih Familiar di tengah masyarakat karena diadakannya acara parenting ini.



Gambar 1: banner Kegiatan Kajian Islami Ghazwul Fikr



Gambar 2: Foto tim dan peserta kegiatan parenting

Roundown Acara Pelatihan

KAJIAN PARENTING: EDUKASI KESEHATAN ISLAMI DAN PENDIDIKAN KELUARGA UNTUK MENCEGAH STUNTING PADA ANAK DI DESA BOJONG KULUR GUNUNG PUTRI BOGOR

Selasa, 17 Oktober 2023

No	Waktu	Kegiatan	Keterangan
1	08.00-08.30	Registrasi Ulang peserta pelatihan	Ustadzah Novi dan Ustadzah Khodijah
2	08.30-08.40	Pembuka oleh MC	Ibu Annisa Amelia, S.Pd
3	08.40-08.50	Pembacaan Ayat Suci Al-Qur'an	Ustadzah Devi
4	08.50-09.10	Sambutan Ketua Pengabdian Masyarakat Universitas Muhammadiyah Jakarta	Ibu Assoc. Prof. Dr. Hj. Zulftria Zaidir, M.Pd
5	09.10-09.30	Penampilan Siswa Hiam Kids Islamic School	Ustadzah Ika Dan Ustadzah Fia
6	09.30-10.00	Sambutan Ketua PKK Desa Bojong Kulur	Ibu Ambar Retnowati, S.Pd.I
7	10.00-10.30	Materi : EDUKASI KESEHATAN ISLAMI	Ummi Sabil
8	10.30-11.00	Materi: PENDIDIKAN KELUARGA UNTUK MENCEGAH STUNTING	Ibu Dr. Munaya Fauziah, M.Kes
9	11.00-11.10	Penyerahan Souvenir kegiatan untuk para Narasumber dari Universitas Muhammadiyah Jakarta	Ibu Assoc. Prof. Dr. Hj. Zulftria Zaidir, M.Pd
10	11.10-11.30	Sambutan sekaligus doa: Perwakilan dari DKM Mesjia Al Fath	Bapak Ustad Dr. H. Zainal Arif, Lc. MA.
11.	11.30	Foto Bersama	Semua Peserta

Sebelum pembicara tampil dibacakan profil (biodata) oleh MC

Gambar 3: Roundwon Acara

4. KESIMPULAN

Dengan Adanya PARENTING untuk orang tua diharapkan orang tua dapat mengetahui bahayanya stunting. Orang tua yang tingkat pendidikan bermacam - macam menjadi lebih paham tentang pentingnya kesehatan anak. Salah satu faktor penting yang mempengaruhi kejadian stunting di Indonesia adalah tingkat pendidikan orang tua.

Apabila tingkat pendidikan ayah dan ibu semakin tinggi, maka resiko anak terkena stunting akan menurun. Tingkat pendidikan orang tua merupakan salah satu faktor yang berpengaruh dalam status gizi keluarga. Orang tua yang berpendidikan lebih tinggi memiliki kemungkinan memahami pola hidup sehat serta mengetahui cara agar tubuh tetap bugar.

Hal ini dapat dicerminkan dalam sikap orang tua dalam menerapkan gaya hidup sehat yang

meliputi makan
makanan yang bergizi.

Kementerian Kesehatan
Tahun 2020, Kementerian
Kesehatan RI. Jakarta.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima Kasih kami ucapkan telah diterimanya dana atas Hibah Pengabdian Masyarakat Internal tahun pelaksanaan 2023 antara UMJ dengan Pengabdian pada Masyarakat Nomor: 240/R-UMJ/VII/2022 tertanggal 24 Juli 2023 khususnya kepada Rektor UMJ, Ketua LPPM UMJ dan Dekan FAI UMJ yang mendukung akan penelitian ini juga telah memberikan pendanaan dan fasilitas sehingga kegiatan pengabdian masyarakat berjalan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Ar-Rifa'i, Muhammad Nasib, (2009) Ringkasan Tafsir Ibnu Katsir, Terj. Syihabuddin. Jakarta: Gema Insani press.
- Kemkes RI. (2018). Buku Saku Pemantauan Status Gizi Tahun 2017. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.
- Kemkes, P. (2016). Situasi Balita Pendek. Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2021) Laporan Kinerja

Martha, E., Nadira, N. A., Sudiarti, T., Mayangsari, A. P., Enjaini, E. F., Ryanthi, T. P., & Bangun, D. E. (2020). The Empowerment Of Cadres And Medicasters In The Early Detection And Prevention Of Stunting. *The Indonesian Journal Public Health*, 15(2), 153–161. <https://doi.org/10.20473/ijph.v15i1.2020.153-161>

Rahmawati, U. H., S. L. A. dan Rasni, H. (2019) “Hubungan Pelaksanaan Peran Keluarga dengan Kejadian Stunting pada Balita di Kecamatan Arjasa, Jember,” *Pustaka Kesehatan*, 7(2), hal. 112. doi: 10.19184/pk.v7i2.19123

Trihono., Trihono and Atmarita., Atmarita and Tjandrarini., Dwi Hapsari and Irawati., Anies and Nurlinawati., Iin and Utami., Nur Handayani and Tejayanti., &Teti . (2015). Pendek (Stunting) di Indonesia, Masalah dan Solusi. In Lembaga Penerbit Balitbangkes.