



**UPAYA MEMBANGUN GENERASI SEHAT DAN BERKUALITAS DI DESA PEKONDOH
GEDUNG KECAMATAN WAY LIMA KABUPATEN PESAWARAN**

**Tuti Handayani¹, Selviana², Atha Aulia³, M. Algifari Putra Budiman⁴, Indra Adi
Kusuma⁵, Dadang Gunawan⁶, Mariyam Handayani⁷**
¹²³⁴⁵⁶⁷Universitas Muhammadiyah Pringsewu
Email : tutihandayani@umpri.ac.id

Abstrak :

Indonesia mempunyai masalah gizi cukup berat yang ditandai dengan banyaknya kasus kurang gizi pada anak balita, usia masuk sekolah baik pada laki-laki dan perempuan. Anak merupakan aset bangsa di masa depan jika saat ini banyak anak Indonesia yang menderita stunting. Tujuan penyuluhan ini adalah untuk memberikan informasi, pengetahuan, dan pemahaman kepada masyarakat tentang stunting sebagai salah satu masalah gizi di Indonesia. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan dengan metode ceramah, diskusi dan tanya jawab. Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan pada hari senin tanggal 15 Juli 2024 dan dengan jumlah peserta 20 ibu-ibu. Saat penyuluhan peserta sangat antusias dan aktif bertanya terkait materi yang disampaikan. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan adanya peningkatan pemahaman masyarakat mengenai apa itu stunting, penyebab stunting, bahaya stunting untuk jangka pendek dan panjang serta tumbuhnya kesadaran dalam menanggulangi dampak dari stunting sehingga dapat meminimalisir terjadinya stunting pada anak.

Kata kunci: stunting, anak, kesadaran masyarakat

Pendahuluan

Indonesia mempunyai masalah gizi cukup berat yang ditandai dengan banyaknya kasus kurang gizi pada anak balita, usia masuk sekolah baik pada laki-laki dan perempuan. Stunting merupakan masalah yang diprioritaskan oleh pemerintah. Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2017, Indonesia termasuk kedalam negara ketiga dengan prelevansi tertinggi di regional Asia Tenggara/South-East Asia Regional (SEAR). Rata-rata prelevansi balita Stunting di Indonesia tahun 2005-2017 adalah 36,4%. Dalam waktu 20 atau 30 tahun yang akan datang, anak-anak akan menjadi satu generasi yang disebut dengan generasi kualitas yang kurang baik. Stunting adalah kondisi gagal tumbuh yang terjadi pada balita akibat kurang gizi dalam jangka waktu yang lama atau bisa jadi karena adanya paparan infeksi yang berulang dan kurang stimulasi. Dalam jangka pendek, pada saat anak masih balita perlu dikhawatirkan pembentukan keterbelakangan mental, rendahnya kemampuan belajar sang anak atau bahkan bisa mempengaruhi penyakit-penyakit menular yang kronis misalnya anak tumbuh menjadi orang yang mengidap diabetes, hipertensi atau tekanan darah tinggi dan bahkan sampai obesitas. Stunting bukan hanya dilihat dari ukuran pendek tubuhnya saja, akan tetapi dilihat dari organ dalamnya juga yaitu otak. Otak pada anak-anak yang mengalami stunting ini juga tidak terbentuk dengan baik dan dapat memperlambat perkembangan otak dengan dampak jangka panjang. Hal ini dapat mempengaruhi di masa depannya ketika mulai sekolah dan bekerja nantinya.

Berdasarkan data jumlah angka stunting di Indonesia pada tahun 2022 sebesar 21,6% meskipun angka ini turun dari tahun sebelumnya 24,4% dan harapannya di tahun 2024 turun menjadi 14%. Data SFGI tahun 2022 menunjukkan stunting terjadi sebelum lahir dan meningkat 1,6 kali pada rentang usia 6-12 bulan, kemudian 13,8% dari 12 bulan sampai 23 bulan 22,4%. Upaya penurunan stunting baik secara global maupun nasional, bukan tanpa alasan. Hal ini karena persoalan stunting erat kaitannya dengan kualitas sumber daya manusia dimasa mendatang. Dampak stunting tidak hanya pada segi kesehatan tetapi juga mempengaruhi tingkat kecerdasan anak. Stunting akan berdampak dan dikaitkan dengan proses kembang otak yang terganggu, dimana dalam jangka pendek berpengaruh pada kemampuan kognitif. Adapun dampak yang dirimbulkan stunting dibagi menjadi dampak jangka pendek dan jangka panjang (Dasman, 2019). Dampak jangka panjang dapat mengurangi kapasitas untuk berpendidikan lebih baik dan hilangnya kesempatan untuk peluang kerja dengan pendapatan lebih baik. Dampak yang ditimbulkan dari stunting tidak hanya dirasakan individu yang mengalaminya saja bahkan stunting mempunyai andil dalam kesenjangan ekonomi dan kemiskinan antar generasi. Dampak jangka pendek stunting berupa gangguan metabolisme tubuh, pertumbuhan anak yang tidak optimal, sedangkan dampak jangka panjangnya adalah postur tubuh tidak optimal saat dewasa, meningkatnya resiko obesitas dan penyakit tidak menular, kemampuan belajar dan performa kurang optimal pada masa sekolah, produktivitas dan kemampuan bekerja tidak optimal (Kemenkes RI, 2016).

Berdasarkan penyebab stunting, salah satu langkah pencegahan dini mencegah stunting yaitu dengan rajin memeriksa kandungan dan memantau pertumbuhan balita di posyandu. Pencegahan dini adalah salah satu cara terbaik untuk mengurangi prevalensi stunting bagi semua masyarakat (Fanny, 2018). 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 (Bappenas, 2018). Multi factor yang sangat beragam tersebut membutuhkan intervensi yang paling menentukan yaitu pada 1000 HPK (1000 hari pertama kehidupan). Faktor Penyebab stunting juga dipengaruhi oleh pekerjaan ibu, tinggi badan ayah, tinggi badan ibu, pendapatan, jumlah anggota rumah tangga, pola asuh, dan pemberian ASI eksklusif, selain itu stunting juga disebabkan oleh beberapa factor lain seperti

pendidikan ibu, pengetahuan ibu mengenai gizi, pemberian ASI eksklusif, umur pemberian MP-ASI, tingkat kecukupan zink dan zat besi, riwayat penyakit infeksi serta factor genetik. (Aridiyah, 2015). Peningkatan pengetahuan dan kesadaran akan sikap dan tindakan seorang ibu dalam pemilihan makanan yang sehat bagi balita dapat dilakukan dengan program kesehatan masyarakat salah satunya dengan memberikan pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan merupakan intervensi terhadap perilaku sebagai determinan kesehatan atau kesehatan masyarakat. Secara umum, pendidikan kesehatan bertujuan untuk mengembangkan perilaku individu, kelompok atau masyarakat agar mereka berperilaku hidup sehat. Pencegahan stunting memerlukan intervensi gizi yang terpadu, mencakup intervensi gizi spesifik dan gizi sensitif. Pengalaman global menunjukkan bahwa penyelenggaraan intervensi terpadu yang melibatkan lintas sektor dan menysasar kelompok prioritas di lokasi prioritas merupakan kunci keberhasilan perbaikan gizi dan tumbuh kembang anak, yang pada akhirnya membantu terhadap pencegahan stunting (Kemenkes RI, 2018). Pencegahan stunting dapat dilakukan dengan cara; 1) pemenuhan gizi bagi ibu hamil; 2) pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif sampai umur 6 bulan dan pemberian makanan pendamping ASI dalam jumlah cukup dan berkualitas setelah umur 6 bulan; 3) memantau pertumbuhan balita di posyandu; 4) meningkatkan akses terhadap air bersih dan fasilitas serta menjaga kebersihan lingkungan (Sutarto, 2018). Generasi yang tumbuh optimal alias tidak stunting memiliki tingkat kecerdasan yang lebih baik, akan memberikan daya saing yang baik dibidang pembangunan dan ekonomi (Indrastuty, 2019). Anak merupakan aset bangsa di masa depan. Bisa dibayangkan, bagaimana kondisi sumber daya manusia Indonesia di masa mendatang jika saat ini banyak anak Indonesia yang menderita stunting. Bangsa ini akan tidak mampu bersaing dengan bangsa lain dalam menghadapi tantangan global. Maka, untuk mencegah hal tersebut permasalahan stunting mesti segera diatasi secara serius (Teja, 2019).

Tujuan dalam kegiatan ini adalah untuk memberikan pengetahuan kepada para masyarakat untuk berkontribusi membantu pemerintah dalam mencegah terjadinya stunting dengan cara memberikan/menyebarkan informasi mengenai pencegahan stunting, Pendidikan tentang gizi dan cara menyiapkan makanan sehat bagi anak, pada ibu hamil, setelah mengetahui pencegahan stunting, diharapkan kepada masyarakat yang mempunyai bayi, anak balita, dan ibu hamil. Harapan kedepan, semua anak tumbuh sehat sehingga

menjadi generasi muda yang berkarakter dan tanggung serta memiliki daya saing.

Metode

Kegiatan penyuluhan stunting ini dilaksanakan pada hari Senin, 15 Juli 2024 yang berlokasi di Balai Desa Pekondoh Gedung, Kec. Way Lima Kab. Pesawaran. Tim pelaksana kegiatan penyuluhan adalah perwakilan mahasiswa fakultas kesehatan didampingi oleh Ibu Tuti Handayani, M.Kep selaku DPL dan dibantu oleh Mahasiswa KKN UMPRI kelompok 24. Metode penyuluhan ini menggunakan metode sosialisasi serta penyuluhan yang dilanjutkan dengan sesi diskusi tanya jawab kepada peserta dengan jumlah 20 orang. Sosialisasi merupakan salah satu cara yang dilakukan untuk mempengaruhi kepribadian seseorang. Penggunaan metode ini dilakukan juga karena tanggung jawab pencegahan stunting bukan hanya ada dipundak pemerintah dan dinas kesehatan akan tetapi masyarakat juga bisa ikut berperan serta dalam program yang digagas oleh pemerintah. Selain demikian, dari kegiatan ini juga diharapkan ada feedback dari masyarakat untuk menyampaikan keluhan serta permasalahan yang terkait gizi dan tumbuh kembang anak sehingga dari diskusi ini bisa diperoleh solusi- solusi konkrit untuk bisa segera dilaksanakan.

Hasil Dan Pembahasan

Kegiatan dimulai dengan tahapan persiapan. Pada tahap ini dilakukan pertemuan koordinasi dengan mitra terkait yang akan dilakukan, mitra dalam hal ini adalah Perangkat Desa Pekondoh Gedung beserta dengan Dosen Pembimbing Lapangan. Setelah itu, tim mempersiapkan bahan dan peralatan yang diperlukan seperti PPT yang akan digunakan saat penyampaian materi, persiapan lokasi yang digunakan, serta hal lain lain yang diperlukan. Pada tahap pelaksanaan diawali dengan pembukaan yang dilakukan oleh perwakilan mahasiswa KKN selaku moderator, kemudian dilanjut sambutan DPL, Ibu Tuti Handayani, M.Kep. Setelah itu memasuki kegiatan inti dari penyuluhan yaitu penyampain materi dari narasumber. Saat penyuluhan peserta sangat antusias dan aktif bertanya dalam mengikuti kegiatan ini.





Pokok bahasan dalam penyampaian materi penyuluhan ini yaitu:

1) Definisi, Tanda Dan Gejala Anak Yang Mengalami Stunting

Pembahasan materi disajikan dengan menguraikan definisi yang terkait dengan pengertian stunting pada anak, selanjutnya mengerucut pada penyebab dan cara pencegahan stunting itu sendiri. Stunting merupakan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak yang disebabkan karena kekurangan gizi dalam 1000 hari pertama kehidupan. Ciri-ciri anak yang terkena stunting yaitu pertumbuhan melambat, anak mudah terserang berbagai penyakit infeksi, pertumbuhan gigi terlambat, performa buruk pada kemampuan fokus dan memori belajarnya dan anak cenderung pendiam.

2) Penyebab Stunting

Konsep dasar mengenai stunting menjadi materi utama dalam penyuluhan ini, karena adanya pemahaman yang mendalam mengenai penyebab stunting diharapkan masyarakat desa Pekondoh Gedung bisa semakin solid dalam rangka saling mengingatkan terhadap pencegahan stunting. Dalam hal ini diharapkan anggota masyarakat memiliki jiwa kepedulian tinggi, serta tumbuh rasa tanggung jawab mengenai fungsi dan perannya di masyarakat.

3) Cara Penegahan Stunting

Hal-hal yang dilakukan untuk mencegah stunting yaitu dengan mengenali terlebih dahulu apa itu stunting dan gejalanya. Kemudian memperhatikan kebersihan makanan, pemberian ASI hingga usia 6 bulan. Selain itu, ketika hamil harus mengonsumsi protein dan zat besi. Memberikan MPASI yang akurat dan tepat waktu dan yang paling penting, ketika anak mengalami ciri-ciri yang telah disebutkan diatas, maka bisa dikonsultasikan dengan tim pelayanan kesehatan yang ada di desa Pekondoh Gedung tersebut.

4) Memberikan Edukasi Mengenai Program Pemerintah Terkait “Isi Piringku”.

Dalam program “Isi Piringku” berisikan mengenai jumlah makanan yang dikonsumsi harus seimbang antara nasi (makanan pokok lain), sayur, protein dan sumber vitamin dari buah-buahan. Selain itu juga membahas mengenai pembagian porsi makan antara balita, anak-anak dan orang dewasa. Untuk balita usia 6-23 bulan porsi makanan yang dikonsumsi mencakup

35% makanan pokok, protein hewani 30%, kacang-kacangan 10%, sayur dan buah-buahan 25%.



Gambar 2. Foto Bersama Masyarakat Pekondoh Gedung

Pemberian edukasi dan penyuluhan kepada masyarakat sangat penting untuk menambah serta meningkatkan pengetahuan. Dengan adanya penyuluhan ini diharapkan dapat mengubah perilaku dan memotivasi masyarakat terutama calon ibu untuk berkontribusi secara aktif dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak di Indonesia. Kegiatan ini mendapat respon masyarakat yang positif, hal ini ditunjukkan dengan keikutsertaan dan antusiasme masyarakat terutama dalam penyuluhan ini.

Simpulan Dan Saran

Stunting merupakan gangguan pertumbuhan dan anak yang disebabkan karena kekurangan gizi dalam 1000 hari pertama kehidupan. Penyuluhan ini bertujuan untuk mengedukasi ibu-ibu terkait pencegahan stunting. Penyuluhan ini juga diharapkan sebagai sarana pencegahan agar tidak ada lagi anak-anak yang mengalami stunting.

Penyuluhan ini perlu dilakukan secara rutin dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terkait tumbuh kembang anak semakin diperlihatkan sehingga bisa mencegah terjadinya stunting.

Daftar Rujukan

Aridiyah, F. O., Rohmawati, N., & Ririanty, M. (2015). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Anak Balita di Wilayah Pedesaan dan Perkotaan (The Factors 83



- Affecting Stunting on Toddlers in Rural and Urban Areas). E-Jurnal Pustaka Kesehatan, 3(1), 163–170.
- Bappenas. (2018). Rencana Aksi Nasional Dalam Rangka Penurunan Stunting. Jakarta. Rembuk Stunting.
- Dasman, H. (2019). Empat dampak stunting bagi anak dan negara Indonesia. The Conversation,1.<https://theconversation.com/empat-dampak-stunting-bagianakdan-negara-indonesia-110104>.
- Dasman, H. (2019). Empat dampak stunting bagi anak dan negara Indonesia. The Conversation,1.<https://theconversation.com/empat-dampak-stunting-bagianakdan-negara-indonesia-110104>.
- F. Adistie, V. Belinda, M. Lumbantobing, N.Nur, and A.Maryam, Pemberdayaan Kader Kesehatan Dalam Deteksi Dini Stunting dan Stimulasi Tumbuh Kembang pada Balita,” vol.1, no.2, pp. 173-184.
- Indrastuty, D., & Pujiyanto. (2019). Determinan Sosial Ekonomi Rumah Tangga dari Balita Stunting di Indonesia: Analisis Data Indonesia Family Life Survey (IFLS). Jurnal Ekonomi Kesehatan Indonesia, 3(2), 68–75.<https://doi.org/10.7454/eki.v3i2.3004>
- Kemendes RI. (2016). Infodatin (Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan RI) Situasi Balita Pendek. Jakarta:Buletin Jendela Data dan Informasi
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Pedoman strategi komunikasi perubahan perilaku dalam percepatan pencegahan stunting di indonesia. www.kesmas.kemkes.go.id.
- Sutarto, Mayasari, D., & Idriyani, R. (2018).Stunting, Faktor Resiko dan Pencegahannya. Jurnal Agromedicine,5(1), 540–545.<https://doi.org/10.1201/9781439810590-c34>.
- Teja, M. (2019). Stunting Balita Indonesia dan Penanggulangannya. Pusat Penelitian. Badan Keahlian DPR RI, XI(November),13–18.
- WHO/Unicef. (2017). The World Bank Joint Child Malnutrition Estimates. 2017 edition. Tim Badan WHO-Unicef- the world bank joint child malnutrition estimates. http://www.who.int/nuthrowthdb/jme_brochure2017.pdf?ua