

PENYULUHAN TENTANG PENCEGAHAN STUNTING PADA BALITA *Counseling Regarding Stunting Prevention in Toddlers*

**Irmayani^{1*}, Rosita Ginting², Jul Asdar Putra Samura³, Anggi Isnani
Parinduri⁴, Putri Ashari Visar⁵**

^{1,2,3,4,5} Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam

Jln. Sudirman No.38 Lubuk Pakam, Kabupaten Deli Serdang,
Sumatera Utara – Indonesia
email korespondensi author: irmayani_ph06@yahoo.com

DOI. 10.35451/jpk.v4i1.2169

Abstrak

Stunting menjadi tantangan serius karena dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak. Kondisi ini dipicu oleh kekurangan gizi, infeksi berulang, dan kurangnya stimulasi psikososial yang memadai, serta ditandai dengan tinggi badan anak yang berada di bawah standar seharusnya. Penyebab utama stunting adalah pola asuh yang kurang baik, pola makan yang tidak sehat bagi ibu hamil dan menyusui, kurangnya asupan gizi dan protein, serta tingginya kerentanan anak terhadap penyakit. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Sidoharjo – I Pasar Miring, Kecamatan Pagar Merbau, Kabupaten Deli Serdang dengan jumlah peserta sebanyak 26 orang. Tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan edukasi mengenai pencegahan stunting di Desa Sidoharjo – I Pasar Miring. Sasaran utama dari penyuluhan ini adalah para ibu yang memiliki anak balita. Pelaksanaan kegiatan ini melibatkan kerjasama dengan Perangkat desa dan bidan desa. Metode yang digunakan yaitu pemaparan materi dengan ceramah dan pemberian leaflet. Materi yang disampaikan mencakup konsep stunting, penyebabnya, gejalanya, serta cara pencegahannya, termasuk informasi terkait isi piringku. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan peningkatan pemahaman peserta mengenai stunting, penyebabnya, gejalanya, dan cara pencegahannya. Selain itu, terdapat peningkatan kesadaran dalam menanggulangi gejala stunting, dengan harapan dapat mengurangi risiko terjadinya stunting pada anak-anak. Harapan kedepannya, kegiatan seperti ini terus dilakukan sehingga kejadian stunting pada balita dapat dihindari.

Kata kunci: Penyuluhan; pencegahan stunting; balita

Abstract

Stunting is a serious challenge because it can hinder a child's growth and development. This condition is triggered by malnutrition, repeated infections, and lack of adequate psychosocial stimulation, and is characterized by the child's height being below the appropriate standard. The main causes of stunting are poor parenting patterns, unhealthy eating patterns for pregnant and breastfeeding mothers, lack of nutritional and protein intake, and children's high vulnerability to disease. This community service activity was carried out in Sidoharjo Village – I Pasar Miring, Pagar Merbau District, Deli Serdang Regency with a total of 26 participants. The aim of this activity is to provide education regarding stunting prevention in Sidoharjo Village – I Pasar Miring. The main target of this counseling is mothers who have children under five. Implementation of this activity involves collaboration with village officials and village midwives. The method used was presentation of material through lectures and giving leaflets. The material presented includes the concept of stunting, its causes, symptoms, and how to prevent it, including information regarding the contents of my plate. The results of this activity show an increase in participants' understanding of

stunting, its causes, symptoms and how to prevent it. In addition, there is increased awareness in dealing with the symptoms of stunting, with the hope of reducing the risk of stunting in children. It is hoped that in the future, activities like this will continue to be carried out so that stunting in toddlers can be avoided.

Keywords: *Counseling; stunting prevention; toddler*

1. Pendahuluan

Stunting merupakan gangguan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan tinggi badan anak yang berada di bawah standar yang seharusnya. Beberapa penyebab utama stunting meliputi pola asuh ibu yang kurang baik, pola makan yang tidak memadai pada ibu hamil dan menyusui, serta kurangnya asupan gizi dan protein pada anak. Selain itu, anak yang sering mengalami penyakit dan rentan terhadap infeksi juga berisiko lebih tinggi mengalami stunting. Untuk mencegah stunting, perlu adanya perhatian khusus terhadap kesehatan ibu sejak masa kehamilan, pemberian ASI eksklusif, pemberian makanan pendamping ASI yang bergizi, serta upaya untuk menjaga kebersihan dan kesehatan lingkungan anak (Kemenkes, 2016)

Stunting pada anak balita memiliki dampak yang serius terhadap pertumbuhan dan perkembangan mereka. Gangguan ini dapat menghambat pertumbuhan fisik, meningkatkan risiko penyakit, menghambat perkembangan mental, dan bahkan dapat berujung pada kematian. Anak balita yang mengalami masalah gizi seperti stunting berisiko memiliki keterampilan intelektual yang lebih rendah dan menjadi kurang produktif di waktu mendatang. Oleh karena itu, pencegahan stunting menjadi krusial. Pencegahan ini melibatkan perbaikan pola asuh, peningkatan kualitas gizi pada ibu hamil dan menyusui, serta memastikan anak mendapatkan asupan gizi yang cukup dan perlindungan dari penyakit. Dengan demikian, langkah-langkah ini dapat membantu mengurangi prevalensi stunting dan mendukung masa depan yang lebih sehat dan produktif bagi

anak-anak (Rahmadhita, 2020) (Choliq, 2020) (Zurhayati, 2020).

Pada tahun 2020, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa prevalensi stunting pada anak mencapai 22%. Sebagai langkah untuk mengatasi masalah ini, Indonesia menetapkan target untuk mengurangi angka stunting menjadi 14% pada tahun 2024. Mencapai target ini memerlukan upaya keras baik dari pemerintah maupun masyarakat. Dengan kerjasama yang baik, diharapkan dapat berhasil menurunkan angka stunting dari 21,6% menjadi 14% pada tahun 2024, sehingga meningkatkan kesejahteraan anak-anak di Indonesia. Mengacu pada penyebab stunting, langkah pencegahan dini yang efektif meliputi beberapa aspek penting. Pertama, mengadopsi pola asuh yang baik, yang mencakup perhatian dan stimulasi psikososial yang memadai untuk anak. Kedua, memastikan pola makan yang sehat dan bergizi untuk ibu hamil dan menyusui agar kebutuhan gizi mereka terpenuhi dengan baik. Ketiga, melakukan pemantauan pertumbuhan serta perkembangan anak secara rutin melalui posyandu dan layanan kesehatan lainnya.

Pencegahan dini ini menjadi salah satu pendekatan terbaik untuk mengurangi prevalensi stunting dan merupakan tanggung jawab yang signifikan bagi pemerintah dan masyarakat. Langkah-langkah ini, jika dilaksanakan dengan baik, dapat membantu memastikan anak-anak Indonesia tumbuh sehat dan berkembang secara optimal, mencapai potensi penuh mereka, dan memberikan kontribusi positif bagi masa depan bangsa.

Dengan menerapkan pola asuh yang baik, memberikan nutrisi yang memadai kepada ibu yang menyusui,

serta secara rutin memantau pertumbuhan anak melalui posyandu, potensi risiko stunting dapat dideteksi sejak dini. Melalui upaya pencegahan ini, diharapkan dampak negatif stunting pada pertumbuhan dan perkembangan anak dapat diminimalisir, sehingga tercipta generasi yang lebih sehat dan berkualitas. Oleh karena itu, kerjasama antara pemerintah dan masyarakat dalam penerapan langkah-langkah ini sangat penting untuk mencapai target pencegahan stunting.

Deteksi dini stunting dilakukan melalui pengukuran tinggi badan dan berat badan pada anak balita serta pemantauan perkembangan anak di layanan kesehatan. Dengan memberikan perhatian khusus terhadap pola makan anak dan memastikan bahwa nutrisi yang diberikan sesuai dengan kebutuhan, ibu berkontribusi secara signifikan dalam mencegah stunting dan mendukung pertumbuhan serta perkembangan anak yang sehat. Kesadaran ibu tentang pentingnya gizi dalam persiapan makanan, pemilihan bahan makanan, dan penyusunan menu makanan dapat secara langsung memengaruhi kesehatan anak.

Ibu yang memiliki pengetahuan gizi yang baik cenderung membuat pilihan makanan yang lebih seimbang dan bergizi. Hal ini, pada gilirannya, dapat meningkatkan status gizi keluarga dan membantu mencegah stunting. Pengetahuan ibu tentang gizi juga memengaruhi sikap dan perilakunya dalam memilih makanan untuk keluarganya. Pola asuh yang mempromosikan asupan gizi yang baik dapat berkontribusi pada perkembangan anak yang optimal.

Penyuluhan tersebut dapat mencakup pemahaman masyarakat tentang gizi pangan yang seimbang, pentingnya nutrisi bagi pertumbuhan anak, dan cara mempersiapkan makanan yang bergizi. Dengan edukasi yang berkelanjutan dan mendalam, diharapkan terjadi perubahan pola pikir dan perilaku masyarakat terkait gizi, serta tercipta lingkungan yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal

(Wardana, 2019) (Laili, 2019) (Mediani, 2020).

2. Metode

Kegiatan pengabdian ini dilakukan di Desa Sidoharjo - I Pasar Miring Kecamatan Pagar Merbau Kabupaten Deli Serdang. Peserta kegiatan ini adalah ibu-ibu yang memiliki balita. Ada sebanyak 26 ibu yang berpartisipasi pada kegiatan ini. Kegiatan PKM ini dilakukan dengan beberapa Langkah, dengan rincian sebagai berikut:

- a. Tim PKM menghubungi dan mengadakan pertemuan awal dengan pihak Desa Sidoharjo-I, Pasar Miring, Kecamatan Pagar Merbau, untuk membahas rencana pelaksanaan kegiatan PKM di desa tersebut.
- b. Setelah mendapat persetujuan dari pihak desa, tim pelaksana PKM mengurus surat izin terkait jadwal dan tema kegiatan.
- c. Tim PKM mengantarkan surat izin dari Inkes MLP langsung ke Desa Sidoharjo-I, Pasar Miring.
- d. Tim pelaksana PKM mengadakan pertemuan dengan kepala desa, sekretaris desa, dan kader Desa Sidoharjo-I, Pasar Miring untuk membahas tema kegiatan, menyusun tim pelaksana, serta membicarakan persiapan yang diperlukan.
- e. Pihak desa memberikan persetujuan untuk menerima surat izin sesuai dengan jadwal dan tema kegiatan yang telah diusulkan.
- f. Peserta kegiatan adalah seluruh ibu yang memiliki balita.
- g. Proses pengarahan peserta dibantu oleh kepala desa, sekretaris desa, kadus, dan kader desa agar semua peserta PKM dapat berkumpul sesuai jadwal yang ditetapkan.
- h. Tim PKM mempersiapkan sarana dan prasarana untuk mendukung kelancaran kegiatan, seperti materi penyuluhan, absensi kehadiran, kuesioner, leaflet, dan informasi pendukung lainnya.
- i. Tim PKM membagikan kuesioner pre-test yang akan diisi oleh peserta.

- j. Tim PKM menyiapkan presentasi visual (PPT) mengenai pentingnya pencegahan stunting, serta mempersiapkan leaflet yang akan dibagikan kepada peserta.
- k. Tim pelaksana PKM menyampaikan materi secara bergantian oleh dua orang, serta mendistribusikan leaflet mengenai pencegahan stunting pada anak balita kepada peserta.
- l. Tim PKM menampilkan video tentang stunting kepada peserta.
- m. Tim PKM membagikan kuesioner post-test yang akan diisi oleh peserta.
- n. Tim PKM membagikan daftar hadir dan melakukan foto bersama dengan sekretaris desa, kader, dan seluruh peserta kegiatan.

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat telah dilaksanakan sesuai rencana pada bulan Maret 2024 di Desa Sidoharjo-I, Dusun Sedar, Pasar Miring, Kecamatan Pagar Merbau. Fokus dari kegiatan pengabdian ini ditujukan kepada para ibu yang memiliki anak balita dalam rangka upaya pencegahan stunting pada balita. Tahap awalnya, adalah persiapan yang dilakukan untuk merancang kegiatan dan memastikan kesiapan yang matang dalam melaksanakan kegiatan tersebut. Melaksanakan observasi lokasi yang akan digunakan untuk pelaksanaan PKM. Tahap kedua meminta izin serta memberikan surat izin dari pendidikan kepada pihak kepala desa untuk melaksanakan "Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)" di Aula Desa Sidoharjo-I, Pasar Miring, Kec. Pagar Merbau.



Gambar 1. Penyerahan Surat Izin dari Pendidikan kepada Kepala Dusun



Gambar 2. Foto Bersama Kepala Dusun

Sebelum melaksanakan PKM peserta kegiatan diberikan leaflet guna membantu peningkatan pengetahuan peserta kegiatan serta membagikan kuisisioner pre-test.



Gambar 3. Tahap Pembagian Leaflet



Gambar 4. Tahap Pembagian Kuesioner Pre-Test kepada peserta

Setelah itu penyampaian materi kegiatannya mengenai "Pencegahan Stunting Pada Anak" kepada peserta kegiatan yang telah hadir di Aula Desa Sidoharjo-I, Pasar Miring, Kec. Pagar Merbau.

Materi sosialisasi sesi I terkait pengertian dari stunting, angka stunting di Indonesia dan penyebab terjadinya stunting, gejala stunting, pencegahan stunting dan isi piringku (Siahaya, 2021).



Gambar 5. Penyampaian Materi

Setelah selesai penyampaian materi, ditampilkan video tentang stunting pada anak kepada peserta kegiatan yang hadir. Lalu peserta diberikan kuisisioner lagi untuk melihat apakah ada perbedaan pengetahuan sebelum peserta kegiatan diberi penyuluhan dan sesudah diberi penyuluhan materi tentang pencegahan stunting pada anak.



Gambar 6. Tayangan Video Stunting



Gambar 7. Tahap Pembagian Kuesioner Post-Test kepada peserta

Setelah kegiatan PKM selesai dilaksanakan. Dilanjutkan agenda foto bersama dengan pihak desa.



Gambar 8. Foto Bersama

Dari kegiatan PKM yang telah dilakukan, terdapat peningkatan pemahaman peserta dari sebelum mendapatkan penyuluhan sebesar 38,40% menjadi 80,76% setelah mendapatkan penyuluhan. Dari kegiatan PKM yang telah dilakukan, peserta sangat berantusias dalam mengikuti kegiatan, peserta sangat berpartisipasi dalam memberikan pertanyaan kepada tim PKM, dan peserta merespon baik kegiatan yang dilakukan tim PKM.

4. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat dalam penyuluhan dan edukasi mengenai pencegahan stunting pada anak balita telah sukses dijalankan secara memuaskan. Peserta kegiatan menunjukkan antusiasme tinggi terhadap pemaparan yang disampaikan

oleh tim PKM. Dengan pelaksanaan kegiatan ini, diharapkan peserta mampu mengimplementasikan langkah-langkah pencegahan stunting pada anak di masa yang akan datang.

5. Ucapan Terima Kasih

Kami mengucapkan terima kasih kepada Kepala Desa Sidoharjo-I Pasar Miring dan para ibu kader yang telah memberikan izin untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam yang terus memberikan dukungan melaksanakan penyuluhan di masyarakat.

6. Daftar Pustaka

- Choliq, I., Nasrullah, D. and Mundakir, M., (2020). Pencegahan stunting di Medokan Semampir Surabaya melalui modifikasi makanan pada anak. *Humanism: Jurnal Pengabdian Masyarakat*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). Situasi Balita Pendek. ACM SIGAPL APL Quote Quad, 29(2), 63-76. <https://doi.org/10.1145/379277.312726>.
- Laili, U., & Andriani, R. A. D. (2019). Pemberdayaan masyarakat dalam pencegahan stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat IPTEKS*, 5(1), 8-12.
- Mediani, H. S., Nurhidayah, I., & Lukman, M. (2020). Pemberdayaan kader kesehatan tentang pencegahan stunting pada balita. *Media Karya Kesehatan*.
- Rahmadhita, K., (2020). Permasalahan stunting dan pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), pp.225-229.
- Siahaya, A., Haryanto, R., & Sutini, T. (2021). Edukasi "Isi Piringku" terhadap pengetahuan dan perilaku pada ibu balita stunting di Maluku. *Jurnal Penelitian Kesehatan "SUARA FORIKES"(Journal of Health Research "Forikes Voice")*, 12, 199-202.

Wardana, Ari Kusuma, and Indah Wuri Astuti. (2019). Penyuluhan pencegahan stunting pada anak. *Jurnal Berdaya Mandiri*.

Zurhayati, Z., & Hidayah, N. (2022). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*, 6(1), 1-10.