

Optimalisasi Tumbuh Kembang Balita Melalui Promosi Gizi Seimbang bagi Ibu Balita sebagai Pencegahan Stunting di Desa Cenrana Kab. Sidrap

Sitti Hasriani^{*1}, Wilda Rezki Pratiwi², Nurjanna³, Eddy Arsyad⁴

^{1,2,3,4}Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, ITKES Muhammadiyah Sidrap, Indonesia

*e-mail: sthasrianistkm@gmail.com¹, wildapratiwi06@gmail.com², noorjannaharunaaz@gmail.com³,
eddyarsyad2008@gmail.com⁴

Abstrak

Stunting dapat menjadi ancaman utama terhadap kualitas manusia Indonesia dan juga ancaman terhadap kemampuan daya saing bangsa. Hal ini dapat terjadi karena anak bukan hanya terganggu pertumbuhan fisiknya saja, melainkan juga terganggu perkembangan otaknya. Asupan gizi seimbang dari makanan memegang peranan penting dalam proses pertumbuhan anak. Penerapan pola makan dengan gizi seimbang menekankan pola konsumsi pangan dalam jenis dan jumlah prinsip keanekaragaman pangan untuk mencegah masalah gizi. Tujuan pengabdian masyarakat ini secara langsung untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita dalam hal pencegahan stunting melalui pemenuhan gizi seimbang. Kegiatan ini dilaksanakan di Desa Cenrana Kab. Sidrap. Metode yang digunakan adalah dengan memberikan informasi dalam bentuk promosi kesehatan dengan menggunakan media slide materi dan buku KIA. Teknik pengambilan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner dalam yang diisi oleh para audien. Hasil yang didapatkan adalah 97% orang yang memiliki pengetahuan baik tentang gizi seimbang dan sebanyak 89% orang yang memiliki pengetahuan baik tentang konsep stunting. Kesimpulan dari pengabdian masyarakat ini adalah peran keluarga khususnya ibu sangat mempengaruhi pemenuhan keseimbangan gizi balitanya. Dengan kecukupan gizi yang seimbang diharapkan dapat mencegah terjadinya stunting pada balita.

Kata kunci: Gizi Seimbang, Ibu Balita, Promosi Kesehatan, Stunting, Tumbuh Kembang

Abstract

Stunting can be a major threat to the quality of Indonesian people and also a threat to the nation's competitiveness. This can happen because the child is not only disturbed by physical growth, but also disturbed brain development. A balanced nutritional intake of food plays an important role in the growth process of children. The application of a balanced diet emphasizes food consumption patterns in the type and amount of the principle of food diversity to prevent nutritional problems. The purpose of this community service is to directly increase the knowledge of mothers under five in terms of stunting prevention through the fulfillment of balanced nutrition. This activity was carried out in Cenrana Village, Kab. Sidrap. The method used is to provide information in the form of health promotion using slide media and MCH books. The data collection technique was carried out by distributing internal questionnaires filled out by the audience. The results obtained are 97% of people who have good knowledge of balanced nutrition and as many as 89% of people who have good knowledge of the concept of stunting. The conclusion of this community service is that the role of the family, especially mothers, greatly influences the fulfillment of the nutritional balance of their toddlers. With a balanced nutritional adequacy, it is hoped that it can prevent stunting in toddlers.

Keywords: Balanced Nutrition, Growth and Development, Health Promotion, Mother Toddler, Stunting

1. PENDAHULUAN

Kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) merupakan syarat mutlak menuju pembangunan di segala bidang. Status gizi merupakan salah satu faktor yang sangat berpengaruh pada kualitas SDM terutama yang terkait kecerdasan, produktivitas, dan kreativitas. Pada masa balita, perkembangan kemampuan berbahasa, kreativitas, kesadaran sosial, emosional, dan inteligensia berjalan dengan sangat cepat dan merupakan landasan perkembangan berikutnya. Orang tua sangat berperan penting dalam pemberian asupan gizi seimbang anak. Salah satu prinsip yang harus diperhatikan dalam makanan seimbang adalah keanekaragaman pangan. Prinsip keanekaragaman yang dimaksud adalah keanekaragaman jenis pangan termasuk proporsi makanan yang seimbang, dalam jumlah yang cukup, tidak berlebihan dan dilakukan secara teratur (Widyaningrum, Sari, Shaleha, Tasya, & Wibisono, 2021).

Masalah stunting merupakan bukan hanya masalah yang secara nasional melainkan permasalahan global khususnya di negaranegara miskin dan berkembang (Simamora & Kresnawati, 2021). Permasalahan gizi di Indonesia yang meningkat setiap tahun adalah malnutrisi pada balita, meliputi gizi kurang, gizi buruk, dan *stunting* (Kartinawati1 & Pradnyawati1, 2022).

Stunting disebut juga sebagai gizi kurang kronis yang menggambarkan adanya gangguan pertumbuhan tinggi badan yang berlangsung pada kurun waktu lama. *Stunting* menyebabkan perkembangan buruk pada balita, terganggunya fungsi kognitif, metabolisme dan penurunan keaktifan (Lestari & Hanim, 2020). Dampak buruk dalam jangka panjang menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh sehingga mudah sakit, dan risiko tinggi untuk munculnya penyakit diabetes, kegemukan, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke, dan disabilitas pada usia tua, serta kualitas kerja yang tidak kompetitif yang berakibat pada rendahnya produktivitas ekonomi. Anak yang stunting sebagian besar memiliki prestasi belajar kurang, sementara anak yang tidak stunting sebagian besar memiliki prestasi belajar yang baik (Sari, 2022)

Tahun 2017 sekitar 150,8 juta (22,2%) balita di dunia mengalami *stunting*. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menempatkan Indonesia sebagai negara ketiga dengan angka prevalensi *stunting* tertinggi di Asia pada 2017 (Susilowati, Trisetiyaningsih, & Nursanti, 2021). Prevalensi balita pendek dan sangat pendek menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 adalah 30,8 %. Prevalensi balita stunting di Sulawesi Selatan melewati batas nasional yaitu sebanyak 35,2% . Berdasarkan hasil dari Studi Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) tahun 2019 prevalensi balita underweight atau gizi kurang 16,29%, prevalensi balita stunting sebanyak 27,67% prevalensi balita wasting (kurus) 7,44%, prevalensi balita sangat pendek dan pendek usia 0-59 bulan di Indonesia sebesar 9,8% (RI, 2019).

Berdasarkan data dari sistem aplikasi online Pencatatan dan Pelaporan Gizi Berbasis Masyarakat (e-PPGBM) tahun 2017 jumlah prevalensi stunting di Kabupaten Sidrap 15,83%, tahun 2018 sebanyak 11.42%, tahun 2019 sebanyak 9.81%, tahun 2020 8.4% dan tahun 2021 meningkat menjadi 25.4%. Kemudian, menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Sidenreng Rappang, berdasarkan data e-PPGBM tahun 2017-2020 terdapat beberapa kecamatan dengan prevalensi angka kejadian stunting tinggi, yaitu Kecamatan Pitu Riase, Kulo, Baranti, dan Panca Lautang. Dari 4 kecamatan tersebut Panca Lautang merupakan kecamatan yang mengalami peningkatan prevalensi kejadian stunting dalam 2 tahun terakhir (Kab.Sidrap, 2021). Masalah gangguan tumbuh kembang pada bayi dan anak usia di bawah 2 tahun (baduta) merupakan masalah yang perlu ditanggulangi dengan serius. Usia di bawah dua tahun merupakan masa yang amat penting sekaligus (Lestari & Hanim, 2020).

Beberapa desa yang merupakan lokus stunting di Kecamatan Panca Lautang salah satunya adalah Desa Cenrana, berdasarkan hasil penelitian terdahulu memiliki karakteristik sosiodemografi yaitu sosial ekonomi rendah, pendidikan, kondisi sanitasi dan hygiene yang kurang baik, serta pengetahuan tentang gizi yang rendah (Kab.Sidrap, 2021). Penurunan prevalensi stunting menjadi prioritas *Sustainable Development Goals* (SDG's) di Indonesia hingga tahun 2030 untuk menurunkan sebanyak 40% dari jumlah balita *stunting* (RI, 2019). Secara langsung *stunting* disebabkan oleh asupan makanan dan penyakit infeksi yang ditentukan oleh pola asuh ibu (Permatasari, Turrahmi, & Illavina, 2020).

Terbatasnya akses komunikasi, seperti layanan seluler dan internet, di wilayah Desa Cenrana turut menyebabkan ibu kurang mendapat paparan informasi dari media massa digital maupun media sosial mengenai manfaat gizi seimbang. Promosi kesehatan dapat dilakukan melalui media massa digital maupun media sosial sehingga dapat mencapai audiensi lebih luas. Dalam hal promosi kesehatan mengenai *stunting* ini belum banyak diakses oleh penduduk Desa Canrana karena keterbatasan akses komunikasi tersebut. Hal ini mempengaruhi pengetahuan ibu mengenai pencegahan stunting yang selanjutnya juga mempengaruhi perilakunya.

Tujuan pengabdian ini adalah untuk membantu dalam mewujudkan keberhasilan pembangunan kesehatan nasional melalui peningkatan status gizi, peningkatan pengetahuan masyarakat tentang perilaku pemenuhan menu gizi seimbang dalam mencegah kejadian *Stunting* di dalam keluarga.

2. METODE

Kegiatan PKM ini dilaksanakan pada tanggal 09 April 2022 di Desa Cenrana Kab. Sidrap. Peserta penyuluhan adalah ibu balita beserta masyarakat Desa Cenrana. Kegiatan ini melibatkan unsur tenaga kesehatan setempat yang berkontribusi dalam penyediaan sarana prasarana, komunikasi dengan ibu balita beserta masyarakat, dan koordinasi selama pelaksanaan penyuluhan. Tahapan pelaksanaan penyuluhan terdiri dari tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.

Langkah-langkah yang dilakukan dalam persiapan meliputi pengurusan surat yang diperlukan, pengurusan izin menyelenggarakan PKM dan membahas prosedur kegiatan, lokasi PKM dan sarana prasarana yang diperlukan bersama tenaga kesehatan. Pelaksanaan kegiatan meliputi beberapa tahapan, yaitu koordinasi dengan tenaga kesehatan dan pelaksanaan penyuluhan.

- a. Koordinasi dalam pelaksanaan kegiatan, mencakup deskripsi kegiatan, tujuan, manfaat, susunan acara, dan rencana monitoring evaluasi. Pada tahap ini juga dilakukan pengurusan izin.
- b. *Pertemuan Focus Group Discussion (FGD)* untuk membahas *problem identification* dan *problem solving* terhadap berbagai permasalahan yang terjadi
- c. Pelaksanaan Penyuluhan Gizi Seimbang pada ibu balita dan masyarakat menggunakan media promosi kesehatan, berupa slide materi dan buku KIA. Materi yang disampaikan tentang gizi seimbang pada anak balita yakni meliputi pengertian gizi seimbang, asupan gizi seimbang, dampak kekurangan gizi seimbang, faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi, pengukuran status gizi, penilaian status gizi dan *stunting*. Materi tersebut telah disesuaikan dengan sasaran dalam kegiatan ini yaitu ibu yang memiliki anak balita.
- d. Sebelum kegiatan dimulai dilakukan *pretest* terlebih dahulu memberikan kuesioner berupa soal yaitu tes yang diberikan untuk mengetahui sampai dimana pengetahuan ibu dalam memahami topik yang akan dibahas. Setelah *pretest* berakhir dilanjutkan dengan pemberian materi kepada ibu-ibu dan melakukan sesi tanya jawab. Di akhir kegiatan dilakukan tes akhir atau *post test* yang bertujuan untuk mengetahui sampai dimana peningkatan pengetahuan ibu-ibu terhadap topik yang dibahas setelah mengikuti kegiatan penyampaian materi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan promosi kesehatan tentang optimalisasi tumbuh kembang balita dengan promkes gizi seimbang dilaksanakan pada 09 April 2022 mulai jam 09.00 – 12.00 WITA di laksanakan di Desa Cenrana Kab. Sidrap bekerjasama dengan Puskesmas Bilokka. Promosi kesehatan terutama ditujukan kepada ibu-ibu yang memiliki balita dan masyarakat di wilayah Desa Cenrana.

Media promosi kesehatan yang digunakan berupa slide materi dan buku KIA “Gizi Seimbang” untuk balita dan leaflet tentang mengenal pertumbuhan dan perkembangan balita. Metode yang digunakan dengan ceramah, melihat gambar, tanya jawab dan evaluasi mengenai materi yang disampaikan. Promosi ini dilakukan 3 tahapan yaitu:

- a. Tahap pertama adalah pengenalan dan penjelasan mengenai gizi seimbang pada anak balita yakni meliputi pengertian gizi seimbang, asupan gizi seimbang, dampak kekurangan gizi seimbang, faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi, pengukuran status gizi, dan penilaian status gizi. Pada tahap ini masyarakat diberi edukasi tentang bagaimana gizi seimbang itu. Diharapkan masyarakat khususnya ibu-ibu yang memiliki balita bisa memahami dengan benar gizi seimbang sehingga bisa memenuhi gizi pada anaknya.
- b. Tahap kedua adalah penyampaian terkait *stunting*. Tahap ini masyarakat diberi edukasi tentang bagaimana *stunting* itu, ciri-ciri yang terjadi pada anak yang menderita *stunting*. Diharapkan masyarakat khususnya ibu-ibu yang memiliki balita bisa memahami dengan benar tanda-tanda anak yang mengalami *stunting* sehingga bisa mengecek kondisi bayi dan

anaknya apabila ada indikasi gejala tersebut. Dan jika gejala tersebut didapatkan pada anaknya bisa segera disampaikan pada petugas kesehatan di wilayah tersebut.

- c. Tahap ketiga adalah diskusi dan Tanya jawab. Pada tahap ini dilakukan diskusi dan Tanya jawab kepada audience. Ibu-ibu yang mendengarkan terlihat antusias memperhatikannya. Tanya jawab berlangsung dari rasa ingin tahu ibu-ibu tentang status gizi yang dialami oleh balitanya. Ibu-ibu merasa senang dengan adanya promosi kesehatan yang diberikan.



Gambar 1. Penjelasan tentang gizi seimbang & tumbuh kembang anak pada buku KIA



Gambar 2. Foto bersama ibu-ibu balita & aparat desa



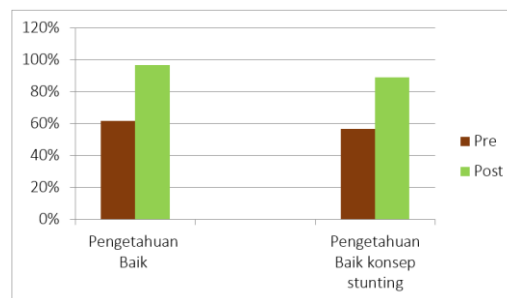
Gambar 3. Diskusi bersama ibu-ibu balita

Beberapa peserta mengungkapkan jika materi yang diberikan sangat membantu orang tua dalam mengenal nutrisi seimbang bagi balita dalam upaya pencegahan stunting. Kegiatan Pengabdian Masyarakat juga melakukan kegiatan *Pre-test* dan *Post-test* berupa Kuesioner yang diambil dari materi yang dipaparkan. Tujuan penilaian ini adalah ingin mengetahui pengetahuan orang tua dalam memahami materi yang telah diberikan. Kuesioner yang diberikan berupa pengetahuan dengan rincian soal sebanyak 10 soal. Hasilnya adalah sebagian ibu balita sebelum

diberikannya pendidikan kesehatan sebanyak 62% yang memiliki pengetahuan baik tentang gizi seimbang, sebanyak 57% yang memiliki pengetahuan baik tentang konsep stunting. Tetapi setelah dilakukannya kegiatan promosi kesehatan didapatkan hasil sebanyak 97% orang yang memiliki pengetahuan baik tentang gizi seimbang dan sebanyak 89% orang yang memiliki pengetahuan baik tentang konsep stunting.

Tabel 1. Pre dan Post Pengetahuan Ibu Balita

Pengetahuan	Pre	Post
Pengetahuan Baik Gizi seimbang	62%	97%
Pengetahuan Baik konsep stunting	57%	89%



Grafik 1. Pre dan Post Pengetahuan Ibu Balita

Hal ini berarti sebagian keluarga sudah memiliki peran yang baik dalam meningkatkan pemenuhan nutrisi pada balita sehingga dengan pengetahuan yang baik ibu diharapkan mampu untuk memberikan nutrisi yang seimbang yang tentunya usaha tersebut akan dapat mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan balita sehingga dapat mencegah terjadinya stunting pada balita.

4. KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian masyarakat melalui promosi kesehatan tentang gizi seimbang di Desa Cenrana Kab.Sidrap merupakan upaya pencegahan stunting dalam mengoptimalkan tumbuh kembang balita. Banyak kekurangan dalam pelaksanaan kegiatan ini karena waktu persiapan yang pendek dengan keterbatasan tenaga pelaksana. Harapan penulis pengabdian masyarakat ini dapat berefek lebih luas seperti memberikan pelatihan pembuatan menu seimbang kepada ibu dan masyarakat yang lain sehingga menurunkan kejadian stunting.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih sebesar-besarnya kepada segala pihak yang terlibat dan telah memberikan bantuan, arahan, bimbingan sehingga kegiatan ini dapat diselesaikan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Kab.Sidrap, D. (2021). Laporan Stunting. Sistem Aplikasi Online Pencatatan dan Pelaporan Gizi.
- Kartinawati¹, K. T., & Pradnyawati¹, L. G. (2022). Penyuluhan Gizi Seimbang pada Ibu Hamil untuk Pencegahan Stunting di Desa Ban, Karangasem, Bali. *Warmadewa Minesterium Medical Journal*, 39-44.
- Lestari, A., & Hanim, D. (2020). Edukasi Kader dalam Upaya Pencegahan dan Penanggulangan Stunting di Kecamatan Mondokan Kabupaten Sragen. *AgriHealth: Journal of Agri-food*,

Nutrition and Public Health, 7-13.

- Permatasari, T. A., Turrahmi, H., & Illavina. (2020). Edukasi Gizi Seimbang bagi Kader Posyandu pada Masa Pandemi Covid-19 sebagai Pencegahan Balita Stunting di Kabupaten Bogor. *AS-SYIFA: Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Kesehatan Masyarakat*, 67-77.
- RI, K. (2019). Laporan Nasional Riskesdas 2018. Jakarta: Lembaga Penerbitan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB).
- Sari, M. D. (2022). Pengaruh Edukasi Pada Ibu Hamil dalam Upaya Pencegahan Stunting. *Jurnal Medika Utama*.
- Simamora, R. S., & Kresnawati, P. (2021). Pemenuhan Pola Makan Gizi Seimbang Dalam Penanganan Stunting Pada Balita Di Wilayah Puskesmas Kecamatan Rawalumbu Bekasi. *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*.
- Susilowati, L., Trisetiyaningsih, Y., & Nursanti, I. (2021). Pencegahan Stunting pada Balita Selama Masa Pandemi Covid-19 Melalui Edukasi Audiovisual. *Community Empowerment*, 6(4), 563-567.
- Widyaningrum, F., Sari, A., Shaleha, B. A., Tasya, R. A., & Wibisono, A. F. (2021). Promosi Kesehatan Gizi Seimbang Pada Anak Balita Melalui Penyuluhan, Media Leaflet, dan Video di Posyandu Melati 01 Jatimulya Kota Depok. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Saga Komunitas*, 1(2), 57-61.