

PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI DENGAN UPAYA PENCEGAHAN STUNTING PADA ANAK

IMPROVING MOTHERS KNOWLEDGE AS A MEASURE FOR PREVENTING CHILD STUNTING

Zuriati Zuriati¹, Juni Purnamasari²

¹STIKes Bhakti Husada, ² STIKes Raflesia Depok

Corresponding: zuriati3781@gmail.com, junipurnama06@gmail.com

Abstrak

Stunting pada anak merupakan salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak secara fisik maupun kognitif. Pengetahuan ibu tentang gizi berperan penting dalam pencegahan stunting pada anak. Pengabmas ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi sebagai upaya pencegahan stunting pada anak melalui kegiatan pengabdian masyarakat. Metode yang digunakan dalam pengabdian pada masyarakat ini adalah dengan pendekatan partisipatif dan edukatif dengan melibatkan ibu-ibu di ruangan anak RS Hermina Purwokerto sebagai responden. Langkah-langkah dalam pengabdian masyarakat meliputi identifikasi kebutuhan informasi tentang gizi dan stunting, perencanaan kegiatan, pelaksanaan kegiatan, dan evaluasi hasil. Dalam tahap identifikasi kebutuhan informasi, dilakukan survei awal untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu tentang gizi dan stunting. Hasil survei digunakan sebagai acuan untuk merancang materi penyuluhan yang sesuai dengan kebutuhan. Selanjutnya, dilakukan edukasi interaktif yang mencakup pemahaman tentang gizi seimbang, pentingnya asupan nutrisi, dan pemilihan makanan sehat. Edukasi ini disampaikan dengan menggunakan pendekatan partisipatif, seperti diskusi kelompok, simulasi, dan permainan peran. Setelah penyuluhan, dilakukan evaluasi pengetahuan ibu dengan kuesioner pra-dan pasca kegiatan. Hasil didapatkan ini menunjukkan bahwa melalui kegiatan pengabdian masyarakat, pengetahuan ibu tentang gizi dapat meningkat secara signifikan dari hasil pengetahuan tinggi 16% sesuai diberikan edukasi meningkat jadi 85%. Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat mempengaruhi perilaku ibu dalam memberikan asupan gizi yang baik kepada anak-anak mereka. Diharapkan dapat mengurangi prevalensi stunting pada anak dan meningkatkan kualitas hidup mereka.

Abstract

Stunting in children is a significant public health issue that affects their physical and cognitive growth and development. Maternal knowledge of nutrition plays a crucial role in the prevention of child stunting. Therefore, this study aims to enhance maternal knowledge of nutrition as an effort to prevent stunting in children through community engagement activities. The method used in this research is community engagement with a participatory and educational approach, involving mothers in the pediatric ward of RS Hermina Purwokerto as respondents. The steps in community engagement include identifying the information needs regarding nutrition and stunting, planning the activities, implementing the activities, and evaluating the outcomes. In the stage of identifying information needs, an initial survey was conducted to assess the level of maternal knowledge of nutrition and stunting. The survey results were used as a reference for designing appropriate training materials. Subsequently, interactive education sessions were conducted, covering understanding balanced nutrition, the importance of nutrient intake, and selecting healthy foods. This education was delivered using a participatory approach, such as

group discussions, simulations, and role-playing games. After the training, the mothers' knowledge was evaluated using pre- and post-activity questionnaires. The results showed a significant improvement in maternal knowledge of nutrition through community engagement, with an increase from 16% high knowledge before the education to 85% after the intervention. The increased knowledge is expected to influence mothers' behavior in providing proper nutritional intake to their children. It is hoped that this will reduce the prevalence of stunting in children and improve their quality of life. In conclusion, community engagement in enhancing maternal knowledge of nutrition is an effective step in preventing stunting in children. Through participatory and educational activities, maternal knowledge can be improved, which, in turn, can influence daily nutritional practices. Sustained efforts in community engagement are necessary to achieve optimal results in stunting prevention and the overall health of children.

PENDAHULUAN

Menurut WHO (2015) stunting adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badannya berada di bawah standar. Selanjutnya menurut WHO (2020) stunting adalah pendek atau sangat pendek berdasarkan panjang / tinggi badan menurut usia yang kurang dari -2 standar deviasi (SD) pada kurva pertumbuhan WHO yang terjadi dikarenakan kondisi irreversibel akibat asupan nutrisi yang tidak adekuat dan/atau infeksi berulang / kronis yang terjadi dalam 1000 HPK (Kemenkes RI, 2022). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) dimana prevalensi stunting di Indonesia turun dari 24,4% di tahun 2021 menjadi 21,6% di 2022 sedangkan standard WHO terkait prevalensi stunting harus di angka kurang dari 20%. (Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan, 2018).

Mengacu pada isu penting terkait pertumbuhan dan perkembangan anak-anak yang sehat. Stunting adalah kondisi yang terjadi ketika pertumbuhan fisik anak terhambat atau tidak optimal, terutama pada masa pertumbuhan yang kritis, yaitu 1.000 hari pertama kehidupan, mulai dari masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun (Kemenkes RI, 2022)

Stunting memiliki dampak jangka panjang yang signifikan pada kesehatan dan perkembangan anak. Anak yang mengalami stunting memiliki risiko lebih tinggi mengalami masalah kesehatan seperti rentan terhadap infeksi, kelemahan daya tahan tubuh, dan perkembangan kognitif yang terhambat. Selain itu, stunting juga dapat berdampak negatif pada produktivitas dan kualitas hidup di kemudian hari.

Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi yang seimbang dan upaya pencegahan stunting pada anak. Dengan pengetahuan yang memadai, ibu dapat memahami pentingnya nutrisi yang baik, cara mempersiapkan makanan sehat, dan memberikan makanan dengan variasi yang cukup kepada anak-anak mereka. Pengetahuan yang ditingkatkan ini dapat membantu mencegah stunting dan memastikan pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal.

Upaya untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi dan pencegahan stunting dapat melibatkan pendidikan kesehatan yang efektif, seperti penyuluhan gizi, kampanye kesadaran masyarakat, dan pelatihan keterampilan praktis dalam mempersiapkan makanan sehat bagi anak. Selain itu, dukungan dari tenaga kesehatan, seperti bidan, petugas kesehatan, dan dokter,

juga penting untuk memberikan informasi dan bimbingan kepada ibu tentang pentingnya gizi yang baik untuk anak-anak mereka.

Dengan meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi dan upaya pencegahan stunting, diharapkan dapat mengurangi angka stunting dan meningkatkan kesehatan serta kualitas hidup anak-anak di masa depan.

METODE

Metode Pengabdian Masyarakat: Penyuluhan tentang Stunting. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan informasi kepada masyarakat mengenai stunting, termasuk penyebab, faktor risiko, penanganan, serta upaya yang dilakukan oleh pemerintah dalam menurunkan kasus stunting. Metode yang akan digunakan dalam kegiatan ini adalah ceramah dan diskusi dua arah. Peserta pengabdian adalah pasien RS Hermina Purwokerto, dengan jumlah peserta sebanyak 20 orang. Berikut adalah uraian kegiatan pelatihan pengabdian kepada masyarakat:

a. Pretest tentang Stunting:

Sebelum dimulainya kegiatan, akan dilakukan pretest untuk mengukur pengetahuan awal peserta tentang stunting. Pretest ini akan membantu dalam mengevaluasi peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan.

b. Penyuluhan dengan metode ceramah:

Peserta akan diberikan penyuluhan tentang stunting melalui metode ceramah. Materi yang akan disampaikan meliputi pengertian stunting, faktor penyebab, dan faktor risiko yang berkontribusi terhadap stunting. Selain itu, juga akan dijelaskan mengenai upaya yang dilakukan oleh pemerintah dalam menangani masalah stunting.

c. Metode diskusi dengan sesi tanya jawab:

Setelah penyuluhan, akan dilakukan sesi diskusi dua arah antara fasilitator dan peserta. Peserta diberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan, berbagi pengalaman, dan memberikan masukan terkait stunting. Diskusi ini akan memperdalam pemahaman peserta serta meningkatkan interaksi antara peserta dan fasilitator.

d. Post test dan Evaluasi:

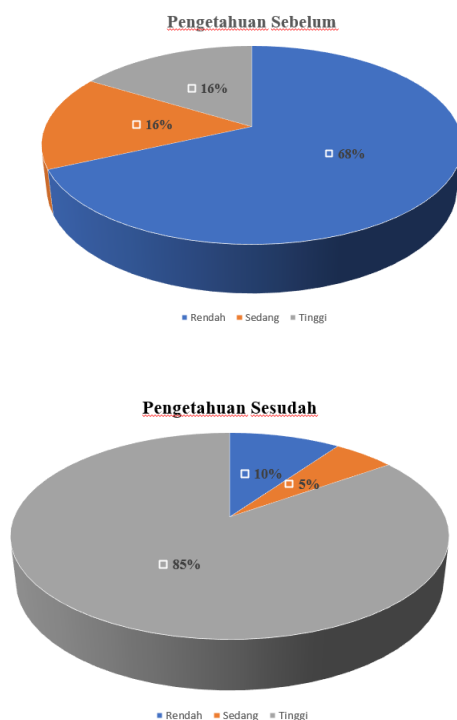
Setelah kegiatan penyuluhan dan diskusi selesai, akan dilakukan post test untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan. Selain itu, akan dilakukan evaluasi terhadap kegiatan secara keseluruhan, termasuk evaluasi terhadap materi, metode yang digunakan, serta kepuasan peserta terhadap kegiatan ini.

Dengan metode ceramah dan diskusi dua arah, diharapkan peserta pengabdian dapat memperoleh pengetahuan yang lebih baik

tentang stunting, serta memiliki pemahaman yang lebih mendalam mengenai upaya pencegahan dan penanganan stunting. Kegiatan ini juga memberikan kesempatan bagi peserta untuk berbagi pengalaman dan memberikan masukan, sehingga dapat terjadi interaksi yang bermanfaat antara peserta dan fasilitator. Melalui peningkatan pengetahuan dan pemahaman tentang stunting, diharapkan dapat tercipta kesadaran yang lebih besar dalam masyarakat dan upaya bersama dalam menurunkan kasus stunting di Purwokerto.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian Masyarakat Mengenai Stunting, Kegiatan diikuti oleh Pasien dan keluarga pasien di RS Hermina Purwokerto.



Gambar 1

Hasil didapatkan ini menunjukkan bahwa melalui kegiatan pengabdian masyarakat, pengetahuan ibu tentang gizi dapat meningkat secara signifikan dari hasil pengetahuan tinggi 16% sesudah diberikan edukasi meningkat jadi 85%. Peningkatan pengetahuan yang signifikan ini memberikan dampak positif, karena peserta sekarang memiliki pemahaman yang lebih mendalam tentang stunting. Dengan demikian, diharapkan peserta dapat menerapkan pengetahuan tersebut dalam kehidupan sehari-hari dan menjadi agen perubahan dalam masyarakat, baik dalam melakukan upaya pencegahan stunting maupun dalam memberikan informasi kepada orang lain tentang pentingnya mencegah stunting. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Wawan, 2011) terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang, antara lain pendidikan, umur, pekerjaan, lingkungan, dan sosial budaya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pendidikan memiliki pengaruh signifikan terhadap pengetahuan seseorang. Semakin tinggi tingkat pendidikannya, seseorang cenderung lebih mudah memahami informasi dan pengalaman yang diperoleh.

Pengetahuan orang tua tentang gizi memiliki peran penting dalam mencegah stunting pada anak. Pengetahuan yang baik tentang gizi memungkinkan orang tua untuk memberikan makanan yang seimbang dan

bergizi kepada anak mereka, serta mengadopsi praktik gizi yang sehat. Orang tua yang memiliki pengetahuan yang cukup tentang gizi akan memahami pentingnya memberikan asupan nutrisi yang memadai bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Mereka akan tahu jenis makanan yang diperlukan untuk memenuhi kebutuhan gizi anak, termasuk protein, karbohidrat, lemak, vitamin, dan mineral. Selain itu, pengetahuan tentang gizi juga melibatkan pemahaman mengenai porsi makan yang tepat, frekuensi pemberian makan, serta cara memasak yang mempertahankan kandungan nutrisi. Ketika orang tua memiliki pengetahuan yang baik tentang gizi, mereka akan mampu mengidentifikasi tanda-tanda stunting pada anak mereka. Mereka akan menyadari bahwa kekurangan gizi dan pola makan yang buruk dapat menyebabkan pertumbuhan yang terhambat, penurunan berat badan, dan masalah kesehatan lainnya pada anak. Dengan pengetahuan yang cukup, orang tua akan dapat mengambil tindakan yang tepat, seperti berkonsultasi dengan tenaga medis, memberikan makanan bergizi, dan melakukan perubahan pada pola makan anak mereka. Selain itu, pengetahuan tentang gizi juga berhubungan dengan perilaku orang tua terkait praktik gizi yang sehat. Misalnya, orang tua yang memahami pentingnya menyusui eksklusif pada bayi dan memberikan makanan pendamping ASI yang tepat saat anak mulai MPASI, akan

memberikan dampak positif terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak.

Selain itu, pengetahuan yang baik juga dapat membantu orang tua menghindari praktik pemberian makanan yang tidak sehat, seperti memberikan makanan tinggi gula dan lemak dalam jumlah berlebihan. Dalam rangka mencegah stunting pada anak, penting bagi pemerintah dan lembaga terkait untuk memberikan edukasi dan informasi yang komprehensif kepada orang tua tentang pentingnya gizi yang baik dan praktik gizi yang sehat.

Program-program pemberdayaan orang tua dan penyuluhan gizi dapat membantu meningkatkan pengetahuan orang tua dan kesadaran akan dampak pentingnya gizi yang baik terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak, serta pencegahan stunting. Menurut (Permatasari, 2021) menyebutkan bahwa cara makan yang sehat, frekuensi makan yang teratur, memberi makanan yang bergizi, dan mengontrol besar porsi yang dihabiskan akan meningkatkan status gizi pada balita. Hasil dari penelitian yang dilakukan oleh (Pormes et al., 2013) di TK Malae kat Pelindung Manado juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan orang tua tentang gizi dengan stunting pada anak usia 4-5 tahun dengan p value 0,000 ($<0,05$).

Salah satu faktor yang berperan penting dalam pencegahan stunting adalah

gizi yang optimal. Nutrisi yang memadai pada periode penting ini sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan otak, tulang, dan organ-organ tubuh lainnya. Ibu sebagai penjaga utama anak-anak memiliki peran yang sangat penting dalam memberikan nutrisi yang baik kepada anak-anaknya.

Namun, seringkali ibu tidak memiliki pengetahuan yang memadai tentang gizi yang seimbang dan penting untuk mencegah stunting pada anak. Kurangnya pengetahuan ini dapat menyebabkan ibu memberikan makanan yang tidak memenuhi kebutuhan gizi anak, seperti makanan yang rendah nutrisi atau kurang variasi makanan yang penting untuk pertumbuhan dan perkembangan yang sehat. Peningkatan pengetahuan ini juga mencerminkan keberhasilan metode ceramah dan diskusi dua arah yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini. Diskusi dua arah memberikan kesempatan bagi peserta untuk berinteraksi dengan fasilitator dan bertukar pikiran. Hal ini membantu peserta dalam memperoleh pengetahuan tambahan, memahami konteks lebih baik, dan

memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang stunting.

Dengan hasil yang positif ini, kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat memberikan dampak yang signifikan dalam peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang stunting. Hal ini merupakan langkah awal yang penting dalam upaya pencegahan dan penanggulangan stunting di komunitas yang dilayani. Selain itu, kegiatan pengabdian ini juga dapat menjadi contoh yang baik untuk kegiatan serupa di tempat lain, dengan memperhatikan metode yang efektif dan sesuai dengan karakteristik peserta. Hasil penelitian (Paramita et al., 2021) Hasil analisis menemukan bahwa ada kaitan lemah serta berpola negatif antara pengetahuan dan sikap ibu mengenai stunting pada kasus stunting beserta skala signifikansi (p) pengetahuan yaitu 0,038 juga sikap yaitu 0,011. Koefisien korelasi (r) pengetahuan yaitu -0,201 dan sikap yaitu -0,245. Hal ini menunjukkan semakin tinggi pengetahuan dan sikap ibu mengenai stunting maka semakin rendah angka kejadian stunting di Desa Tiga, Susut.

Gambar 2. Materi Penyuluhan Stunting



KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan orang tua tentang pencegahan stunting, dapat disimpulkan: Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk ceramah dan diskusi dua arah efektif dalam meningkatkan pengetahuan orang tua tentang stunting. Melalui pendekatan ini, berhasil menyampaikan informasi yang relevan dan memberikan kesempatan kepada orang tua untuk berinteraksi dan mendapatkan penjelasan lebih lanjut. Meningkatnya pengetahuan orang tua tentang stunting diharapkan dapat berdampak positif pada pencegahan stunting pada anak. Dengan memiliki pengetahuan yang cukup, orang tua dapat mengenali tanda dan gejala stunting, serta mengimplementasikan langkah-langkah pencegahan yang tepat, seperti memberikan nutrisi yang seimbang, pemberian ASI eksklusif, dan perawatan kesehatan yang teratur.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada semua pihak yang terlibat dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Kemkes RI. (2022). *Buku Saku Gizi 1000 HPK (Harapan, Pangan, Kebijakan)*.
Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar. *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*, 1–100.
<https://doi.org/10.24843/coping.2021.v09.i03.p11>
Paramita, L. D. A., Devi, N. L. P. S., & Nurhesti, P. O. Y. (2021). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Mengenai Stunting Dengan Kejadian Stunting Di Desa Tiga, Susut, Bangli. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 9(3), 323.
<https://doi.org/10.24843/coping.2021.v09.i03.p11>
Permatasari, T. A. E. (2021). Pengaruh Pola Asuh Pembrian Makan Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 14(2), 3.
<https://doi.org/10.24893/jkma.v14i2.527>
Pormes, W. E., Rompas, S., & Ismanto, A. Y. (2013). Hubungan Pengetahuan Orang Tua Tentang Gizi dengan Stunting Pada Anak Usia 4-5 Tahun di TK Malaekat Pelindung Manado. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
Wawan, A. D. (2011). *Teori & Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia*. Nuha Medika.