

## **Pencegahan Stunting Melalui Edukasi Gizi Serta Pola Hidup Bersih Dan Sehat Di Desa Setia Negara Kecamatan Baradatu Kabupaten Way Kanan**

**Bertalina<sup>1</sup>, Endang Sri Wahyuni<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> Program Studi D III Gizi, Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang, Bandar Lampung, Indonesia

### **Corresponding Author**

**Nama Penulis:** Bertalina

**E-mail:** [bertalina@poltekkes-tjk.ac.id](mailto:bertalina@poltekkes-tjk.ac.id)

### **Abstrak**

*Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada balita akibat kekurangan gizi kronis. Stunting dapat meningkatkan risiko kesakitan, kematian, penyakit degenerative, serta menurunnya perkembangan kognitif, aktivitas fisik, produktivitas. Faktor-faktor yang terkait dengan terjadinya stunting diantaranya adalah faktor pengetahuan, pola asuh,, sanitasi yang kurang, asupan gizi yang tidak adekuat, infeksi dan imunisasi tidak lengkap. Upaya penurunan stunting tidak hanya menjadi tugas untuk sektor kesehatan, tetapi juga lintas sektor. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang stunting, pola hidup sehat, gizi pada ibu hamil, ibu menyusui, maupun pemberian makan pada bayi dan anak (PMBA). Kegiatan pengabdian dilakukan dengan menggunakan metode edukasi gizi. Materi edukasi tentang stunting, gizi ibu hamil, ibu menyusui serta pemberian makanan pada bayi dan anak.. Sasaran kegiatan meliputi calon pengantin, ibu hamil, ibu balita, tenaga pendamping keluarga maupun kader posyandu di Desa Setia Negara. Pada akhir kegiatan, terjadi peningkatan pengetahuan peserta edukasi. Pertanyaan terkait materi yang semula tidak dapat dijawab oleh peserta pada awal kegiatan, dapat dijawab pada sesi akhir kegiatan. Peserta berkomitmen untuk berusaha menjalankan pola hidup bersih dan sehat serta mempraktekkan pemberian makan bagi ibu hamil, ibu menyusui, bayi dan balita sesuai anjuran. Komitmen peserta untuk melaksanakan anjuran merupakan modal utama untuk upaya pencegahan dan penurunan stunting*

**Kata kunci :** Stunting, Edukasi Gizi, Gaya Hidup Bersih dan Sehat

### **Abstract**

*Stunting is a growth failure condition in toddlers due to chronic malnutrition. Stunting can increase the risk of morbidity, death, degenerative diseases, and decrease cognitive development, physical activity and productivity. Factors related to stunting include knowledge, parenting, inadequate sanitation and nutritional intake, infection and incomplete immunization. Efforts to reduce stunting are not only a task for the health sector, but also across sectors. This Community Service activity aims to increase knowledge about stunting, clean and healthy lifestyles, nutrition for pregnant women, nursing mothers, and feeding infants and children (PMBA). Community service activities are carried out using the nutritional education method. Educational material were stunting, nutrition for pregnant women, breastfeeding mothers and feeding infants and children. The target of the activity included prospective brides, pregnant women, mothers under five, family companion and posyandu cadres in Setia Negara Village. There was an increase in the knowledge of the education participants. Questions related to the material which initially could not be answered by the participants at the beginning, could be answered at the end of the activity. Participants were committed to implementing a clean and healthy lifestyle and practicing feeding for pregnant women, nursing mothers, infants and toddlers according to recommendations. Participants' commitment to implementing recommendations is the main capital for efforts to prevent and reduce stunting*

**Keywords:** stunting, nutrition education, clean and healthy lifestyle

## PENDAHULUAN

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat dari kekurangan gizi kronis dan/atau infeksi berulang pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) sehingga menyebabkan anak terlalu pendek untuk usianya dan dapat ditentukan berdasarkan TB/U < -2SD pada kurva pertumbuhan WHO (De Onis & Branca, 2016). Stunting dapat meningkatkan risiko kesakitan dan kematian, terhambatnya perkembangan otak, motoric dan pertumbuhan mental pada anak (Amelia, 2019), menurunkan kapasitas fisik, produktivitas dan ekonomi (Prendergast & Humphrey, 2014), serta risiko penyakit degeneratif pada usia dewasa (WHO, 2018). Stunting terjadi karena multifaktor yaitu faktor rumah tangga dan keluarga seperti pengetahuan, pola asuh, ketersediaan pangan dan sanitasi yang kurang baik, faktor pemberian ASI dan MP-ASI yang tidak adekuat, faktor infeksi seperti riwayat malaria, diare, dan imunisasi yang tidak lengkap, serta faktor masyarakat dan sosial seperti keadaan ekonomi, pelayanan kesehatan, dan budaya. Praktik pemberian makan pada anak yang tidak tepat seperti ketidakefektifan pemberian ASI Eksklusif (khususnya pemberian ASI non eksklusif) dan pemberian makanan pendamping yang terbatas dalam hal jumlah, kualitas dan variasi jenisnya berkontribusi terhadap terjadinya stunting (WHO, 2018). Penyebab terjadinya stunting yang multifactor, maka upaya penurunan stunting tidak hanya menjadi tugas untuk sektor kesehatan, tetapi juga lintas sektor.

Upaya pencegahan dan penurunan stunting di daerah di bawah koordinator BKKBN. Menurut Menteri Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (PPPA), stunting merupakan kegagalan tumbuh kembang pada anak akibat dari pola asuh, pola makan yang kurang baik dan sanitasi yang kurang layak (Kementerian PPPA, 2022). Upaya pencegahan terhadap terjadinya stunting sangat efektif dilakukan pada 1000 hari kehidupan seorang anak. Periode ini meliputi 270 hari selama kehamilan, dan 730 hari pertama setelah bayi yang dilahirkan. Seribu hari kehidupan seorang anak terbukti secara ilmiah merupakan periode kritis yang menentukan kualitas kehidupan (Kemenkes, 2016). Upaya percepatan penurunan stunting di Indonesia dilakukan dengan 5 (lima) strategi nasional yang tercantum dalam Peraturan Presiden No. 72 tahun 2021. Upaya ini dimulai dari meningkatkan komitmen serta visi kepemimpinan di kementerian atau lembaga, pemerintah daerah (PEMDA) provinsi/kabupaten/ kota, dan pemerintah desa. Upaya ini dilakukan dengan meningkatkan komunikasi, perlunya perubahan pada perilaku dan pemberdayaan masyarakat; meningkatkan konvergensi melalui intervensi spesifik dan sensitif di kementerian/lembaga, pemerintah daerah provinsi/kabupaten/kota maupun pemerintah desa. Selain itu, ketahanan pangan dan gizi pada tingkat individu, keluarga, dan masyarakat perlu untuk ditingkatkan. Institusi yang bertugas sebagai koordinator pelaksanaan percepatan penurunan stunting di lapangan adalah BKKBN atau DP2KBP3A (Dinas Pengendalian Penduduk, Keluarga Berencana, Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak) (Kemensekneg, 2021). Penurunan stunting dilakukan melalui aksi berupa pendekatan dan pendampingan keluarga yang berisiko stunting, pendampingan terhadap semua calon pengantin/calon Pasangan Usia Subur (PUS), surveilans pada keluarga berisiko stunting, serta audit kasus stunting (BKKBN, 2021).

Indonesia merupakan salah satu negara dengan prevalensi stunting cukup tinggi jika dibandingkan negara-negara berpendapatan menengah lainnya. Menurut hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022, prevalensi stunting dalam 4 tahun terakhir adalah 27,7% tahun 2018, 26,26% pada tahun 2019, 18,5% tahun 2021 dan 15,2% pada tahun 2022. Prevalensi stunting dalam 3 tahun terakhir cenderung mengalami penurunan, namun prevalensinya masih melebihi 14% . Hasil survei status gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 angka prevalensi stunting di Kabupaten Way Kanan sebesar 18,4% yang berarti di atas prevalensi di Provinsi Lampung yaitu sebesar 15,2% (Kemenkes, 2023)

Kampung Setia Negara, Kecamatan Baradatu, Kabupaten Way Kanan ditetapkan sebagai lokus stunting berdasarkan Surat Keputusan Bupati Way Kanan nomor: B 91/V.01-WK/HK/2022 tentang Penetapan Lokasi prioritas Kampung Stunting Tahun Anggaran 2023. Kampung Setia Negara merupakan kampung yang padat dan letaknya yang strategis, maka kampung ini termasuk dalam

---

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

status kampung maju berdasarkan berita acara penetapan status desa tahun 2022. Luas wilayah Kampung Setia Negara adalah 820 km<sup>2</sup>, yang terdiri dari 5 dusun, 24 RT dengan jumlah KK 1503. Jumlah penduduk di Kampung Setia Negara adalah 4.884 jiwa dengan rincian laki-laki 2.456 jiwa dan perempuan 2.428 jiwa. Sebagian besar penduduknya bekerja pada sektor perkebunan dan pertanian. Pada tahun 2020 Kecamatan Baradatu telah mencapai 100% Stop Buang Air Besar Sembarangan (Stop BABS) dimana 22 kampung/ kelurahannya sudah melaksanakan Sanitasi Total Berbasis Masyarakat (STBM). Namun masih ditemukan balita stunting di Kampung Setia Negara sebanyak 14 balita. Penyebabnya antara lain adalah asupan zat gizi yang tidak mencukupi pada bayi dan balita, ibu hamil dan ibu menyusui sebagai akibat kurangnya pengetahuan tenaga pendamping keluarga, kader posyandu tentang stunting dan gizi bagi ibu hamil, ibu menyusui, bayi dan balita.

Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pemahaman dan kepedulian terhadap masalah stunting pada anak adalah dengan pemberian edukasi tentang stunting. Edukasi sangat penting dilakukan untuk meningkatkan pemahaman ibu tentang bahaya stunting serta upaya pencegahannya dengan menerapkan praktik pemberian makan yang benar bagi ibu hamil, ibu menyusui, bayi dan anak.

## **METODE**

Pengabdian kepada masyarakat ini merupakan kegiatan insidental yang dilakukan dengan metode edukasi. Kegiatan ini merupakan kegiatan kerjasama dengan Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Provinsi Lampung, dan Dinas KB Kabupaten Way Kanan. Kegiatan dilaksanakan pada 22 Juni 2023, bertempat di Balai Desa Kampung Setia Negara. Sasaran kegiatan adalah calon pengantin, ibu hamil, ibu balita, tenaga pendamping keluarga dan kader posyandu. Metode pelaksanaan kegiatan adalah dengan melakukan edukasi dan praktek pembuatan MPASI. Evaluasi kegiatan dilakukan dengan memperhatikan proses selama kegiatan berlangsung, dan kemampuan peserta untuk menjawab pertanyaan terkait materi tentang stunting, gizi pada ibu hamil, ibu menyusui, serta pemberian makanan bagi bayi dan anak.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **1. Tahap Persiapan**

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bekerjasama dengan Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Provinsi Lampung, sebagai upaya untuk pencegahan dan percepatan penurunan prevalensi Stunting di Provinsi Lampung. Kegiatan tahap pertama adalah melakukan survey dan wawancara kepada Dinas KB Kabupaten Way Kanan oleh Dinas PPPA Provinsi Lampung untuk mendapatkan data berkaitan dengan kampung lokus stunting berikut permasalahannya. Pada tahapan ini, tim mendata dan mencatat semua informasi terkait stunting di Kampung Setia Negara dan diperoleh data jumlah balita stunting di Kampung Setia Negara adalah 14 anak. Tahap kedua adalah menentukan waktu pelaksanaan kegiatan bersama dengan pihak kabupaten. Adapun terkait dengan teknis pelaksanaan kegiatan berkoordinasi dan bekerjasama dengan Kepala Desa dan bidan Kampung Setia Negara. Kepala desa mengundang kelompok sasaran untuk hadir untuk mengikuti kegiatan edukasi. Sasaran kegiatan adalah calon pengantin, ibu hamil, ibu menyusui, ibu balita, tenaga pendamping keluarga, dan kader posyandu Kampung Setia Negara.

### **2. Tahap Pelaksanaan**

Kegiatan edukasi dilakukan pada tanggal 22 Juni 2023 bertempat di Balai Desa Kampung Setia Negara. Kegiatan dihadiri oleh 44 peserta yang terdiri dari calon pengantin, ibu hamil, ibu balita, tenaga pendamping dan kader posyandu. Kegiatan juga dihadiri oleh kepala desa, bidan desa, Kabid Dinas PPPA Provinsi Lampung. Sebelum penyampaian materi edukasi, acara diawali dengan pembukaan oleh Dinas PPPA Provinsi Lampung yang diwakili oleh Kabid Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana. Selanjutnya penyampaian materi dari Ka Dinas KB Kabupaten

---

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

Way Kanan, dilanjutkan dengan penyampaian materi oleh Bertalina, SKM., M.Kes yang meliputi materi tentang pengertian stunting, penyebab dan dampaknya, upaya pencegahan dan penanggulangannya melalui PHBS, serta pemenuhan kebutuhan zat gizi pada ibu hamil, ibu menyusui, bayi dan anak. Materi pemberian makan bayi dan anak meliputi inisiasi menyusui dini (IMD), ASI eksklusif, MP-ASI dan menyusui sampai usia 2 tahun MPASI atau Makanan Pendamping Air Susu Ibu merupakan makanan yang diberikan kepada bayi/ anak untuk tujuan melatih seorang bayi mengonsumsi makanan dengan kandungan zat gizi sesuai umurnya, karena ASI tidak bias lagi memenuhi kebutuhan zat gizi ketika bayi mulai berumur 6 bulan (Kemenkes, 2018)



**Gambar 1.**  
Penyampaian materi edukasi

Pemberian MPASI disesuaikan dengan umur bayi, baik meliputi tekstur, volume dan zat gizinya. Pada umur 6 bulan bayi diberikan makanan puree (bubur kental) dengan energi 200 kkal/hari, yang diberikan dalam 2 kali pemberian makan masing-masing 2-3 sendok makan. Saat usia 6-9 bulan, diberikan makanan bertekstur puree maupun lumat, energi ditingkatkan menjadi 250 kkal/hari dengan frekuensi pemberian makan 2-3 kali dan 1-2 kali makanan selingan. Saat anak berumur 9 -12 bulan diberikan makanan berbentuk cincang halus, cincang kasar maupun makanan yang bisa dipegang, mengandung energi 300 kkal/ hari dengan frekuensi pemberian 3-4 kali sehari disertai 1-2 kali makanan selingan. Pada saat umur 12 -24 bulan, seorang anak sudah bisa diberikan makanan keluarga yang mengandung energi 550 kkal/ hari dengan frekuensi pemberian 3-4 kali dan makanan selingan 1-2 kali/ hari (IDAI, 2018).

Pelaksanaan edukasi menggunakan media LCD, dilengkapi dengan alat pengeras suara. Kesempatan untuk bertanya diberikan kepada peserta jika ada materi yang belum biasa dipahami. Selama proses penyampaian materi, peserta menyimak materi dengan seksama. Pertanyaan disampaikan oleh peserta edukasi tentang bagaimana mengatasi anak yang tidak mau makan nasi. Nasi merupakan golongan makanan pokok, yang bias digantikan oleh jenis makanan lain seperti singkong, bihun, kentang dsb. Untuk dapat merangsang nafsu makan anak, maka dibutuhkan ketelatenan seorang ibu agar dapat mengolah makanan sesuai yang disukai anak, dengan tetap memperhatikan kaidah-kaidah dalam pemberian makannya

### 3. Monitoring dan Evaluasi

Evaluasi dari hasil edukasi dilakukan dengan memberikan pertanyaan pada awal dan akhir kegiatan. Pertanyaan disampaikan secara lisan oleh pemateri. Sebagian besar pertanyaan pada awalnya tidak bisa dijawab oleh peserta edukasi, dan ketika pertanyaan tersebut ditanyakan ulang pada akhir acara ternyata sebagian peserta dapat menjawab pertanyaan dengan baik. Mengingat dampak stunting yang merugikan, peserta edukasi berkomitmen untuk menjalankan pola hidup bersih dan sehat serta memenuhi kebutuhan zat gizi pada fase sebelum hamil, hamil, menyusui dan

saat bayi maupun balita. Kader diharapkan dapat mendampingi ibu hamil, ibu menyusui, dan ibu balita dalam pemberian makan berdasarkan konsep gizi seimbang.

## **KESIMPULAN**

Pengetahuan peserta meningkat, terutama pengetahuan tentang stunting, pencegahan dengan PHBS serta pemenuhan zat gizi pada ibu hamil, ibu menyusui, bayi dan balita. Peserta juga siap untuk menerapkan pola hidup sehat serta mempraktekkan pemberian makan bagi ibu hamil, menyusui, bayi dan anak. Tenaga pendamping keluarga, kader posyandu diharapkan dapat secara proaktif melakukan pendampingan pada calon pengantin, ibu hamil, ibu menyusui maupun ibu balita. Pemerintah desa perlu aktif untuk memonitoring keberadaan balita stunting di wilayah kerjanya. Petugas kesehatan, maupun kader posyandu juga diharapkan dapat memotivasi ibu hamil untuk memeriksakan kehamilan secara teratur, mendorong pemberian ASI eksklusif dan pemberian makanan tambahan sesuai anjuran.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan terimakasih kepada Direktur Politeknik Kesehatan Tanjungkarang, Kepala Dinas PPPA Provinsi Lampung, Kepala Dinas PP dan KB Kabupaten Lampung Utara atas penugasan yang diberikan kepada kami sebagai narasumber. Ucapan terima kasih kepada Kepala Desa Suka Menanti beserta perangkat dan masyarakat dan Kapus PPM (Kepala Pusat Penelitian dan Pengabdian kepada masyarakat) atas kerjasamanya dalam pelaksanaan kegiatan

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Amelia, R. R. (2019). Prevalensi dan Zat Gizi Mikro dalam Penanganan Stunting. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 6(2), 138–145. <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kesehatan/article/view/2193>
- BKKBN (2021). *Kebijakan dan Strategi Percepatan Penurunan Stunting*. Jakarta : BKKBN
- De Onis, M., & Branca, F. (2016). *Childhood stunting: a global perspective*. <https://doi.org/10.1111/mcn.12231>
- IDAI (2018). *Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI)*. UKK Nutrisi Dan Penyakit Metabolik IDAI. <https://www.idai.or.id/artikel/klinik/asi/pemberian-makanan-pendamping-air-susu-ibu-mpasi>
- Kemkes (2016). *Infodatin : Situasi balita pendek*. Kementerian Kesehatan RI : Pusat Data Dan Informasi. <https://www.kemkes.go.id/article/view/16090700002/situasi-balita-pendek-di-indonesia.html>
- Kemkes. 2018. *Apa itu MP ASI? Apa Pengaruhnya untuk Perkembangan Bayi?* Jakarta: Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat Diakses dari <https://promkes.kemkes.go.id/?p=8929>
- Kementerian PPPA (2022). "Sambutan Menteri PPPA : Siaran Pers Nomor: B-144/SETMEN/HM.02.04/03/2022. Jakarta: Biro Hukum. <https://www.kemenpppa.go.id/index.php/page/read/29/3776/menteri-pppa-cegah-stunting-dimulai-dari-pola-pengasuhan-anak-yang-baik/p/K3206508>
- Kemkes RI. (2023). *Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kemensekneg RI (2021). *Peraturan Presiden No 72 Tahun 2021 Tentang Percepatan Penurunan Stunting di Indonesia*. <https://stunting.go.id/perpres-nomor-72-tahun-2021-tentang-percepatan-penurunan-stunting/>

- Prendergast, A. J., & Humphrey, J. H. (2014). The stunting syndrome in developing countries. *Paediatrics and International Child Health*, 34(4), 250–265. <https://doi.org/10.1179/2046905514Y.0000000158>
- Siregar KA, Suparmi, Buchari D. 2018. Kajian Mutu Surimi Udang Rebon (acetes erytraeus) dengan Penambahan Protektan yang Berbeda. *Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Perikanan dan Kelautan* Volume (5) 2018. <https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMFAPERIKA/article/view/18953/18322>
- WHO (2018). WHO Global target 2025: Stunting policy brief. <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-NMH-NHD-14.3>