

EDUKASI DAN INTERVENSI GIZI DALAM PENCEGAHAN STUNTING PADA ANAK DI KECAMATAN BULU KABUPATEN BULUKUMBA

Fitri Adriani¹, Erniawati², Sumarni³, Lilis Suryani⁴, Ningsi Angraeni⁵

^{1,4,5*} Universitas Almarisah Madani, Kota Makassar, Sulawesi Selatan, 90241

^{2,3} Akademik Kebidanan Tahirah Al Baeti, Jl Abdul Azis No 70, Bulukumba, Sulawesi Selatan, 92511

*e-mail: penulis-korespondensi: fitriat795@gmail.com

ABSTRACT

Stunting is a health issue that affects children's growth and development, particularly in economically disadvantaged areas. The primary cause of stunting is chronic malnutrition that occurs from pregnancy until the child is two years old. Stunting can hinder cognitive and physical development, leading to reduced productivity in the future. Therefore, nutrition education and dietary interventions are key strategies in preventing stunting. This community engagement program aims to enhance mothers' understanding of stunting and provide appropriate nutritional interventions to prevent stunting in children. The program was conducted in ujung bulu district, bulukumba regency, and was attended by 20 mothers with stunted children. The methods used included counseling, interactive discussions, and the provision of nutritious supplementary foods. The results showed a 70% increase in participants' knowledge and heightened awareness of providing better nutritional intake for their children. Additionally, the nutritional interventions carried out in this program resulted in an increase in children's weight and height within one month after the program was implemented. The conclusion of this program is that nutrition education and intervention have a positive impact on mothers' nutritional knowledge and practices, as well as on children's growth. Therefore, similar programs should be continued and developed through collaboration with various stakeholders.

Keyword: Nutrition Education, Nutritional Intervention, Child Health, Stunting

ABSTRAK

Stunting merupakan masalah kesehatan yang berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan anak, terutama di daerah dengan tingkat ekonomi rendah. Penyebab utama stunting adalah kekurangan gizi kronis yang terjadi sejak masa kehamilan hingga usia dua tahun. Stunting dapat menghambat perkembangan kognitif dan fisik anak, yang berakibat pada rendahnya produktivitas di masa depan. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman ibu tentang stunting dan memberikan intervensi gizi yang sesuai guna mencegah stunting pada anak. Kegiatan ini dilaksanakan di Kecamatan Ujung Bulu, Kabupaten Bulukumba, dengan dihadiri oleh 20 ibu yang memiliki anak stunting. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan, diskusi interaktif, serta pemberian makanan tambahan bergizi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta sebesar 70% serta peningkatan kesadaran dalam menyediakan asupan gizi yang lebih baik bagi anak-anak mereka. Selain itu, intervensi gizi yang dilakukan dalam program ini menunjukkan peningkatan berat dan tinggi badan anak dalam satu bulan setelah pelaksanaan kegiatan. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah bahwa edukasi dan intervensi gizi memberikan dampak positif terhadap pemahaman dan praktik gizi ibu serta pertumbuhan anak. Oleh karena itu, program serupa perlu dilanjutkan dan dikembangkan dengan kolaborasi berbagai pihak.

Kata kunci: Edukasi Gizi, Kesehatan Anak, Stunting

Pendahuluan

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh akibat kekurangan gizi kronis yang terjadi pada anak sejak dalam kandungan hingga usia dua tahun. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan, angka stunting di Indonesia masih cukup tinggi. Faktor utama yang menyebabkan stunting meliputi kurangnya asupan gizi yang memadai, infeksi berulang, serta praktik pemberian makan yang kurang baik. Selain itu, faktor ekonomi dan sosial juga turut berkontribusi terhadap tingginya angka stunting di beberapa daerah (Wells et al., 2021)

Pada tahun 2020, data dari WHO menunjukkan bahwa prevalensi stunting pada balita mencapai 22%, yang setara dengan 149,2 juta anak. Dibandingkan dengan tahun 2019, angka stunting mengalami penurunan, dari 22,4% (152 juta anak) menjadi 22%. Namun, penurunan ini terbilang sangat sedikit, yaitu hanya sebesar 0,4% (WHO, 2021). (Torgerson et al., 2015)

Di Indonesia, prevalensi stunting pada balita tergolong tinggi. Berdasarkan Survei Status Gizi Balita Indonesia tahun 2019, prevalensi stunting tercatat sebesar 27,7% (Kemenkes, 2019), mengalami penurunan 3,1% dibandingkan dengan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 yang menunjukkan angka 30,8%. Jika kita bandingkan Riskesdas tahun 2018 dengan tahun 2013 (37,2%), terjadi penurunan prevalensi stunting sebesar 6,4%. (Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), 2018)

Masalah kurang gizi dan stunting saling berkaitan. Stunting merupakan kondisi di mana pertumbuhan dan perkembangan anak balita terhambat akibat kekurangan gizi kronis, sehingga tinggi badan anak tidak sesuai dengan usianya. Kekurangan gizi ini bisa terjadi sejak masa kehamilan dan pada 1.000 hari pertama kehidupan setelah lahir. Meskipun stunting tidak terlihat secara fisik saat lahir, dampaknya baru terlihat ketika anak berusia dua tahun. Secara teknis, stunting diartikan sebagai tinggi badan menurut usia yang berada di bawah -2 standar deviasi berdasarkan kurva pertumbuhan. (Yoseph & Beyene, 2020).

Menurut Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 1995/MENKES/SK/XII/2010 mengenai Standar Antropometri untuk Penilaian Status Gizi Anak, seorang balita dianggap mengalami stunting jika nilai z-score-nya berada di antara -3 SD hingga kurang dari -2 SD. Sementara itu, jika z-score-nya di bawah -3 SD, anak tersebut dikategorikan sebagai sangat pendek.

Penanganan stunting pada balita perlu dilakukan dengan serius, karena dampaknya dapat menghambat pertumbuhan fisik, perkembangan motorik dan verbal, serta memengaruhi kecerdasan anak. Selain itu, anak yang mengalami stunting lebih rentan terhadap penyakit, baik menular maupun tidak menular, dan berisiko mengalami penurunan produktivitas di masa dewasa, serta berpotensi mengalami overweight dan obesitas. Jika masalah overweight dan obesitas ini tidak ditangani, risiko penyakit degeneratif di masa depan akan meningkat. (Opara, 2012).

Ada berbagai faktor penyebab stunting pada balita. Menurut Trihono, penyebab langsung stunting berkaitan dengan asupan gizi dan adanya penyakit akibat infeksi. Sementara itu, faktor tidak langsung meliputi ketahanan pangan keluarga, pola asuh, pola makan, kesehatan lingkungan, dan pelayanan kesehatan. Semua faktor tidak langsung ini berakar pada pendidikan ibu, kemiskinan, disparitas sosial, budaya, kebijakan pemerintah, dan politik.

Menurut teori gizi, asupan nutrisi yang seimbang sangat penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Makronutrien seperti protein, karbohidrat, dan lemak, serta mikronutrien seperti zat besi, kalsium, dan vitamin A, D, E, dan K, memainkan peran krusial dalam mencegah stunting. Kekurangan gizi yang berkepanjangan dapat menghambat perkembangan sel dan organ tubuh anak sehingga berdampak pada kemampuan kognitif serta kesehatan jangka panjangnya.

Sejumlah penelitian telah membuktikan bahwa intervensi gizi yang tepat dapat mengurangi angka stunting secara signifikan. Studi oleh Black et al. (2013) dalam *The Lancet* menunjukkan bahwa program intervensi gizi, terutama yang berfokus pada 1.000 hari pertama kehidupan, mampu meningkatkan status kesehatan dan pertumbuhan anak secara substansial. Selain itu, penelitian oleh World Bank (2020) menekankan bahwa pendekatan multisektoral yang melibatkan sektor kesehatan, pendidikan, dan ekonomi sangat efektif dalam menekan angka stunting.

Di Kecamatan Ujung Bulu, Kabupaten Bulukumba, masih banyak anak yang mengalami stunting akibat kurangnya pemahaman masyarakat terhadap pola makan sehat dan pentingnya pemberian gizi yang cukup sejak dini. Stunting tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik anak tetapi juga pada perkembangan kognitif, yang dapat berpengaruh terhadap prestasi akademik dan produktivitas di masa depan. Oleh karena itu, intervensi melalui edukasi dan peningkatan asupan gizi menjadi langkah yang sangat penting untuk dilakukan guna menekan angka stunting (Bulukumba & Khatima, 2024).

Pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman ibu-ibu tentang pentingnya gizi dalam mencegah stunting serta memberikan intervensi berupa makanan tambahan bergizi. Selain itu, program ini juga bertujuan untuk mendorong perubahan perilaku dalam pola asuh dan pemberian makanan kepada anak guna mencapai tumbuh kembang yang optimal.

Metode

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di kecamatan ujung bulu kabupaten bulukumba pada bulan desember 2024. Sasaran adalah semua ibu yang mempunyai anak dengan status stunting yang bertempat tinggal Kecamatan Ujung Bulu, Kab Bulukumba, khususnya di Kelurahan Bintarore Jumlah keseluruhan yang mengikuti kegiatan adalah 20 orang. Penelitian ini melalui 3 tahapan yaitu tahapan persiapan, pelaksanaan pengukuran dan terakhir penelitian hasil penelitian. Tahap persiapan dilaksanakan dengan koordinasi dengan pemerintah dan kader setempat untuk pendataan anak yang mengalami stunting. Tahapan pelaksanaan Melakukan pretest (menggali pengetahuan pemahaman ibu tentang stunting dan nutrisi kemudian mengadakan sesi edukasi dengan presentasi yang menjelaskan pentingnya asupan gizi selama kehamilan. Serta menyalurkan telur kepada peserta, menjelaskan cara menyimpannya dan pengolahan dengan baik, setelah itu diskusi interaktif : mengadakan sesi tanya jawab untuk menjawab pertanyaan peserta mengenai nutrisi dan kesehatan ibu hamil. Tahapan evaluasi ada beberapa seperti evaluasi pengetahuan sebelum dan setelah kegiatan untuk mengukur perubahan pemahaman peserta tentang nutrisi dan stunting. Untuk umpan balik peserta mengenai materi yang disampaikan dan efektivitas kegiatan, Menganalisis data untuk menilai dampak kegiatan dan menentukan langkah-langkah perbaikan untuk kegiatan selanjutnya. metode ini, peserta tidak hanya mendapatkan pengetahuan tetapi juga langsung menerima sumber gizi yang dapat mereka gunakan.

Target

Respon peserta terhadap kegiatan menunjukkan antusiasme dan tanggapan yang baik, sehingga kegiatan dapat berjalan dengan lancar sesuai dengan tujuan dan harapan dari pelaksanaan kegiatan ini.ibu memahami tentang pentingnya nutrisi saat hamil sebagai Upaya untuk mencegah terjadinya stunting.

Luaran kegiatan

Berikut ini beberapa dokumentasi (foto) hasil pelaksanaan kegiatan tersebut.



Gambar 1. Dokumentasi



Gambar 2. Dokumentasi Pengukuran TB



Adapun luaran dari kegiatan pengabdian ini selain publikasi pada jurnla ilmiah di harapkan ibu dapat memahami tentang pentingnya gizi sebagai Upaya untuk mencegah terjadinya stunting.

Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema " edukasi dan intervensi gizi dalam pencegahan stunting pada anak di kelurahan bintarore, kecamatan ujung bulu, kabupaten bulukumba" bertujuan untuk meningkatkan kesadaran ibu mengenai pentingnya asupan gizi, pada anak sebagai upaya untuk mencegah stunting. Pembahasan berikut merangkum aspek-aspek penting dari pelaksanaan kegiatan ini.

1. Dampak edukasi terhadap pemahaman peserta

Setelah sesi edukasi dan diskusi interaktif, mayoritas peserta mengalami peningkatan pemahaman mengenai pentingnya gizi seimbang dalam mencegah stunting. Berdasarkan hasil wawancara dan survei yang dilakukan setelah kegiatan, 85% peserta menyatakan bahwa mereka sebelumnya tidak memahami secara mendalam dampak dari kekurangan gizi jangka panjang pada anak-anak mereka. Beberapa peserta juga mengungkapkan bahwa mereka lebih cenderung memberikan makanan instan dibandingkan makanan alami yang kaya nutrisi. Melalui edukasi ini, para ibu mulai memahami pentingnya pemberian makanan bergizi dan pola makan sehat bagi anak-anak mereka.

2. Efektivitas Intervensi Gizi

Intervensi gizi dalam kegiatan ini mencakup pemberian makanan tambahan bergizi yang terdiri dari susu, telur, dan makanan kaya protein lainnya. Berdasarkan pengukuran ulang berat dan tinggi badan anak-anak setelah satu bulan intervensi, terjadi peningkatan berat badan rata-rata sebesar 0,8 kg dan peningkatan tinggi badan sebesar 0,5 cm. Meskipun perubahan ini masih tergolong kecil dalam jangka pendek, hal ini menunjukkan bahwa pemberian makanan bergizi dapat memberikan dampak positif terhadap pertumbuhan anak. Selain itu, para peserta juga diajarkan cara mengolah makanan bergizi dengan bahan yang mudah didapat di lingkungan sekitar. Sebagai contoh, ibu-ibu diajarkan cara membuat bubur kacang hijau yang kaya akan protein dan zat besi, serta cara memasak sayuran dengan metode yang dapat mempertahankan kandungan nutrisinya. Hasil observasi menunjukkan bahwa setelah edukasi, sekitar 75% peserta mulai menerapkan pola makan lebih sehat bagi anak-anak mereka.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi stunting

Dalam diskusi yang dilakukan selama program ini, ditemukan bahwa beberapa faktor utama yang berkontribusi terhadap tingginya angka stunting di Kelurahan Bintarore meliputi;

a. Kurangnya Pengetahuan gizi

Sebelum mengikuti program ini, sebagian besar ibu tidak memahami pentingnya asupan nutrisi seimbang dalam 1.000 hari pertama kehidupan anak.

b. Faktor Ekonomi

Keterbatasan ekonomi menyebabkan banyak keluarga sulit untuk menyediakan makanan bergizi bagi anak-anak mereka.

c. Praktik Pemberian Makan Yang Tidak Sesuai

Beberapa ibu mengaku sering memberikan makanan pendamping ASI yang kurang bernutrisi atau tidak sesuai dengan kebutuhan gizi anak

Kesimpulan

Setelah kegiatan berlangsung, dilakukan evaluasi terhadap pemahaman peserta dengan menggunakan pre-test dan post-test. Hasil menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan sebesar 70% tentang pentingnya gizi dalam pencegahan stunting. Selain itu, ibu-ibu menunjukkan komitmen untuk menerapkan pola makan sehat bagi anak-anak mereka. Dengan demikian, upaya pengabdian masyarakat ini tidak hanya berkontribusi pada peningkatan pengetahuan, tetapi juga pada kesehatan jangka panjang bagi generasi mendatang.

Rekomendasi

Untuk meningkatkan efektivitas program ini, perlu adanya tindak lanjut berupa;

1. Monitoring dan Evaluasi Berkala

Pemeriksaan rutin terhadap anak-anak yang mengalami stunting perlu dilakukan secara berkala untuk memantau perkembangan mereka setelah mengikuti intervensi gizi

2. Pelatihan berkelanjutan

Program edukasi perlu terus dilakukan dengan melibatkan tenaga kesehatan setempat agar ibu-ibu dapat memahami pentingnya gizi anak secara mendalam.

3. Kolaborasi dengan pihak Lain

Pemerintah daerah, Puskesmas, dan lembaga sosial perlu turut serta dalam penyediaan makanan bergizi bagi keluarga yang kurang mampu

Saran

Di harapkan kepada tenaga bidan agar dapat meningkatkan pelayanan Kesehatan terutama memberikan pelayanan prenatal.

Ucapan Terima Kasih

Kami mengucapkan terima kasih kepada Lingkungan Bintarore atas dukungannya dalam menjalankan kegiatan ini. Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya juga tak lupa kami ucapkan kepada kader Kesehatan, Dosen Akbid Tahirah Al Baeti dan seluruh ibu ibu peserta yang telah berpartisipasi serta bersedia terlibat dalam kegiatan ini.

Daftar Pustaka

- Bulukumba, D. K., & Khatima, H. (2024). *Optimalisasi Nutrisi Ibu Hamil : Strategi Preventif Untuk Mencegah Stunting Pada Anak : Sebuah Program Pengabdian Kepada Masyarakat*. 6(October), 25–32.
- Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., & Maternal and Child Nutrition Study Group. (2013). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *The Lancet*, 382(9890), 427–451.
- Dewey, K. G., & Begum, K. (2011). Long-term consequences of stunting in early life. *Maternal & Child Nutrition*, 7(S3), 5–18.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). Laporan Stunting di Indonesia
- Opara, K. (2012). The Impact of Intestinal Parasitic Infections on the Nutritional Status of Rural and Urban School-Aged Children in Nigeria. *International Journal of MCH and AIDS (IJMA)*, 1(1), 73–82.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes* (p. hal 156).
- Torgerson, P. R., Devleesschauwer, B., Praet, N., Speybroeck, N., Willingham, A. L., Kasuga, F., Rokni, M. B., Zhou, X. N., Fèvre, E. M., Sripa, B., Gargouri, N., Fürst, T., Budke, C. M., Carabin, H., Kirk, M. D., Angulo, F. J., Havelaar, A., & de Silva, N. (2015). World Health Organization Estimates of the Global and Regional Disease Burden of 11 Foodborne Parasitic Diseases, 2010: A Data Synthesis. *PLoS Medicine*, 12(12), 1–22.
- Victora, C. G., de Onis, M., Hallal, P. C., Blössner, M., & Shrimpton, R. (2010). Worldwide timing of growth faltering: revisiting implications for interventions. *Pediatrics*, 125(3), e473–e480
- Wells, J. C. K., Marphatia, A. A., Amable, G., Siervo, M., Friis, H., Miranda, J. J., Haisma, H. H., & Raubenheimer, D. (2021). The future of human malnutrition: rebalancing agency for better nutritional health. *Globalization and Health*, 17(1), 1–25. <https://doi.org/10.1186/s12992-021-00767-4>
- WHO. (2021). Child Growth and Nutrition
- World Bank. (2020). Repositioning Nutrition as Central to Development: A Strategy for Large Scale Action
- Yoseph, A., & Beyene, H. (2020). The high prevalence of intestinal parasitic infections is associated with stunting among children aged 6–59 months in Boricha Woreda, Southern Ethiopia: A cross-sectional study. *BMC Public Health*, 20(1), 1–13.