

PENYULUHAN PEMENUHAN GIZI DALAM PENCEGAHAN STUNTING PADA BALITA DI DESA RAWANG ITEK KEC. PANTON LABU KAB. ACEH UTARA

Dian Vita Sari¹, Fatmawati¹, M.Nasir², Saifuddin Muhammad Jalil³, Dedy Ahmady¹

¹Akademi Keperawatan Kesdam Iskandar Muda Lhokseumawe

²Politeknik Negeri Lhokseumawe

³Universitas Malikussaleh

Korespondensi: dian2783@gmail.com

ABSTRACT

One of the health problems that still exist in Indonesia is the death of children under five years of age (toddlers) that malnutrition status is still be the big cause. The condition of providing nutrition to children in Indonesia is very bad compared to the nutrition of children in the world. Therefore, this is a very important to children get good and balanced nutritional intake to support the child's growth in the future and permanently and at high risk, namely stunting. **The purpose** of this community service is to provide counseling on nutrition fulfillment in preventing stunting in toddlers. **The method** of implementing community service is directly using counseling methods, and physical examination of toddlers at posyandu in Rawang Itek Village, Panton Labu District, North Aceh Regency with the mothers who have toddlers are 47. **The results** of counseling and physical examinations at the posyandu with a total of 47 people. Before carrying out a physical examination, mothers who have toddlers are carried out a knowledge pretest, where from these results it can be stated that mothers who have toddlers in Rawang Itek village already have good category knowledge with amount 77%. it's just not frequent and routine yet in carrying out nutritional health checks for toddlers at posyandu. This can be seen from the visit data at posyandu, out of 47 mothers who have toddlers only 26 people routinely visit posyandu to carry out physical examinations for toddlers. **Conclusion** of community service it can be concluded that the role of the mother is very important in the development of toddlers. Toddlers must be routinely brought to the posyandu and carry out physical examinations and checks for nutritional status.

Keyword: nutrition; stunting; toddlers.

ABSTRAK

Latar belakang Salah satu permasalahan kesehatan di Indonesia yakni kematian anak usia di bawah lima tahun. Keadaan gizi yang kurang baik atau buruk masih menjadi penyebabnya. Kondisi pemberian gizi anak-anak di Indonesia sangat buruk dibandingkan gizi anak di dunia. Oleh karena itu waktu yang sangat penting sekali dimana anak harus mendapatkan asupan gizi yang baik dan seimbang guna menyokong pertumbuhan anak di

waktu depan dan secara permanen dan beresiko tinggi yaitu stunting. **Tujuan** dari pengabdian kepada masyarakat ini untuk memberikan penyuluhan pemenuhan gizi dalam pencegahan stunting pada balita. **Metode** pelaksanaan pengabdian masyarakat melalui tatap muka, menggunakan metode penyuluhan, dan melakukan pemeriksaan fisik balita pada posyandu di desa Rawang Itek Kecamatan Pantan Labu Kabupaten Aceh Utara, dengan jumlah peserta ibu yang memiliki balita sebanyak 47 orang. **Hasil** dari penyuluhan dan pemeriksaan fisik di posyandu dengan jumlah 47 orang, sebelum melakukan pemeriksaan fisik maka ibu-ibu yang memiliki balita di lakukan pretes pengetahuan, di mana dari hasil tersebut dapat dinyatakan bahwa ibu yang memiliki balita di desa rawang itek sudah memiliki pengetahuan kategori baik dengan jumlah 77%. hanya mereka masih kurang rutin dalam melakukan pengecekan kesehatan gizi balita di posyandu, hal ini bisa di lihat dari data kunjungan di posyandu, dari 47 ibu yang memiliki balita hanya 26 orang yang rutin melakukan kunjungan keposyandu untuk melakukan pemeriksaan fisik balita. **Simpulan** Peran ibu sangat penting dalam perkembangan balita, balita harus rutin di bawa keposyandu dan dilakukan pemeriksaan fisik dan pemeriksaan status gizi.

Kata kunci: Pendidikan Kesehatan; luka diabetikum; diabetes mellitus

PENDAHULUAN

Salah satu permasalahan kesehatan di Indonesia adalah kematian anak usia di bawah lima tahun (balita). Angka kematian balita di negara-negara berkembang khususnya Indonesia masih cukup tinggi, keadaan gizi yang kurang baik atau buruk masih menjadi penyebabnya. Kondisi pemberian gizi anak-anak di Indonesia sangat buruk dibandingkan gizi anak di dunia. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar prevalensi gizi kurang pada usia dibawah 5 tahun di Indonesia sebesar 17,9% (3,7 juta balita), sebanyak 6800 balita di Sumatera Utara mengalami gizi buruk, 25% nya disebabkan oleh kurangnya asupan gizi (Riskesdas, 2018). Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), anak akan mengalami peningkatan pertumbuhan dan perkembangan yang cepat. Hal ini harus didukung dengan kebutuhan gizi yang mencukupi. Apabila dalam kondisi ini anak mengalami kekurangan gizi maka akan berdampak pada gangguan pertumbuhan dan perkembangan yang permanen dan jangka panjang bagi kehidupan sang anak (Ernawati & Jayanti, 2021). Oleh karenanya pada waktu ini adalah waktu yang sangat penting sekali dimana anak harus mendapatkan asupan gizi yang baik dan seimbang guna menyokong pertumbuhan anak di waktu depan dan secara permanen dan beresiko tinggi yaitu stunting. Stunting merupakan permasalahan yang dialami oleh balita di seluruh dunia, bahkan di Indonesia. Stunting atau balita pendek adalah suatu kondisi gangguan pertumbuhan yang diakibatkan oleh kurangnya gizi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (Ernawati, R., & Jayanti, 2021).

Prevalensi kejadian Stunting di Indonesia mengalami peningkatan pada tahun 2016 (27,5%), 2017 (29,6%), hingga 2018 (30,8%), mengalami penurunan pada tahun 2019 (27,7%) hingga 2021 (24,4%). Namun demikian penurunan prevalensi stunting pada tahun 2021 masih belum mencapai target yang ditetapkan oleh WHO sebesar 20% (Kemenkes RI, 2018). Stunting dapat menjadi ancaman utama terhadap kualitas manusia Indonesia dan juga ancaman terhadap kemampuan daya saing bangsa. Hal ini dapat terjadi karena anak stunted bukan hanya terganggu pertumbuhan fisiknya saja, melainkan juga terganggu perkembangan otaknya yang sangat mempengaruhi kemampuan dan prestasi di sekolah sekolah, produktivitas dan kreativitas di usia produktif (Setiawan, E., Machmud, R., 2018).

Keadaan status gizi buruk pada balita menimbulkan pengaruh yang sangat besar karena menghambat pertumbuhan fisik, mental, baik kemampuan berpikir yang akan menurunkan produktivitas kreativitas dan kerja. Balita penderita gizi buruk dapat mengalami penurunan kecerdasan (IQ) hingga 10 persen (Perkizi, 2018). Malnutrisi atau kekurangan gizi merupakan faktor penyebab langsung (Immediate Causes) kejadian stunting (Pergizi, 2018; United Nations Children's Fund, 2015). Masalah gizi merupakan masalah yang kompleks dan memiliki dimensi yang luas karena tidak hanya terkait dengan kesehatan, namun juga masalah sosial, ekonomi, budaya, pola asuh, pendidikan dan lingkungan. Pengaruh budaya berupa pantangan makanan, tahayul, bahkan tabu dalam masyarakat dapat mempengaruhi kualitas asupan gizi dalam keluarga (Karundeng, L. R., Ismanto, A. Y., & Kundre, 2015).

Selain budaya, tingkat pendidikan ibu yang rendah juga memberikan kontribusi besar pada kejadian Stunting, dikarenakan oleh pola pikir masyarakat yang masih berkembang bahwa pendidikan seorang ibu tidak terlalu penting dan utama, seringkali disebabkan oleh kurangnya dukungan keluarga terhadap ibu untuk menempuh pendidikan yang lebih tinggi. Dengan kata lain dapat dikatakan bahwa tingkat pendidikan ibu sebenarnya sangat mempengaruhi kemampuan dan pengetahuan ibu dalam tindakan merawat kesehatan terutama mengenai gizi (Supariasa, I. D., Bakri, B., & Fajar, 2016). Pola makan yang baik belum tentu makanannya terkandung asupan gizi yang benar. Banyak balita yang memiliki pola makan baik tapi tidak memenuhi jumlah dan komposisi zat gizi yang memenuhi syarat gizi seimbang. Asupan gizi seimbang dari makanan memegang peranan penting dalam proses pertumbuhan anak (Mentari, S., & Agus, 2018).

Penerapan pola makan dengan gizi seimbang menekankan pola konsumsi pangan dalam jenis, jumlah dan prinsip keanekaragaman pangan untuk mencegah masalah gizi. Komponen yang harus dipenuhi dalam penerapan pola makan gizi seimbang mencakup cukup secara kuantitas, kualitas, mengandung berbagai zat gizi (energi, protein, vitamin dan mineral), serta dapat menyimpan zat gizi untuk

mencukupi kebutuhan tubuh (Izwardi, 2016). Tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini ialah memberikan penyuluhan tentang pemenuhan gizi seimbang pada balita, dan di harapkan setelah mendapatkan penyuluhan ibu yang mempunyai balita mampu menerapkan kebiasaan makan yang baik dan benar kepada anak agar terpenuhinya gizi yang seimbang sesuai dengan kebutuhan untuk tumbuh kembang anak yang optimal, memelihara dan meningkatkan daya tahan tubuh anak terhadap penyakit.

METODE

Metode dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini melalui tatap muka dan menggunakan metode penyuluhan, menyampaikan materi dan pemeriksaan fisik balita pada posyandu di desa Rawang Itek Kecamatan Pantan Labu Kabupaten Aceh Utara. Pengabdian masyarakat ini telah dilakukan pada hari senin, 13 Maret 2023, dengan jumlah ibu yang memiliki balita 47 orang. Pengabdian ini merupakan penyampaian informasi pendidikan kesehatan untuk memberikan/ meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktek masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatannya. Pendidikan kesehatan yang dilakukan pada penelitian ini adalah dengan metode persentasi, dimana saat pendidikan kesehatan peneliti menekankan informasi kepada responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penyuluhan dan pemeriksaan fisik di posyandu dengan jumlah 47 orang, sebelum melakukan pemeriksaan fisik maka ibu-ibu yang memiliki balita di lakukan pretes pengetahuan, di mana dari hasil tersebut dapat dinyatakan bahwa ibu yang memiliki balita di desa rawang itek sudah memiliki pengetahuan kategori baik dengan jumlah 77%. hanya mereka masih kurang rutin dalam melakukan pengecekan kesehatan gizi balita di posyandu, hal ini bisa di lihat dari data kunjungan di posyandu, dari 47 ibu yang memiliki balita hanya 26 orang yang rutin melakukan kunjungan keposyandu untuk melakukan pemeriksaan fisik balita. Di harapkan Dengan adanya penyuluhan ini maka status gizi pada desa ini dapat peningkatan, dan kunjungan pemeriksaan gizi dapat rutin dilakukan. Pada saat melakukan penyuluhan masyarakat sangat antusias dalam berpartisipasi, mereka aktif dalam tanya jawab, dan menarik dengan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.



Gambar 1. Dokumentasi kegiatan Penyuluhan

SIMPULAN

Peran ibu sangat penting dalam perkembangan balita, balita harus rutin di bawa keposyandu dan dilakukan pemeriksaan fisik dan pemeriksaan status gizi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ernawati, R., & Jayanti, R. (2021). Faktor Jarak Kehamilan yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting di Puskesmas Harapan Baru Samarinda Seberang. *Borneo Student Research*, 2, 1163–1178.
- Izwardi, I. D. (2016). Inilah Perbedaan 4 Sehat 5 Sempurna Dengan Gizi Seimbang. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*, 1–2.
- Karundeng, L. R., Ismanto, A. Y., & Kundre, R. (2015). Hubungan Jarak Kelahiran Dan Jumlah Anak Dengan Status Gizi Balita Di Puskesmas Kao Halmahera Utara. *Ejournal Keperawatan*, 3, 1.
- Kemendes RI. (2018). *Buletin Stunting. Kementerian Kesehatan RI*.
- Mentari, S., & Agus, H. (2018). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Status Stunting Anak Usia 24-59 Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Pontianak Indonesia. *Pontianak Nutrition Journal (PNJ)*, 1(5).
- Pergizi. (2018). *Buku Pedoman PJAS untuk Pencapaian Gizi Seimbang_ Pengawas dan atau Penyuluh*.
- Riskesdas. (2018). *Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL*.
- Setiawan, E., Machmud, R., & M. (2018). Ein Glossar für die NetAcademy. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 2, 275–284.
- Supriasa, I. D., Bakri, B., & Fajar, I. (2016). *Penilaian Status Gizi*. Kedokteran EGC.
- United Nations Children’s Fund. (2015). *UNICEF’s Approach to Scaling Up Nutrition*. UNICEF.