

Pencegahan dan Penanggulangan Stunting Menuju Keluarga Sehat

Dewi Laelatul Badriah, Sri Ayu Andayani, Abdul Kholiq*

Universitas Majalengka, Indonesia.

*choliqfastac@gmail.com

Abstract. In 2022, based on data from midwives and posyandu cadres, three children were declared stunted, namely a lack of height compared to the child's age. In 2023, in July there was a new birth and the child was declared stunted because his height at birth did not meet the proper height. Based on this, the Professor's team, through the 2023 LLDIKTI PTMGRMD KKN-T activities, carried out Community Service as an effort to prevent and handle stunting in Jembarwangi Village. Socialization and outreach activities in the form of delivering material can help cadres to know more about stunting and stunting prevention in the future. This is intended so that the Jembarwangi Village government can periodically carry out outreach and education to posyandu cadres so that the knowledge provided can continue to be maintained and further utilized to combat and prevent the increasing incidence of stunting during the toddler years. Because, children's growth and development from an early age becomes the foundation for the future development of quality human resources (HR) in Jembarwangi Village, Tomo District. The objectives of the PKM Professor's activities include; Providing understanding to the Jembarwangi village community regarding the short-term and long-term impacts of Stunting; Providing counseling to the Jembarwangi Village community in the context of early prevention of stunting.

Keywords: *Health, Family, Prevention.*

Abstrak. Pada Tahun 2022 berdasarkan data dari bidan dan kader posyandu terdapat tiga anak yang dinyatakan stunting yaitu kurangnya tinggi badan jika dibandingkan dengan umur anak tersebut. Ditahun 2023 pada bulan juli ada kelahiran baru dan anak tersebut dinyatakan stunting karena tinggi badan saat lahir tidak memenuhi tinggi badan yang seharusnya. Berdasarkan hal tersebut tim Guru Besar melalui kegiatan KKN-T LLDIKTI PTMGRMD tahun 2023 melaksanakan Pengabdian Kepada Masyarakat sebagai upaya pencegahan dan penanganan stunting di Desa Jembarwangi. Upaya Kegiatan sosialisasi dan penyuluhan dalam bentuk penyampaian materi dapat membantu kader untuk lebih mengetahui tentang stunting dan pencegahan stunting dikemudian hari. Hal ini dimaksudkan agar pemerintah Desa Jembarwangi dapat secara berkala melakukan sosialisasi dan penyuluhan kepada kader posyandu agar ilmu yang diberikan dapat terus dipertahankan dan dimanfaatkan lebih lanjut untuk memerangi dan mencegah meningkatnya angka kejadian stunting pada masa balita. Sebab, tumbuh kembang anak sejak dini menjadi landasan bagi kelak berkembangnya sumber daya manusia (SDM) di Desa Jembarwangi Kecamatan Tomo yang berkualitas. Tujuan kegiatan Guru Besar PKM diantaranya; Memberikan pemahaman kepada masyarakat desa jembarwangi terhadap dampak jangka pendek dan jangka panjang terhadap Stunting; Memberikan Penyuluhan kepada masyarakat Desa Jembarwangi dalam rangka pencegahan dini terhadap stunting.

Kata Kunci: *Kesehatan, Keluarga, Pencegahan.*

A. Pendahuluan

Program Perguruan Tinggi LLDikti Wilayah IV Membangun Desa Tahun 2023 adalah salah satu kegiatan mahasiswa belajar di luar kampus adalah Membangun Desa/Kuliah Kerja Nyata Tematik. Kuliah Kerja Nyata Tematik (KKN Tematik) merupakan suatu bentuk pendidikan dengan cara memberikan pengalaman belajar kepada mahasiswa untuk hidup di tengah masyarakat di luar kampus, yang secara langsung bersama- sama masyarakat mengidentifikasi potensi dan menangani masalah sehingga diharapkan mampu mengembangkan potensi desa/daerah dan meramu solusi untuk masalah yang ada di desa.

Desa Jembarwangi merupakan salah satu desa yang terletak di Kecamatan Tomo Kabupaten Sumedang Provinsi Jawa Barat yang memiliki jumlah penduduk sebanyak 1670 jiwa. Mayoritas mata pencaharian masyarakat Desa Jembarwangi adalah petani, di samping itu Desa Jembarwangi memiliki potensi di antaranya, mangga gedong gincu, pertanian, tembakau, dan museum lembah cisaar. Selain potensi yang dimiliki terdapat juga beberapa problematika di desa jembarwngi diantaranya kompetensi sumber daya manusia yang belum memadai, stunting, pengolahan limbah sampah yang masih kurang, kemiskinan, perdagangan pertanian yang dimonopoli tengkulak dan lokasi pertanian yang berada di dataran medium mengakibatkan kurangnya pasokan air untuk menunjang laju pertumbuhan tanaman.

Apabila problematika tersebut dapat diatasi maka desa ini bisa menjadi desa yang mandiri. Oleh karena itu kami mencari solusi yang terbaik dalam menangani berbagai permasalahan diatas, dengan bagaimana caranya masalah tersebut bisa dijadikan sebuah potensi yang bernilai sehingga ada mekanisme selain menyelesaikan masalahnya juga menimbulkan nilai (value) yang lebih bermanfaat secara sosial dan ekonomi. Salah satu fokus kegiatan dalam rangka mencari solusi permasalahan di atas adalah penanganan stunting melalui kegiatan Guru Besar Pengabdian Kepada Masyarakat. Melalui kegiatan tersebut diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam penyelesaian permasalahan di Desa Jembarwangi yaitu penyuluhan penanganan dan penjegahan stunting di Desa tersebut. Tujuan kegiatan Guru Besar PKM diantaranya; Memberikan pemahaman kepada masyarakat desa jembarwangi terhadap dampak jangka pendek dan jangka panjang terhadap Stunting; Memberikan Penyuluhan kepada masyarakat Desa Jembarwangi dalam rangka pencegahan dini terhadap stunting.

B. Metodologi Penelitian

Dalam proses penyelesaian masalah-masalah tersebut kami melibatkan stakeholder, Tim KKN-T LLDikti Desa Jembarwangi dan kelompok masyarakat menengah kebawah agar bersinergi bersama menumbuhkan literasi dan pola pikir kepada masyarakat desa Jembarwangi untuk melakukan pencegahan stunting dan tidak berketergantungan dengan bantuan dan meningkatkan pendapatan dalam rangka peningkatan kualitas hidup baik pada lingkungan keluarga atau lingkungan sekitar. Berikut metode pelaksanaan kegiatan Guru Besar Pengabdian Masyarakat melalui kegiatan KKN Tematik Perguruan Tinggi Mandiri Membangun Desa yang dilaksanakan di Desa Jembarwangi Kecamatan Tomo Kabupaten Sumedang.

Tabel 1. Metode Pelaksanaan Pengabdian Guru Besar

No	Sasaran	Permasalahan	Bentuk Kegiatan
1.	Ibu menyusui dan anak usia 0-59 bulan	Masih ada bayi 0-6 bulan yang tidak dapat asi eksklusif Masih ada bayi 0-6 bulan yang tidak dapat asi eksklusif	Sosialisasi dan edukasi pencegahan stunting dan bahaya stunting terhadap anak

2.	Remaja Putri	Masih ada remaja putri yang anemia	Tidak meratanya pemeriksaan kesehatan/anemia, karena hanya remaja putri di bangku sekolah kelas 7 dan kelas 10 yang mendapatkan pemeriksaan	sosialisasi dan edukasi pencegahan stunting dan bahaya stunting terhadap anak
		Dalam semua remaja mengetahui tentang gizi dan kesehatan reproduksi		
3.	Lingkungan perumahan	Masih ada warga yang warganya belum memiliki jamban sehat	Masih ada yang belum memiliki jamban sehat namun sudah ada jamban umum di rt 04, 05, 07, 08, 10 sebagai solusi	Sosialisasi dan penyuluhan tentang gizi dan Kesehatan reproduksi

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Berdasarkan Hasil Observasi lapang dan wawancara, Anak yang dinyatakan stunting di desa jembarwangi yaitu ada 4 anak. Menurut bidan desa anak yang dinyatakan stunting diakibatkan oleh kurangnya asupan protein pada tubuh anak sehingga menyebabkan anak tersebut gagal tumbuh.

Observasi dan Wawancara

Kegiatan observasi dan wawancara ini dilakukan untuk mendapatkan gambaran awal sebelum dilakukan kegiatan selanjutnya. kegiatan tersebut melibatkan Linmas, Kader Posyandu dan bantuan pemerintah Desa Jembarwangi untuk mempermudah dalam mendapatkan informasi terkait penanganan stunting di tingkat desa. Kegiatan survei menghasilkan data sebagai berikut.

Tabel 2. Identifikasi Masalah penanganan Stunting Desa Jembarwangi

No	Sasaran	Masalah	Kegiatan Intervensi Spesifik atau Sensitif
1	Ibu Hamil	Resiko Tinggi : 1. Ibu Deyoh (Resti Usia) 2. Ibu Erin (Kehamilan Kembar)	Untuk kelahiran kembar dilakukan pemantauan yang lebih ketat agar saat kelahiran dilakukan minimal di puskesmas
	Periksa Kehamilan	Tidak Ada Masalah Untuk Saat Ini, Sudah ada kesadaran untuk memeriksa kehamilan	Kelas Ibu Hamil

No	Sasaran	Masalah	Kegiatan Intervensi Spesifik atau Sensitif
2	Ibu Menyusui	Masih ada bayi 0-6 Bulan yang tidak dapat ASI eksklusif	BKB Pola asuh anak, Kelas Ibu Hamil & Kelas Ibu Menyusui 1. Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Untuk Balita rawan gizi
	Anak Usia 0-59 Bulan	Masih ada balita yang rawan gizi	2. Penyuluhan BKB 3. Kelas Ibu Hamil 4. Penyuluhan ASI Eksklusif
3	Pemantauan Tumbuh Kembang	Masih ada beberapa balita yang tidak datang ke posandu	Pemeriksaan kepada balita balita yang tidak datang ke posyandu secara door to door 1. Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Untuk Balita rawan gizi
	Tambahan Gizi Untuk Balita Gizi Kurang/Buruk	Masih ada balita yang rawan gizi	2. Penyuluhan BKB 3. Kelas Ibu Hamil 4. Penyuluhan ASI Eksklusif
4	Keluarga Resiko Stunting	Masih ada remaja putri yang anemia	Pembentukan dan pelaksanaan Poyanadu Remaja dan PIK Remaja
	Kepemilikan Jamban Sehat	Masih ada yang belum memiliki jamban sehat namun sudah ada jamban umum di RT 04, 05, 07, 08, 10 sebagai solusi	Tidak ada kegiatan yang spesifik
	Sumber Air Bersih	Tidak ada masalah untuk saat ini	Tidak ada masalah untuk saat ini
5	Kepemilikan Jamkes	Belum semua warga memiliki Jaminan Kesehatan	Mengadakan pendataan semua warga terkait kepemilikan jamkes
	Pendampingan Keluarga	Tidak ada masalah untuk saat ini	Tidak ada masalah untuk saat ini
	Ketahanan Pangan Untuk Keluarga	Tidak semua KK Miskin menerima BPNT	Mengadakan pendataan ulang terkait KK miskin
	Remaja Putri	Masih ada remaja putri yang anemia	Pembentukan dan pelaksanaan Poyanadu Remaja dan PIK Remaja
	Pemeriksaan Kesehatan/Anemia	Tidak meratanya pemeriksaan kesehatan/anemia, karena hanya remaja putri di bangku sekolah kelas 7 dan kelas 10 yang mendapatkan pemeriksaan	Pemeriksaan Hemoglobin Darah bagi pasangan usia subur dan wanita usia subur
	Penyuluhan Tentang Gizi Dan Kesehatan Reproduksi	Belum semua remaja mengetahui tentang gizi dan kesehatan reproduksi	Penyuluhan terkait gizi dan kesehatan reproduksi di posyandu remaja dan pik remaja

No	Sasaran	Masalah	Kegiatan Intervensi Spesifik atau Sensitif
6	Sanitasi Lingkungan	Masih ada yang warga yang belum memiliki jamban sehat	Pembuatan Jamban Sehat bagi keluarga yang tidak memiliki jamban sehat
7	Ketersediaan Air Bersih	Tidak ada masalah untuk saat ini	Tidak ada masalah untuk saat ini

Berikut kegiatan – kegiatan observasi dan Wawancara dalam rangka Identifikasi Masalah penanganan Stunting Desa Jembarwangi



Gambar 1. Sosialisasi Pendataan Ibu Hamil



Gambar 2. Pendataan Anak Usia 0-59 Bulan



Gambar 3. Konfirmasi Hasil Pendataan



Gambar 4. Pendataan Anak Balita



Gambar 5. Pendataan anak rentan Stunting

Kegiatan Lapangan

Kegiatan lapangan yang disertakan bersama tim mahasiswa KKN-T Desa jembarwangi sebagai berikut:

1. Bina Keluarga Balita yaitu tim kkn tematik bersama bidan desa, kader posyandu dan juga petugas dari UPTD Bidang Pengendalian Penduduk dan Penyuluhan (DALDUK) melakukan penyuluhan terhadap ibu dan balita mengenai pencegahan stunting dan juga edukasi terkait parenting bagi ibu yang memiliki bayi.
2. Pemberian Tablet Tambah Darah yang ditargetkan kepada remaja putri yang berumur 10 tahun yang masih duduk di bangku sekolah dasar, karena remaja putri di sekolah dasar belum diberikan tablet tambah darah. Hal ini juga merupakan upaya pencegahan stunting di tahap sebelum melahirkan, yaitu pada remaja putri.
3. Workshop Zero New Stunting, kegiatan ini diisi oleh bidan desa dan juga petugas dari puskesmas tomo, materi yang disampaikan adalah pencegahan stunting dan juga pengolahan menu makanan bayi dari umur 0 bulan sampai dengan 24 bulan. Kegiatan ini dimaksudkan untuk ibu hamil di desa jembarwangi.
4. Pemberian Protein Unsur Hewani, tim kkn tematik membagikan unsur hewani berupa telur sebanyak 14 butir selama satu minggu kepada ibu hamil dan juga anak – anak yang dinyatakan stunting.



Gambar 6. Workshop Zero New Stunting



Gambar 7. Bina Keluarga Balita



Gambar 8. Pemberian Tablet Tambah Darah



Gambar 9. Pemberian Tablet Tambah Darah

Kegiatan Bersama Kkn-T Lldikti Ptmgrmd

Berikut tahapan kegiatan Mahasiswa KKN-T LLDIKTI PTMGRMD dalam rangka mendukung Program Pemerintah Kabupaten Sumedang dalam rangka New Zero Stunting di Desa Jembarwangi Kecamatan Tomo Kabupaten Sumdeang bersama Pemerintahan Desa Jembarwangi

Tabel 3. Kegiatan Mahasiswa KKN-T LLDIKTI PTMGRMD

Kegiatan Dukungan intervensi spesifik	Bentuk Kegiatan Intervensi	
	Kegiatan	Detail Kegiatan
Pemberian tambahan asupan gizi kepada ibu hamil kurang energi kronik (KEK)	Penyelenggaraan Posyandu (Mkn Tambahan, Kls Bumil, Lamsia, Insentif)	PMT untuk ibu hamil KEK
Pemantauan ibu hamil mengkonsumsi tablet tambah darah (TTD) minimal 90 butir selama masa kehamilan;	Penyelenggaraan Posyandu (Mkn Tambahan, Kls Bumil, Lamsia, Insentif)	Insentif Kader Posyandu dalam pemantauan Ibu hamil
Pemantauan remaja putri mengkonsumsi tablet tambah darah (TTD);	Penyelenggaraan Posyandu (Mkn Tambahan, Kls Bumil, Lamsia, Insentif)	Insentif Kader Posyandu dalam pemantauan Ibu remaja
Kampanye pemberian air susu ibu (ASI) eksklusif untuk bayi usia kurang dari 6 bulan.	Penyuluhan dan Pelatihan Bidang Kesehatan (Untuk Masy, Tenaga dan Kader Kesehatan dll)	Sosialisasi dan penyuluhan kepada Ibu menyusui
Promosi dan mengembangkan kegiatan pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) bagi anak usia 6-23 bulan;	Penyelenggaraan Posyandu (Mkn Tambahan, Kls Bumil, Lamsia, Insentif)	Operasional Posyandu dalam kegiatan promosi MP ASI
Memastikan anak berusia dibawah 5 tahun (balita) mengalami gizi buruk mendapatkan tata laksana gizi buruk dari penyelenggara layanan kesehatan;	Penyelenggaraan Posyandu (Mkn Tambahan, Kls Bumil, Lamsia, Insentif)	PMT bagi balita gizi buruk
Pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anak berusia dibawah 5 tahun (balita) melalui layanan Posyandu atau layanan Kesehatan lainnya;	Penyelenggaraan Posyandu (Mkn Tambahan, Kls Bumil, Lamsia, Insentif)	Operasional Posyandu dalam kegiatan pemantauan tumbuh kembang anak (Buku KIA, peralatan/perengkapan Posyandu)
Pemberian tambahan asupan gizi kepada anak berusia dibawah 5 tahun (balita) yang mengalami gizi kurang; dan	Penyelenggaraan Posyandu (Mkn Tambahan, Kls Bumil, Lamsia, Insentif)	PMT bagi balita gizi kurang
Pemantauan bagi anak berusia dibawah lima tahun (balita) memperoleh imunisasi dasar lengkap.	Penyelenggaraan Posyandu (Mkn Tambahan, Kls Bumil, Lamsia, Insentif)	Operasional Posyandu untuk pemantauan imunisasi dasar
Pemantauan layanan keluarga berencana pasca persalinan	Penyelenggaraan Posyandu (Mkn Tambahan, Kls Bumil, Lamsia, Insentif)	Operasional Posyandu dalam pemantauan KB pasca persalinan
Upaya pencegahan perkawinan anak dan pencegahan kehamilan yang tidak diinginkan;	Penyuluhan dan Pelatihan Bidang Kesehatan (Untuk Masy, Tenaga dan Kader Kesehatan dll)	Sosialisasi dan penyuluhan bagi remaja

Kegiatan Dukungan intervensi spesifik	Bentuk Kegiatan Intervensi	
	Kegiatan	Detail Kegiatan
Kampanye layanan dan pemeriksaan kesehatan pra nikah;	Penyuluhan dan Pelatihan Bidang Kesehatan (Untuk Masy, Tenaga dan Kader Kesehatan dll)	Sosialisasi dan penyuluhan bagi remaja
Penyediaan sarana air minum layak bagi setiap keluarga;	Pembangunan/Rehabilitasi/Peningkatan Sumber Air Bersih Milik Desa (Dipilih)	Sarana Air Bersih bagi rumah tangga (sumur bor dan atau pisanisasi)
Penyediaan sarana sanitasi (air limbah domestik) bagi setiap keluarga;	Pembangunan/Rehabilitasi/Peningkatan Sanitasi Permukiman (Dipilih)	Pembangunan/pemeliharaan SPAL
Memastikan keluarga miskin menjadi penerima iuran (PBI) jaminan kesehatan nasional;	Penyelenggaraan Posyandu (Mkn Tambahan, Kls Bumil, Lamsia, Insentif)	Insentif Kader untuk pemantauan keluarga miskin
Memastikan keluarga beresiko stunting memperoleh pendampingan;	Penyelenggaraan Posyandu (Mkn Tambahan, Kls Bumil, Lamsia, Insentif)	Insentif Kader untuk pemantauan keluarga beresiko stunting
Memastikan keluarga miskin dan rentan memperoleh bantuan tunai bersyarat;	Penyelenggaraan Posyandu (Mkn Tambahan, Kls Bumil, Lamsia, Insentif)	Insentif Kader untuk pemantauan keluarga miskin
Memastikan seluruh warga memiliki pemahaman yang baik tentang stunting;	Penanganan Keadaan Mendesak Pencegahan Stunting	BLT Dana Desa Sosialisasi dan penyuluhan melalui media informasi/spanduk/pamflet/medsos
Memastikan keluarga miskin dan menerima bantuan sosial pangan; dan	Penyelenggaraan Posyandu (Mkn Tambahan, Kls Bumil, Lamsia, Insentif)	Insentif Kader untuk pemantauan keluarga miskin
Kampanye stop buang air besar sembarangan (BABS) atau open defecation free (ODF)	Pencegahan Stunting	Sosialisasi dan penyuluhan melalui media informasi/spanduk/pamflet/medsos



Gambar 10. Koordinasi dan Evaluasi Hasil



Gambar 11. Kegiatan Kampanye BABS

Sosialisasi dan Penyuluhan Bahaya Stunting dan Pencegahannya

Sosialisasi dan Penyuluhan dilakukan dengan memberikan edukasi singkat kepada kader yang ada mengenai penyebab stunting dengan materi terkait. Paparan berlangsung selama kurang lebih 150 menit. Narasumber menyampaikan materi dan kemudian ada sesi tanya jawab untuk mengetahui seberapa banyak materi yang diketahui peserta. Antusiasme peserta terhadap topik yang disampaikan saat presentasi terlihat dari hasil pendidikan yang menunjukkan bahwa para peserta benar-benar peduli terhadap dampak stunting terhadap ibu menyusui dan anak.

Setiap tindakan mencerminkan pemahaman sebab dan akibat suatu perilaku, oleh karena itu diperlukan pendidikan yang komprehensif untuk meningkatkan kemampuan dan memodifikasi perilaku melalui sosialisasi (Sihite, Podojoyo).

Seseorang tidak dapat melakukan suatu tindakan jika ia tidak memahami “seperti apa perilaku tersebut”, proses yang terlibat, atau waktu yang tepat untuk melakukan tindakan tersebut (Mahyarni, 2013). Kader Posyandu mempunyai fungsi penting yang berkaitan dengan kemampuannya dalam menurunkan angka stunting. Para kader dibekali berbagai pengetahuan terkait kesehatan, termasuk definisi, risiko, dan strategi pencegahan stunting di awal kehidupan. Salah satu pemain kunci yang sangat mempengaruhi kesehatan ibu serta tumbuh kembang balita adalah pengasuh.

Pemanfaatan Posyandu sebagai alat promosi kesehatan dan gizi, pengajaran, dan pelacakan tumbuh kembang anak membuktikan hal ini (Astuti, Ginna, dan Samson, 2018). Promosi yang berkelanjutan akan meningkatkan kesadaran dan sikap tentang tujuan tersebut, khususnya di kalangan segmen masyarakat yang berpengaruh (Herniwanti *et al.*, 2020).

Kurangnya pangan padat gizi tentunya akan berdampak pada tumbuh kembang anak, termasuk IQ, kerentanan terhadap penyakit, penurunan produktivitas, dan kemampuan mendukung pertumbuhan ekonomi (Deharja, Santi, dan Yunus, 2020). Stunting merupakan suatu kondisi kronis yang dapat disebabkan oleh berbagai faktor. Artinya, langkah pertama dalam mengedukasi masyarakat adalah menguraikan dampak, risiko, dan strategi pencegahan stunting pada anak usia dini.

Karena kader posyandu merupakan penanggung jawab masyarakat setempat dan berperan sebagai pemimpin yang ditunjuk oleh puskesmas dan pengawas tim kesehatan, maka kader posyandu merupakan faktor utama dalam pencegahan stunting pada anak usia dini (Jalpi, Rizal, dan Fahrurazi, 2020).

Tim dosen guru besar PKM KKN-T LLDikti kami berencana memberikan edukasi berupa sosialisasi yang lebih tepat sasaran dan mendidik untuk meningkatkan pengetahuan kader tentang stunting, dampaknya, dan cara pencegahannya sedini mungkin, semoga bersamaan dengan pengabdian masyarakat, dengan diberikan latar belakang informasi tentang pentingnya pengetahuan kader mengenai kejadian stunting pada anak usia dini atau balita. Hal ini dapat membantu kader untuk lebih memahami cara mendampingi ibu dan anak kecil.

Kader posyandu adalah orang yang mengawasi posyandu; mereka dipilih langsung oleh masyarakat dalam forum wacana pendirian posyandu. Untuk menjaga dan meningkatkan derajat kesehatan ibu dan balita di wilayah kerja posyandu, masyarakat khususnya orang tua dan ibu hamil semakin mengetahui perilaku keluarga, hal ini tentunya sejalan dengan semakin meningkatnya kapasitas pendidikan kader posyandu (Ekayanthi dan Suryani, 2019).

Pentingnya pemberdayaan kader melalui sosialisasi dan edukasi langsung untuk menurunkan kemungkinan stunting menjadi lebih umum di Indonesia. Dengan meningkatkan pemahamannya, kader juga dapat mengedukasi masyarakat umum, khususnya para ibu yang memiliki anak kecil. Hal ini tentu saja akan meningkatkan kualitas sumber daya manusia yang tersedia bagi generasi muda dan membantu menurunkan frekuensi stunting.



Gambar 12. Pembukaan Kegiatan Penyuluhan



Gambar 13. Penyampaian Materi



Gambar 14. Diskusi dan Tanya Jawab



Gambar 15. Suasana Kegiatan Penyuluhan Kader

Pembahasan

Pemberdayaan masyarakat agar terhindar dari stunting sangat penting dilakukan dengan berfokus pada keluarga dan kader, misalnya. Anggota masyarakat yang mendukung inisiatif kesehatan pemerintah dikenal sebagai kader kesehatan. Untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat, kader dapat diajarkan untuk mendukung perilaku sehat, antara lain dengan memberikan pola makan seimbang sepanjang 1000 hari pertama kehidupan. Menurut temuan penelitian Astuti et al. (2018), pemberdayaan masyarakat dapat ditingkatkan melalui gerakan pencegahan stunting dengan mendidik kader posyandu menjadi lebih berpengetahuan. Untuk mencegah gangguan gizi, gizi seimbang adalah komposisi makanan sehari-hari yang mencakup zat gizi dalam jenis dan proporsi yang memenuhi kebutuhan tubuh. Hal ini juga mempertimbangkan konsep keragaman pola makan, latihan fisik, hidup sehat, dan menjaga berat badan normal (Kementerian Kesehatan, Gizi, dan Keamanan Makan).

Komponen-komponen gizi seimbang pada dasarnya sama: harus mencukupi kuantitas dan kualitas serta mencakup berbagai zat gizi (protein, lipid, karbohidrat, vitamin, air, dan mineral) yang dibutuhkan tubuh untuk perkembangan dan pemeliharaan kesehatan (terutama pada anak-anak), dan untuk melakukan tugas dan aktivitas sehari-hari (untuk orang-orang dari segala usia dan kelompok fisiologis), serta untuk menyimpan nutrisi jika pola makan tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan tubuh (Lim, 2018). Empat pilar gizi seimbang antara lain makan makanan yang bervariasi, berolahraga, menerapkan pola hidup bersih dan sehat, serta menjaga dan memantau berat badan normal. Inilah gagasan dasar gizi seimbang. Berbagai kelompok makanan, termasuk makanan pokok, lauk pauk, dan makanan lainnya, membentuk keanekaragaman pangan.

Keanekaragaman zat gizi yang sesuai dengan umur dan kebutuhan seseorang baik jumlah maupun jenisnya merupakan gizi seimbang. Ikatan kimia yang dikenal sebagai nutrisi diperlukan agar nutrisi dapat menjalankan berbagai perannya dalam tubuh, termasuk menghasilkan energi, memperbaiki dan melestarikan jaringan, serta mengendalikan aktivitas

tubuh. Selain obat-obatan, makanan adalah zat apa pun yang memiliki nutrisi atau komponen ikatan kimia yang dapat digunakan oleh tubuh untuk mengubahnya menjadi nutrisi ketika dicerna. Karbohidrat, lipid, protein, vitamin, air, dan mineral merupakan unsur penyusun gizi seimbang (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2014; Almatsier, 2012).

Untuk mewujudkan keluarga sejahtera, fungsi dan kedudukan ibu dalam menjaga kualitas keluarga meliputi masalah pendidikan, kesehatan, ekonomi, sosial budaya, kemandirian keluarga, serta nilai-nilai spiritual, mental, dan agama. Ibu memainkan berbagai tanggung jawab dan posisi di bidang kesehatan, termasuk sebagai pendidik, pengawas, dan penyedia layanan. Mereka juga memberikan contoh hidup sehat dengan cara yang bersifat persuasif, preventif, dan promotif. Selain itu, ibu juga berperan penting dalam menerapkan kesehatan berbasis keluarga. Hal ini meliputi pemantauan tumbuh kembang anak, pencegahan berbagai gangguan atau masalah kesehatan dalam keluarga, dan penerapan praktik pengasuhan yang baik. (Prickett, K., Agustinus, J., 2016). Oleh karena itu, sepanjang 1000 hari pertama kehidupan seorang anak, setiap ibu harus menyadari pentingnya pola makan bergizi.

D. Kesimpulan

Upaya Kegiatan sosialisasi dan penyuluhan dalam bentuk penyampaian materi dapat membantu kader untuk lebih mengetahui tentang stunting dan pencegahan stunting dikemudian hari. Hal ini dimaksudkan agar pemerintah Desa Jembarwangi dapat secara berkala melakukan sosialisasi dan penyuluhan kepada kader posyandu agar ilmu yang diberikan dapat terus dipertahankan dan dimanfaatkan lebih lanjut untuk memerangi dan mencegah meningkatnya angka kejadian stunting pada masa balita. Sebab, tumbuh kembang anak sejak dini menjadi landasan bagi kelak berkembangnya sumber daya manusia (SDM) di Desa Jembarwangi Kecamatan Tomo yang berkualitas.

Daftar Pustaka

- [1] Almatsier S, 2012. Prinsip dasar ilmu gizi. Jakarta: Gramedia Pustaka
- [2] Astuti S, Megawati G, Samson CMS, 2018. Gerakan Pencegahan Stunting Melalui Pemberdayaan Masyarakat Di Kecamatan Jatinangor Kabupaten Sumedang. *Jurnal Aplikasi Ipteks untuk Masyarakat* 7(3): 185-188
- [3] Ekayanthi, N. W. D. and Suryani, P. (2019) "Edukasi Gizi pada Ibu Hamil Mencegah Stunting pada Kelas Ibu Hamil," *Jurnal Kesehatan*, 10(3), p. 312. doi: 10.26630/jk.v10i3.1389.
- [4] Herniwanti, H. et al. (2020) "Penyuluhan Perilaku Hidup Sehat Dan Bersih (PHBS) dan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) kepada Lanjut Usia (LANSIA) Menghadapi Masa Pandemi Covid 19 dan New Normal dengan Metode 3M," *Jurnal Abdidas*, 1(5), pp. 363–372. doi: 10.31004/abdidas.v1i5.82.
- [5] Jalpi, A., Rizal, A. and Fahrurazi, F. (2020) "Pemberdayaan Kader Posyandu Terhadap Kejadian Stunting Di Wilayah Kerja Kelurahan Sungai Miai Kota Banjarmasin," *Jurnal Pengabdian Al-Ikhlas*, 6(2). doi: 10.31602/jpaiuniska.v6i2.3897.
- [6] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2011. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor: 1995/MENKES/SK/XII/2010. Jakarta: Direktorat Jenderal Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- [7] Mahyarni, M. (2013) "Theory of Reasoned Action and Theory Of Planned Behavior (Sebuah Kajian Historis tentang Perilaku)," *Jurnal EL-RIYASAH*, 4(1), p. 13. doi: 10.24014/jel.v4i1.17.
- [8] Prickett KC, Augustine JM, 2016. Maternal education and investments in children's health. *Journal of Marriage and Family*. 78(1), pp. 7–25. doi: 10.1111/jomf.12253.
- [9] Sihite, N., Podojoyo, P. and Yusuf, M. (2021) "Edukasi Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) Bagi Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai," *BERDIKARI : Jurnal Inovasi dan Penerapan Ipteks*, 9(2), pp. 181–190. doi: 10.18196/berdikari.v9i2.11538.
- [10] Sihite, N. W. et al. (2021) "Analisis Ketahanan Pangan dan Karakteristik Rumah Tangga

- dengan Kejadian Stunting,” *Jurnal Kesehatan Manarang*, 7(Khusus), p. 59. doi: 10.33490/jkm.v7ikhusus.550.
- [11] Yuwanti, Mulyaningrum, F. M. and Susanti, M. M. (2021) “Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stunting pada Balita di Kabupaten Grobogan,” *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat STIKES Cendekia Utama Kudus*, 10(1), p. 84. Available at: <http://jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id>.