

PENYULUHAN PENCEGAHAN STUNTING DENGAN MEDIA SENAM DI DESA SADANG KECAMATAN JEKULO, KUDUS

Hasriyani^a, Dewi Hartinah^b, Atun Wigati^c, Kharisma Aprilita Rosyidah^{d*}, Khamid Khanafi^e

^{abcde}Universitas Muhammadiyah Kudus. Jalan Ganesha No.1 Kudus. Indonesia

Email : kharismaaprilita@umkudus.ac.id

Abstrak

Berdasarkan data yang dilansir oleh UNICEF, jumlah kasus stunting tertinggi berada di Afrika dan Asia, termasuk Indonesia. Data Riskesdas Indonesia menunjukkan bahwa lebih dari sepertiga (30,8%) dari populasi balita mengalami stunting yang mana kondisi ini harus segera diatasi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan literasi masyarakat Desa Sadang, Kecamatan Jekulo, Kabupaten Kudus, yang meliputi beberapa tahapan yaitu penyampaian materi terkait apa itu stunting dan prevalensi kejadiannya di Jawa Tengah, indikator balita stunting dan upaya pencegahan stunting yang bisa dilakukan oleh masyarakat, tanya jawab dan evaluasi materi dengan post-test, senam bersama dengan dipimpin oleh mahasiswa membentuk gerakan "ABCDE" untuk membantu masyarakat mengingat cara mencegah stunting, dan diakhiri dengan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) kepada balita stunting meliputi susu formula dan biskuit. Kegiatan dilaksanakan di Balai Desa Sadang Kecamatan Jekulo, Kabupaten Kudus, dengan peserta sebanyak 70 orang.

Kata Kunci: stunting, Jawa Tengah, senam ABCDE.

Abstract

According to data released by UNICEF, the highest number of cases of stunting is in Africa and Asia, including Indonesia. Riskesdas Indonesia data shows that more than a third (30.8%) of the toddler population experiences stunting, which must be addressed immediately. This community service activity aims to increase the knowledge of the people of Desa Sadang, Kecamatan Jekulo, Kabupaten Kudus, where the activities carried out include several stages, namely the delivery of material related to what stunting is and its prevalence in Central Java, the characteristics of stunted toddlers and efforts that can be taken. community to prevent stunting, question and answer and evaluation of material with a post-test, joint exercise led by students to form the "ABCDE" movement to help the community remember efforts to prevent stunting, and ending with the provision of additional food (PMT) to stunted toddlers including formula milk and biscuits. The activity was carried out at Balai Desa Sadang, Kecamatan Jekulo, Kabupaten Kudus, with 70 participants.

Keywords: stunting, Central Java, exercise ABCDE

I. PENDAHULUAN

Stunting merupakan gangguan pertumbuhan pada anak, khususnya pada tubuh dan otak, yang disebabkan oleh malnutrisi dalam jangka waktu yang panjang, sejak janin dalam kandungan hingga awal kehidupan bayi atau 1000 hari pertama kehidupan. Akibatnya, pada anak yang mengalami stunting ukuran badannya lebih kecil dari anak normal pada usia yang sama serta mengalami keterlambatan berpikir (Kementerian Kesehatan, 2023). *United Nations Children's Fund* (UNICEF)

menyatakan bahwa prevalensi stunting pada populasi balita di seluruh dunia mencapai 21,9% (UNICEF, 2023). Berdasarkan data tersebut, jumlah kasus stunting tertinggi tertinggi kasus stunting berada di Afrika dan Asia, termasuk Indonesia. Kesehatan dasar Indonesia Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia menunjukkan bahwa lebih dari sepertiga (30,8%) dari populasi balita mengalami stunting. mengalami stunting. Kondisi ini harus diatasi (Mustakim et al., 2022).

Stunting masih menjadi masalah kesehatan dan menjadi prioritas segera, komprehensif dan berkelanjutan oleh pemerintah Indonesia (M.P.H et al., 2023). Pada tahun 2015, angka kejadian stunting di Indonesia mencapai 29% dan mengalami penurunan menjadi 27,6% pada tahun 2022 (Kementerian Kesehatan, 2023). Walaupun angka tersebut masih belum mencapai batas yang ditetapkan WHO (yaitu 20%), stunting masih merupakan prioritas utama pemerintah untuk segera diselesaikan secara komprehensif dan berkelanjutan. Dalam kurun waktu tahun 2013 hingga 2018, terjadi peningkatan prevalensi stunting di semua provinsi Indonesia, kecuali di Kalimantan Timur. Di tahun 2018, prevalensi stunting terendah yaitu pada DKI Jakarta dengan capaian 17,7%, sedangkan prevalensi terendah yaitu provinsi Nusa Tenggara Timur sebesar 42,6%. Adapun provinsi lain di wilayah Indonesia Timur, di mana banyak indikator pembangunan yang tertinggal dari daerah lain, memiliki prevalensi stunting yang lebih tinggi (Kementerian Kesehatan, 2018). Hal ini sejalan dengan sorotan Bank Dunia (2020) tentang perbedaan prevalensi stunting di Indonesia dimana risiko stunting lebih tinggi di daerah miskin dan padat penduduk dimana infrastruktur, air, sanitasi dan standar kebersihan dasar kurang memadai. (World Bank, 2020). Upaya pencegahan stunting telah menjadi prioritas nasional dan dapat diinisiasi mulai dari tingkat desa. Hal ini didukung dengan adanya dana desa yang diatur dalam Peraturan Pemerintah Nomor 60 Tahun 2014 tentang Dana Desa yang Bersumber dari APBN. Kemudian desa dapat menggunakan dana tersebut untuk mendukung penyelenggaraan pemerintahan desa, pembangunan, pengelolaan masyarakat dan kemasyarakatan melalui mekanisme perencanaan desa. (Nurdjaya et al., 2023).

Berdasarkan paparan yang sudah disebutkan di atas, maka perlu dilaksanakan kegiatan penyuluhan yang bertujuan agar literasi masyarakat tentang pencegahan stunting meningkat.

II. LANDASAN TEORI

A. Pengetahuan Masyarakat tentang Stunting

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat Desa Sadang, Kecamatan Jekulo, Kabupaten Kudus dalam beberapa aspek meliputi:

B. Definisi stunting dan angka kejadiannya di Jawa Tengah

Stunting atau retardasi pertumbuhan bayi, merupakan kegagalan tumbuh kembang dimana bayi menjadi lebih pendek atau lebih tinggi dari usianya karena kekurangan gizi kronis. Stunting dapat menyebabkan gangguan perkembangan otak dan meningkatkan risiko terkena penyakit degeneratif di usia dewasa (Beal et al., 2018).

Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) mengenai balita pendek di Indonesia pada tahun 2013 adalah 37,2% dimana angka ini meningkat bila dibandingkan dengan pada tahun 2010 yaitu 35,6% dan tahun 2007 yaitu 36,8% (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Salah satunya yaitu Provinsi Jawa Tengah yang merupakan salah satu daerah lokus prioritas percepatan penurunan stunting. Meskipun prevalensi stunting mengalami penurunan di beberapa kabupaten/kota, besarnya total penduduk di Jawa Tengah menjadikan penanganan stunting sebagai prioritas. Berdasarkan data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI), prevalensi stunting di Jawa Tengah diperkirakan sebesar 20,9 persen pada tahun 2021 dan menurun menjadi 20,8 persen pada tahun 2022 (Kemenko PMK, 2023). Hasil studi terdahulu juga menyebutkan bahwa berdasarkan lokasi, prevalensi stunting terkonsentrasi di negara *low income* (16%) dan negara *middle-low income* (47%), dibandingkan dengan negara-negara berpendapatan menengah atas (27%) dan tinggi (10%) (Arora, 2018).

C. Ciri-ciri anak yang terkena stunting

Salah satu ciri stunting menurut WHO yaitu jika panjang atau tinggi badan pada anak kurang dari minus dua standar deviasi dibandingkan dengan panjang atau tinggi badan anak pada umur yang sama. Stunting ditentukan dengan mengukur tinggi badan

atau tinggi badan anak dan membandingkan pengukuran tersebut dengan standar pertumbuhan secara global (WHO, 2014).

Menurut Schmidt dkk [26], berat badan bayi baru lahir dan terutama tinggi badan merupakan parameter utama dalam menentukan status gizi anak di masa depan. Jika bayi baru lahir memiliki berat badan rendah dan tinggi badan pendek, ini mungkin merupakan indikator pembatasan pertumbuhan intrauterin (IUGR). Hal ini bermakna bahwa bayi dalam kandungan tidak tumbuh pada kecepatan normal selama kehamilan. Hal ini juga dikaitkan dengan malnutrisi ibu selama kehamilan, yang dapat mempengaruhi perkembangan bayi (Schmidt et al., 2002).

D. Peran serta masyarakat dalam menangani stunting

Berdasarkan penelitian terdahulu ditemukan bahwa stunting erat kaitannya dengan beberapa faktor seperti faktor individu, keluarga/rumah tangga, dan komunitas. Faktor lainnya yang juga berkontribusi pada risiko stunting yaitu perawakan ibu yang pendek dan status sosial ekonomi keluarga yang rendah. Selain itu, hasil riset terdahulu juga menemukan bahwa tinggal di daerah pedesaan meningkatkan risiko stunting sebesar 19%. Risiko stunting juga lebih tinggi terjadi pada anak yang tinggal di komunitas dengan akses sanitasi yang kurang (Mulyaningsih et al., 2021).

Pada penelitian yang telah dilakukan di negara lain, upaya untuk mengintegrasikan nutrisi ke dalam sektor lain harus menyelesaikan berbagai barrier, seperti kurangnya kejelasan mengenai tanggung jawab; terbatasnya pengetahuan, pelatihan dan insentif gizi di kalangan tenaga kesehatan; dan tantangan komunikasi lintas sektor, koordinasi, dan pengawasan kegiatan bersama. Mengingat perbedaan kontekstual, keberhasilan strategi harus didasarkan pada pengalaman dan perspektif pelaksana lokal (Klemm et al., 2022). Dari sinilah kemudian dirumuskan perlunya upaya untuk mengedukasi masyarakat akan pentingnya mencegah stunting.

III. METODE PENGABDIAN

Kegiatan dilaksanakan di Balai Desa Sadang Kecamatan Jekulo, Kabupaten Kudus, dengan peserta sebanyak 70 orang. Sebelum memulai penyuluhan, peserta diberikan pengetahuan mengenai apa itu stunting, penyebab stunting, faktor terjadinya stunting, risiko status gizi kurang pada ibu, dampak stunting dan penanggulangan stunting. Kegiatan pengabdian masyarakat ini terbagi menjadi beberapa kegiatan utama, yaitu pengerjaan pre-test, penyampaian materi penyuluhan, senam "ABCDE Cegah Stunting", Pemberian Makanan Tambahan (PMT) untuk balita stunting dan pengerjaan post-test.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PKM dilaksanakan pada tanggal 20 Agustus 2023 di Balai Desa Sadang, Kecamatan Jekulo, Kabupaten Kudus, dengan tahapan pelaksanaan sebagaimana berikut:

1. Memberikan informasi atau materi terkait apa itu stunting dan prevalensi kejadiannya di Jawa Tengah, ciri-ciri balita stunting dan upaya yang bisa dilakukan masyarakat untuk mencegah terjadinya stunting.
2. Tanya jawab dan evaluasi materi dengan post-test.
3. Senam bersama dengan dipimpin oleh mahasiswa membentuk gerakan "ABCDE" untuk membantu masyarakat mengingat upaya pencegahan stunting.
4. Pemberian Makanan Tambahan (PMT) kepada balita stunting meliputi susu formula dan biskuit.

Peralatan yang digunakan dalam upaya promosi kesehatan pencegahan stunting antara lain power point, LCD, proyektor, materi presentasi berupa video senam gerakan ABCDE "Cegah Stunting" serta paket bingkisan berisi susu dan biskuit untuk bayi stunting. Penyajian materi dilaksanakan menggunakan teknik *communicative approach* dan memberikan simulasi sehingga mudah dimengerti dan dipahami oleh peserta.



Gambar 1. Peserta penyuluhan mendengarkan materi yang disampaikan.

Sebelum pelaksanaan PKM, peserta diberikan pre-test tentang materi stunting yang akan diberikan. Hasil pre-test menjadi rujukan terkait kemampuan peserta sebelum dilaksanakan PKM. Adapun rata-rata nilai pre-test peserta terkait definisi stunting yaitu 27,43; nilai pre-test peserta terkait ciri-ciri stunting yaitu 49,43; dan nilai pre-test peserta terkait upaya pencegahan stunting yaitu 29,71.

Kegiatan PKM dilaksanakan dengan peserta 70 orang warga Desa Sadang. Para peserta kemudian diajak senam bersama setelah penyampaian materi. Senam tersebut merupakan rangkaian gerakan membentuk huruf A, B, C, D dan E yang merupakan singkatan upaya pencegahan stunting. Upaya tersebut antara lain :

- Aktif minum Tablet Tambah Darah (TTD)
- Bumil teratur periksa kehamilan minimal 6 kali
- Cukupi konsumsi protein hewani
- Datang ke Posyandu setiap bulan
- Eksklusif ASI 6 bulan

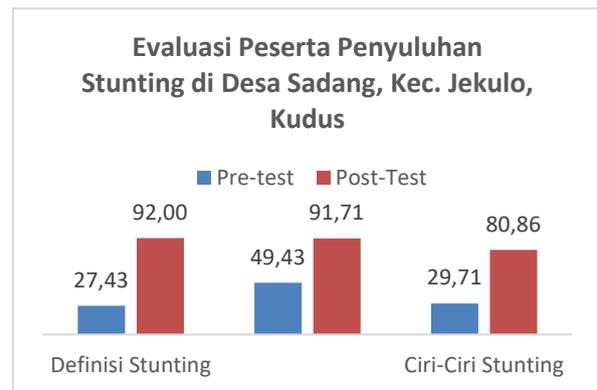


Gambar 2. Tim PKM (dosen dan mahasiswa) berfoto bersama peserta penyuluhan.

Setelah kegiatan senam berakhir, dilanjutkan dengan evaluasi kegiatan berupa post-test yang dibagikan kepada peserta. Dari hasil post-test yang didapatkan, terdapat

adanya kenaikan nilai setelah dilakukan penyuluhan. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu dimana dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Amplas Kabupaten Deli Serdang dengan metode penyuluhan yang menghasilkan adanya peningkatan pengetahuan pada peserta ibu hamil dengan kategori baik sebanyak 83,30% (Sitorus & Melva, 2021). Penelitian lain yang dilakukan di tahun 2012, 2013 dan 2014 di daerah pedesaan di provinsi Qinghai, China, juga menyebutkan keefektifan metode penyuluhan dan pemberian suplemen makanan pada kejadian stunting dengan indikasi anemia, dimana terjadi penurunan angka prevalensi stunting (Zhang et al., 2016).

Di akhir kegiatan PKM juga dibagikan paket makanan tambahan untuk diberikan kepada balita stunting. Peserta yang mampu menjawab pertanyaan dari pameri, teraktif dan hadir paling awal ke lokasi pengabdian, mendapatkan souvenir dari tim pengabdian masyarakat.



Gambar 3. Grafik perbandingan hasil evaluasi pre-test dan post-test peserta penyuluhan tentang Stunting.

V. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengabdian didapatkan bahwa adanya kenaikan pengetahuan peserta terkait literasi tentang stunting dan upaya pencegahannya pada anak. Kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Sadang, Kecamatan Jekulo, Kudus, berlangsung dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

Arora, A. (2018, May 14). *2018 Joint Child Malnutrition Estimates (JME)*. UNICEF

- DATA.
<https://data.unicef.org/resources/levels-and-trends-in-child-malnutrition-2018/>
- Beal, T., Tumilowicz, A., Sutrisna, A., Izwardy, D., & Neufeld, L. M. (2018). A review of child stunting determinants in Indonesia. *Maternal & Child Nutrition*, 14(4), e12617. <https://doi.org/10.1111/mcn.12617>
- Kemendagri. (2023). *Apresiasi Komitmen Pemerintah Provinsi Jawa Tengah Untuk Percepatan Penurunan Stunting | Kementerian Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan*.
<https://www.kemendagri.go.id/apresiasi-komitmen-pemerintah-provinsi-jawa-tengah-untuk-percepatan-penurunan-stunting>
- Kemendagri. (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*.
<https://cegahstunting.id/download/864/>
- Klemm, G. C., Kayanda, R., Kazoba, A., McCann, J., Nally, L. P., & Dickin, K. L. (2022). Translating Multisectoral Nutrition Policy into Community Practice: Participation of Nutrition Officers in Tanzania Fosters Effective Collaborative Strategies to Improve Child Nutrition. *Current Developments in Nutrition*, 6(4), nzac030. <https://doi.org/10.1093/cdn/nzac030>
- M.P.H, S., S. ST, M.Gizi, N., S. Gz, & M.K.M, K. R., SKM. (2023). *KONVERGENSI PROGRAM STUNTING (PERAN PEMERINTAH DAERAH, ORGANISASI PROFESI IBI DAN PERGURUAN TINGGI)*. Edugizi Pratama Indonesia.
- Mulyaningsih, T., Mohanty, I., Widyaningsih, V., Gebremedhin, T. A., Miranti, R., & Wiyono, V. H. (2021). Beyond personal factors: Multilevel determinants of childhood stunting in Indonesia. *PLoS ONE*, 16(11), e0260265. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0260265>
- Mustakim, M. R. D., Irwanto, Irawan, R., Irmawati, M., & Setyoboedi, B. (2022). Impact of Stunting on Development of Children between 1–3 Years of Age. *Ethiopian Journal of Health Sciences*, 32(3), 569–578. <https://doi.org/10.4314/ejhs.v32i3.13>
- Nurdjaya, A. M., Purba, J., Wahyuni, S., Novika, R. G. H., Novidha, D. H., Anggraini, D. D., Sundari, A., Khasanah, U., Laela, N., Ambarwati, K., & Sebtalesy, C. Y. (2023). *PENANGANAN STUNTING UNTUK DESA*. Get Press Indonesia.
- Schmidt, M. K., Muslimatun, S., West, C. E., Schultink, W., Gross, R., & Hautvast, J. G. A. J. (2002). Nutritional status and linear growth of Indonesian infants in west java are determined more by prenatal environment than by postnatal factors. *The Journal of Nutrition*, 132(8), 2202–2207. <https://doi.org/10.1093/jn/132.8.2202>
- Sitorus, S., & Melva. (2021). *Effectiveness of Health Counseling to Cadres and Pregnant Women to Prevent Stunting in Amplas Village, Deli Serdang Indonesia*. <http://ecampus.poltekkes-medan.ac.id/xmlui/handle/123456789/6054>
- UNICEF. (2023). *Child Malnutrition*. <https://data.unicef.org/topic/nutrition/malnutrition/>
- WHO. (2014). *Global nutrition targets 2025: Stunting policy brief*. <https://www.who.int/publications-detail-redirect/WHO-NMH-NHD-14.3>
- World Bank. (2020). *Spending Better to Reduce Stunting in Indonesia: Findings from a Public Expenditure Review*. <https://openknowledge.worldbank.org/entities/publication/3a1f21cd-550f-58e4-9639-1d142265177c>
- Zhang, Y., Wu, Q., Wang, W., Velthoven, M. H. van, Chang, S., Han, H., Xing, M., Chen, L., & Scherpbier, R. W. (2016). Effectiveness of complementary food supplements and dietary counselling on anaemia and stunting in children aged 6–23 months in poor areas of Qinghai Province, China: A controlled

interventional study. *BMJ Open*, 6(10), .
e011234.
<https://doi.org/10.1136/bmjopen-2016-011234>