

## PENDAMPINGAN CARA PEMBERIAN MAKAN PADA ANAK YANG TERDAMPAK STUNTING

Mestika Lumbantoruan<sup>1</sup>, Asima Sirait<sup>2</sup>, Juneris Aritonang<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas Sari Mutiara Indonesia

Email : [tikatoruan@yahoo.com](mailto:tikatoruan@yahoo.com), [asimasirait66@gmail.com](mailto:asimasirait66@gmail.com), [aritonangjuneris@gmail.com](mailto:aritonangjuneris@gmail.com)

### Abstrak

Balita pendek atau stunting merupakan keadaan tubuh yang pendek dan sangat pendek dibandingkan dengan anak seusianya. Stunting dapat didiagnosis melalui indeks tinggi badan menurut umur yang mencerminkan pertumbuhan linear yang dicapai pada pra dan pasca persalinan dengan indikasi kekurangan gizi jangka panjang akibat gizi yang tidak memadai. Stunting adalah masalah gizi utama yang akan berdampak pada kehidupan sosial dan ekonomi dalam masyarakat. Individu yang stunting memiliki tingkat kematian lebih tinggi dari berbagai penyebab dan terjadinya peningkatan penyakit. Stunting akan mempengaruhi kinerja pekerjaan fisik dan fungsi mental dimasa depan yang sulit untuk diperbaiki. Pengabdian masyarakat ini yang bertujuan untuk cara pemberian makanan kepada anak baduta yang terdampak stunting di Kecamatan Percui Sei Tuan tahun 2021. Pengabdian masyarakat ini melibatkan mahasiswa dan dosen, sasaran 18 ibu yang memiliki baduta stunting. Kegiatan dilakukan melalui penyuluhan dan demonstrasi kegiatan yang seluruhnya mematuhi protokol kesehatan. Hasil kegiatan diperoleh peningkatan pengetahuan dan pemahaman ibu baduta tentang cara pemberian makan pada anak yang terdampak stunting setelah dilakukan pendidikan kesehatan melalui penyuluhan. Rekomendasi setelah kegiatan ini adalah perlunya dilakukan pendidikan kesehatan, penyuluhan secara berkesinambungan hingga terjadi perubahan perilaku yang lebih baik.

Kata Kunci : **pendampingan, cara pemberian makan, stunting**

### Abstract

*Short toddlers or stunting are short and very short bodies compared to children their age. Stunting can be diagnosed by means of a height-for-age index that reflects the linear growth achieved in pre- and post-delivery with an indication of long-term malnutrition due to inadequate nutrition. Stunting is a major nutritional problem that will have an impact on social and economic life in society. Individuals who are stunted have a higher mortality rate from various causes and an increase in disease. Stunting will affect physical work performance and mental function in the future which is difficult to improve. This community service aims to provide food for children under two who are affected by stunting in Percui Sei Tuan District in 2021. This community service involves students and lecturers, targeting 18 mothers who have stunting children under two. Activities are carried out through counseling and demonstrations of activities that all comply with health protocols. The results of the activity obtained increased knowledge and understanding of mothers under two years about how to feed children affected by stunting after health education was carried out through counseling. Recommendations after this activity is the need for health education, counseling on an ongoing basis until there is a change in behavior for the better.*

Key Words: **mentoring, feeding methods, stunting**

## **Pendahuluan**

Stunting menjadi masalah dunia karena implikasinya menentukan masa depan bangsa. Indonesia sebagai negara berkembang masih memiliki tingkat prevalensi stunting tinggi. Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2013) angka prevalensi stunting tercatat 8,7 juta (30,7%) bayi berumur bawah lima tahun (balita) mengalami stunting. Angka ini masih jauh dari angka target yang ditetapkan oleh Badan Kesehatan Dunia (Wirth et al., 2017), seharusnya angka stunting tidak lebih dari 20%. Ditemui kendala pelaksanaan pencapaian target penurunan stunting antara lain karena belum tersedianya strategi komprehensif untuk dijabarkan dalam pelaksanaan program intervensi mendukung pencegahan stunting, mulai perbaikan gizi dan kesehatan ibu dan anak balita pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (1.000 HPK) (World Health Organization, 2015).

Balita pendek atau stunting merupakan keadaan tubuh yang pendek dan sangat pendek dibandingkan dengan anak seusianya. Stunting dapat didiagnosis melalui indeks tinggi badan menurut umur yang mencerminkan pertumbuhan linear yang dicapai pada pra dan pasca persalinan dengan indikasi kekurangan gizi jangka panjang akibat gizi yang tidak memadai. Stunting adalah masalah gizi utama yang akan berdampak pada kehidupan sosial dan ekonomi dalam masyarakat. Individu yang stunting memiliki tingkat kematian lebih tinggi dari berbagai penyebab dan terjadinya peningkatan penyakit. Stunting akan mempengaruhi kinerja pekerjaan fisik dan fungsi mental dimasa depan yang sulit untuk diperbaiki (Niga & Purnomo, 2016).

Masalah bayi dan balita stunting sangat dipengaruhi oleh banyak faktor. Secara tradisional, stunting dipengaruhi oleh ketersediaan pangan di masyarakat, pembangunan ekonomi yang lemah, kemiskinan, serta kebiasaan masyarakat dalam membuang limbah cair rumah tangga. Pemberian makan yang tidak tepat akan mengganggu status gizi dan kesehatan bayi. Pemberian makan pada bayi yang tepat adalah dengan cara bertahap sesuai umurnya. Pola asuh yang baik dilakukan secara langsung oleh ibu karena akan memberikan sinyal-sinyal baik pada anak, terlebih mengetahui apa yang diinginkan anak dan kebaikan-kebaikan yang harus diajarkan pada anak sehingga anak mengetahui dan membiasakannya dalam sehari-hari. Menurut (Larasati, 2018) banyaknya jumlah angka stunting memberikan indikasi bahwa di masyarakat bersangkutan ada masalah yang sudah berlangsung cukup lama sehingga menciptakan lingkungan yang memberikan dampak bertambahnya pada angka stunting.

Makan ASI saja dalam enam bulan pertama sudah cukup memberikan kebutuhan gizi dan bayi akan beresiko kerdil menderit sakit dibandingkan yang tidak diberikan ASI eksklusif. Pemberian ASI juga berhubungan dengan pertumbuhan panjang badan anak. Semakin lama anak disusui, semakin cepat mereka tumbuh baik pada kedua dan tahun ketiga kehidupan. Asupan zat gizi yang rendah dipengaruhi oleh pola asuh, salah satunya adalah perilaku pemberian makan yang tidak tepat. Penelitian menyebutkan adanya hubungan yang nyata antara pola pengasuhan dengan stunting. Perilaku pemberian makanan balita dipengaruhi oleh pengetahuan gizi ibu. Pengetahuan gizi ibu adalah salah satu faktor yang mempunyai pengaruh signifikan pada kejadian stunting. Asupan zat gizi adalah jumlah zat gizi, meliputi energi, protein, iron, zinc, dan kalsium yang berasal dari asupan makanan anak dalam sehari. Data yang diperoleh terdapat 18 baduta yang terdiagnosa stunting, dan masih banyak ibu-ibu yang belum mengetahui bagaimana cara pemberian makan pada baduta yang stunting.

### **Metode Penelitian**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan untuk meningkatkan pemahaman ibu dalam cara pemberian makanan kepada anak baduta yang terdampak stunting di Desa Bagan Kecamatan Percui Sei Tuan tahun 2021. Kegiatan Pengabdian Masyarakat merupakan wujud kontribusi Universitas Sari Mutiara Indonesia dalam implementasi tridarma perguruan tinggi. Pengabdian yang dilaksanakan ini melibatkan staff dosen dan mahasiswa. Kepanikan yang dirasakan ibu yang memiliki baduta stunting adalah bagaimana cara pemberian makan, pola makan untuk percepatan bebas stunting. Untuk mengatasi hal tersebut bidan/perawat dan dokter perlu memberi KIE dan mendiskusikan dengan ibu dan keluarga agar mereka dapat mempercepat pemulihan baduta stunting. Selain itu perlu juga melaksanakan suatu kegiatan penyuluhan yang bertujuan untuk memberikan pendidikan kesehatan kepada ibu hamil tentang cara pemberian makanan kepada anak baduta yang terdampak stunting.

Kegiatan ini dilaksanakan tetap dengan menerapkan protokol kesehatan dimana ibu-ibu yang memiliki baduta stunting yang hadir di jadwalkan dengan jumlah 18 orang, tetap jaga jarak dan kegiatan hanya berlangsung 1 jam. Kegiatan ini dilakukan dengan mematuhi protokol kesehatan yang ketat. Untuk mencegah terjadinya kerumunan pada saat, kegiatan ini juga menjaga jarak antar peserta (1 m -1,5 m). Peserta wajib menggunakan masker dan tidak dianjurkan membawa anak-anak < usia 10 tahun pada saat kegiatan berlangsung.

Kegiatan ini dimulai dari (1) terlebih dahulu tim melakukan studi pendahuluan, kegiatan ini bertujuan untuk menggali permasalahan yang ada di masyarakat, menentukan target kegiatan dan merencanakan solusi atas permasalahan yang ditemukan; (2) izin kegiatan, kegiatan ini berupa meminta izin kepada Kepala Desa dijadikan lokasi penyuluhan dan menentukan jadwal kegiatan, pembagian kelompok kecil peserta penyuluhan, dan memberikan undangan kegiatan penyuluhan kepada para lansia yang bersedia mengikuti kegiatan; (3) penyuluhan, kegiatan ini dilakukan berupa memberikan informasi/pendidikan kesehatan tentang stunting dengan materi, pengertian, tanda gejala, penyebab, cara pencegahan dan penanganan. Tahapan dari penyuluhan ini dimulai dari pemaparan materi, demonstrasi (memperagakan cara penggunaan masker yang tepat, teknik mencuci tangan) (4) refleksi dan penutupan, pada tahap ini tim melakukan refleksi dan diskusi kepada peserta mengenai materi yang telah disampaikan. Pada tiap sesinya pemateri mengevaluasi sekaligus melakukan komunikasi dan edukasi lebih mendalam; (5) Pembuatan laporan pengabdian, tahap ini tim melaporkan hasil kegiatan yang telah berlangsung pada Kepala Desa dan sepakat bersama-sama mempertahankan dan memantau pemahaman dan perilaku pencegahan stunting.

### **Hasil dan Pembahasan**

Penyuluhan dilakukan semenarik mungkin dan dengan bahasa sederhana yang dapat mudah dimengerti para peserta. Selama kegiatan berlangsung, tampak para peserta antusias dalam mengikuti kegiatan ini. Hal ini disebabkan adanya kesadaran diri dari peserta betapa bahayanya stunting dan kurangnya pengetahuan terhadap stunting. Salah satu motivasi kognitif adalah kebutuhan terhadap informasi dalam memecahkan masalah yang sedang dihadapi. Sebelum dan sesudah kegiatan pendidikan kesehatan atau penyuluhan tim memberi kuesioner yang harus diisi oleh para peserta, dengan hasil sebagai berikut:

**Tabel 1 Persentase Pengetahuan tentang Covid-19 Sebelum Pendidikan Kesehatan**

No	Pengetahuan	Baik		Kurang baik		Jumlah
		n	%	n	%	
1	Sebelum	5	28	13	72	18
2	Sesudah	18	100	0	0	18

Dari tabel 1 didapati sebelum dilakukan penyuluhan mayoritas peserta berpengetahuan kurang tentang cara pemberian makan pada anak yang terdampak stunting sebesar 72% (13 orang) dan hanya 5 orang saja (28%) berpengetahuan baik. Setelah dilakukan penyuluhan terdapat peningkatan pengetahuan. Seluruh peserta memiliki pengetahuan baik tentang pendampingan cara pemberian makan pada anak yang terdampak stunting (100%).

Pengetahuan merupakan hal yang terpenting dalam menentukan tindakan ataupun perilaku seseorang (Aritonang, 2018), jika seseorang berpengetahuan rendah tentang sesuatu maka dominan memiliki sikap dan tindakan yang kurang juga. Adanya kasus stunting yang tinggi yang dapat menimbulkan dampak negative baik panjang maupun pendek memaksa masyarakat harus banyak mencari tahu tentang stunting agar dapat di cegah.

Hasil kegiatan ini membuktikan bahwasanya pendidikan kesehatan yang menggunakan teknik penyuluhan diikuti dengan adanya demonstrasi, redemonstrasi, diskusi interpersonal mampu meningkatkan pemahaman peserta termasuk pada kelompok lansia. Hal ini dikarenakan penggunaan media merupakan suatu komponen terpenting dalam suatu kegiatan penyuluhan (Johariyah & Mariati, 2018). Kegiatan ini menggambarkan adanya proses yang kompleks terjadi pada saat kegiatan pendidikan kesehatan yang berawal dari pancaindera yang banyak menyalurkan pengetahuan ke otak adalah mata pengetahuan manusia diperoleh dan disalurkan melalui pancaindera yang lain, sehingga penyuluhan dapat dijadikan suatu media untuk meningkatkan pengetahuan dan perubahan perilaku seseorang.

Penyuluhan, atau bentuk penyegaran lain sangatlah diperlukan bagi ibu untuk memperbarui pengetahuan mereka yang selama ini hanya berkutat di posyandu saja. penelitian Solehati (2017) bahwa edukasi berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan. Ibu balita memerlukan pengetahuan yang terkini karena pengetahuan sifatnya selalu berkembang. Pengetahuan yang mereka peroleh ini diharapkan dapat diaplikasikan dalam praktik keseharian dalam pemberian makanan bagi balitanya. Peningkatan pengetahuan ibu tentang gizi dan stunting pada balita akan menimbulkan hal positif bagi ibu karena ilmu tersebut akan diaplikasikan dalam kehidupannya sehari hari. Sehingga diharapkan dengan demikian angka kejadian gizi balita kurang ataupun stunting dapat dicegah. Pemberian penyuluhan ini tentunya tidak hanya terbatas pada materi gizi dan stunting saja melainkan juga tentang cara pengolahan makanan hingga proses penyajian. Kegiatan pendidikan kesehatan ini sangatlah penting mengingat stunting dan gizi balita merupakan masalah utama di negara berkembang.

### **Simpulan dan Rekomendasi**

Kesimpulan yang didapati adalah adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman ibu baduta tentang cara pemberian makan pada anak yang terdampak stunting setelah dilakukan pendidikan kesehatan melalui penyuluhan. Rekomendasi

setelah kegiatan ini adalah perlunya dilakukan pendidikan kesehatan, penyuluhan secara berkesinambungan hingga terjadi perubahan perilaku yang lebih baik.

### Daftar Pustaka

- Aritonang, J. (2018). Peningkatan Pengetahuan Ibu Tentang Imunisasi Pentabio Lanjutan Setelah Pemberian Pendidikan Kesehatan Di Puskesmas Lampaseh Aceh. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 2(2), 173-179. <https://doi.org/10.37294/jrkn.v2i2.125>
- Johariyah, A., & Mariati, T. (2018). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Remaja Dengan Pemberian Modul Terhadap Perubahan Pengetahuan Remaja. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS.Dr. Soetomo*, 4(1), 38-46. <https://doi.org/10.29241/jmk.v4i1.100>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2013). Hasil Riset Kesehatan Dasar Kementerian RI 2013. *Proceedings, Annual Meeting - Air Pollution Control Association*.
- Larasati, N. N. (2018). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 25-59 bulan di Posyandu Wilayah Puskesmas Wonosari II Tahun 2017. *Skripsi*.
- Niga, D. M., & Purnomo, W. (2016). Hubungan Antara Praktik Pemberian Makan, Perawatan Kesehatan, Dan Kebersihan Anak Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 1-2 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Oebobo Kota Kupang. *Wijaya*.
- Soeharto, T. N. E. D. (2020). Pendampingan Kader Bina Keluarga Lansia (BKL) Mugi Waras Dusun Blendung Desa Sumbersari Moyudan Sleman DIY: Ditengah Wabah Pandemi Covid-19. In *Covid-19 dalam Ragam Tinjauan Perspektif*.
- Suryantini, H. (2003). Kebutuhan Informasi dan Motivasi Kognitif Penyuluh Pertanian Serta Hubungannya dengan Penggunaan Sumber Informasi (Kasus di Kabupaten Bogor, Jawa Barat). *Jurnal Perpustakaan Pertanian*, 12(33), 41. <http://203.190.36.42/publikasi/pp122031.pdf>
- Wirth, J. P., Rohner, F., Petry, N., Onyango, A. W., Matji, J., Bailes, A., de Onis, M., & Woodruff, B. A. (2017). Assessment of the WHO Stunting Framework using Ethiopia as a case study. *Maternal and Child Nutrition*. <https://doi.org/10.1111/mcn.12310>
- World Health Organization. (2015). *WHO | Stunting in a nutshell*. Who.