

## **Pendidikan Kesehatan Tentang Pentingnya Gizi Yang Cukup Dan Seimbang Untuk Pencegahan Stunting Di Puskesmas Kota Datar**

Yaumil Fauziah<sup>1</sup>, Maimunah R<sup>2</sup>, Annisa Namirah Nasution<sup>3</sup>  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Flora, Medan, Indonesia<sup>123</sup>

E-mail: [yaumil.fauziah9@gmail.com](mailto:yaumil.fauziah9@gmail.com), [mumunrieto@gmail.com](mailto:mumunrieto@gmail.com), [annisanamirah96@gmail.com](mailto:annisanamirah96@gmail.com)

### **ABSTRAK**

*Stunting* (kerdil) adalah kondisi dimana balita memiliki panjang atau tinggi badan yang kurang jika dibandingkan dengan umur. Kondisi ini diukur dengan panjang atau tinggi badan yang kurang dari minus dua standar deviasi median standar pertumbuhan anak dari WHO. Perumusan masalah dalam penelitian ini apakah ada pengaruh promosi kesehatan pada ibu balita stunting tentang pentingnya gizi yang cukup dan seimbang untuk pencegahan stunting di Puskesmas Kota Datar. Jenis penelitian ini adalah *pra experiment* dengan rancangan *pre test and post test only one group*. Penelitian berlokasi di Puskesmas Kota Datar. Populasi penelitian yaitu seluruh ibu yang memiliki balita stunting di Puskesmas Kota Datar yang berjumlah 270 orang. Besar sampel sebanyak 34 orang. Analisis data menggunakan uji *wilcoxon*. Hasil penelitian adalah ada pengaruh signifikan *p value*  $0,00 < 0,05$  sebelum dan sesudah dilakukan promosi kesehatan kepada ibu yang memiliki balita stunting di Puskesmas Kota Datar. Kesimpulannya ada pengaruh yang signifikan pada ibu balita stunting tentang pentingnya gizi yang cukup dan seimbang untuk pencegahan stunting di Puskesmas Kota Datar. Di sarankan kepada Puskesmas Kota Datar agar lebih aktif dalam memberikan penyuluhan kesehatan tentang pentingnya gizi yang cukup dan seimbang secara komprehensif, periodik dan berkesinambungan.

Kata Kunci : Stunting, Ibu Balita, Gizi Cukup, Gizi Seimbang

### **ABSTRACT**

Stunting (dwarf) is a condition where a toddler has less length or height compared to age. This condition is measured by a body length or height that is less than minus two standard deviations from the median of WHO child growth standards. . The formulation of the problem in this research is whether there is an influence of health promotion on mothers of stunted toddlers regarding the importance of adequate and balanced nutrition for preventing stunting at the Kota Datar Community Health Center. This type of research is pre-experimental with a pre-test and post-test only one group design. The research was located at Datar City Health Center. The research population was all mothers who had stunted toddlers at the Datar City Health Center, totaling 270 people. The sample size was 34 people. Data analysis used the Wilcoxon test. The results of the research were that there was a significant effect of *p value*  $0.00 < 0.05$  before and after health promotion was carried out for mothers with stunting toddlers at the Kota Datar Community Health Center. In conclusion, there is a significant influence on stunting mothers regarding the importance of adequate and balanced nutrition for preventing stunting at the Datar City Health Center. It is recommended that the Datar City Community Health Center be more active in providing health education about the importance of adequate and balanced nutrition in a comprehensive, periodic and continuous manner.

Keywords: Stunting, Mothers of Toddlers, Adequate Nutrition, Balanced Nutrition

## **PENDAHULUAN**

*Stunting* (kerdil) adalah kondisi dimana balita memiliki panjang atau tinggi badan yang kurang jika dibandingkan dengan umur. Kondisi ini diukur dengan panjang atau tinggi badan yang kurang dari minus dua standar deviasi median standar pertumbuhan anak dari WHO. Balita *stunting* termasuk masalah gizi kronik yang disebabkan oleh banyak faktor seperti kondisi sosial ekonomi, gizi ibu saat hamil, kesakitan pada bayi, dan kurangnya asupan gizi pada bayi. Balita *stunting* di masa yang akan datang akan mengalami kesulitan dalam mencapai perkembangan fisik dan kognitif yang optimal. Kejadian balita *stunting* (pendek) merupakan masalah gizi utama yang dihadapi Indonesia. Berdasarkan data Pemantauan Status Gizi (PSG) selama tiga tahun terakhir, pendek memiliki prevalensi tertinggi dibandingkan dengan masalah gizi lainnya seperti gizi kurang, kurus, dan gemuk. Prevalensi balita pendek mengalami peningkatan dari tahun 2016 yaitu 27,5% menjadi 29,6% pada tahun 2017. (Kemenkes RI, 2017).

Permasalahan stunting merupakan masalah gizi yang dihadapi dunia terutama negara miskin dan berkembang. Stunting adalah kegagalan tumbuh kembang akibat akumulasi kekurangan gizi yang berlangsung lama dari masa kehamilan sampai usia 24 bulan. Banyak faktor yang menyebabkan tingginya angka kejadian stunting pada balita. Masyarakat belum menyadari stunting sebagai masalah dibandingkan dengan masalah gizi lainnya. Secara global, kebijakan yang ditujukan untuk mengurangi kejadian stunting difokuskan pada 1000 hari pertama, yang dikenal dengan Scaling Up Nutrition. WHO merekomendasikan penurunan stunting sebesar 3,9% per tahun guna memperoleh target penurunan stunting sebesar 40% pada tahun 2025. Intervensi dilakukan sepanjang siklus kehidupan baik di sektor kesehatan maupun non kesehatan yang melibatkan berbagai lapisan masyarakat seperti pemerintah, sektor swasta, masyarakat sipil, PBB melalui aksi kolektif untuk meningkatkan perbaikan gizi, baik jangka pendek (intervensi spesifik) maupun jangka panjang (sensitif). (Anggraini & Romadona, 2020)

## **METODE PELAKSANAAN**

Metode Pelaksanaan Kegiatan meliputi :

1. Tahap Persiapan : Pengurusan Administrasi, Sosialisasi Kegiatan Kepada Ibu Balita yang memiliki Anak Balita Stunting yang ada di Puskesmas Kota Datar Tahun 2024, Mempersiapkan tempat pelaksanaan kegiatan.
2. Tahap Pelaksanaan : Registrasi, Pembukaan, Penyuluhan
3. Tahap Terminasi: Evaluasi dengan memberikan pertanyaan kepada peserta terkait dengan materi acara yang sudah berlangsung.

Alat dan Bahan

Adapun alat dan bahan yang dibutuhkan adalah: Leaflet, Spanduk, Infocus, TOA dan Microphone + cok sambung

Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Sabtu, 06 Mei 2024 pada pukul (08.00-14.00) WIB di Aula Puskesmas Kota Datar Tahun 2024

a. Evaluasi Struktur

1. Penyelenggaraan penyuluhan ditempat penyuluhan
2. Peserta hadir tepat waktu ditempat pelaksanaan penyuluhan
3. Peserta mengisi lembar absensi.

b. Evaluasi Proses

1. Peralatan untuk penyuluhan telah dipersiapkan sebelum acara dimulai.
2. Peserta aktif bertanya.
3. Tidak ada peserta yang meninggalkan ruangan tanpa alasan yang tidak jelas

4. Evaluasi Hasil

70% peserta memahami materi yang telah disampaikan meliputi pengertian stunting, pencegahan stunting, dan gizi yang cukup serta seimbangan pada anak dan manfaatnya.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan Pengabdian Masyarakat Penyuluhan Tentang Pendidikan Kesehatan Tentang Pentingnya Gizi Yang Cukup Dan Seimbang Untuk Pencegahan Stunting Di Puskesmas Kota Datar. Yang dilaksanakan pada hari Senin, 06 Mei 2024, bertempat di Ruang Aula Puskesmas Kota Datar yang diikuti oleh 34 Ibu balita yang memiliki Anak Balita Stunting. Adapun kegiatan-kegiatan yang ada didalamnya yaitu:

1. Registrasi
2. Pembukaan
3. Penyuluhan tentang pentingnya gizi yang cukup dan seimbang
4. Memberikan sovenir untuk hadiah

Adapun rangkaian kegiatan yang berlangsung meliputi:

Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan Registrasi peserta oleh panitia pelaksana yang seluruhnya berjumlah 34 orang selama kegiatan. Selanjutnya dilakukan pembukaan acara oleh Ketua Panitia, ketua STIKes Flora dan Kepala Puskesmas Kota Datar dan acara dilanjutkan dengan penyuluhan dari pemateri secara berurutan. Adapun pemberi penyuluhan adalah sebagai berikut:

No.	Penyuluh	Materi
1.	Yaumil Fauziah, S.Tr.Keb, M.Keb	Pemberi Penyuluhan tentang Pentingnya Gizi Yang Seimbang dan Cukup Pada Ibu Balita
2.	Maimunah R, SST, M.Kes	Tanya Jawab

Setelah penyuluhan selesai dilakukan, acara dilanjutkan dengan pembagian souvenir untuk ibu yang mengikuti kegiatan.



## **KESIMPULAN**

Kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan berjalan dengan baik. Para peserta yang mengikuti kegiatan tampak antusias dalam mengikuti penyuluhan. Hal ini dibuktikan dengan antusiasnya para peserta memberikan pertanyaan dengan teratur dan tertib, para peserta juga mendengarkan penjelasan tentang materi penyuluhan oleh panitia kegiatan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Abri, N. (2022). *Identification of Socio-Demographic Factors with the Incidence of Stunting in Elementary School Children in Rural Enrekang*. 1(2), 88–94.
- Afifah, C. A. N., Sulandjari, S., Indrawati, V., & Ruhana, A. (2021). *Developing Nutrition Leaflets and Pocketbook: Improving Mother's Knowledge about Stunting*. 618(Ijcah), 1058–1063.
- Anggraini, Y., & Romadona, N. F. (2020). *Review of Stunting in Indonesia*. 454(Ecep 2019), 281–284. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200808.055>
- Agustina, et al. (2022). *Promosi Edukasi dan Advokasi* (R. M. Sulung Neila. Sahara (ed.); I). PT GLOBAL EKSEKUTIF TEKNOLOGI.
- Akbar, R., Jaya, U. P., Anwar, C., Jaya, U. P., Siregar, J. H., & Jaya, U. P. (2022). *Teori Belajar Dan Pembuatan Video Pembelajaran, Menggunakan Power Point*,

*Canva Dan Movie Maker* (Issue February).

- Alifariki, L. O. (2020). *Gizi Anak dan Stunting* (H. Julika & Mariany (eds.); I). Cv. Fawwaz Mediacta.
- Aman, B. (2021). *Solving Stunting in Children as a Medical, Social, Economic, Political, and Emotional Problem*. 4, 1–5.
- Anggraeni, R., Sansuwito, T. Bin, & Nambiar, N. (2022). the Effectiveness of Education To Improve Knowledge and Attitudes on Stunting Prevention in Mothers Who Have Under-Children a : Literature Review. *Green Publisher*, 413–422.
- Kemendes RI. (2017). Buku Saku Pemantauan Status Gizi. *Buku Saku*, 1–150.
- Apriadi, P., Agustina, R., & Zuhriana, A. (2020). *Promosi Kesehatan Lanjutan Dalam Teori dan Aplikasi* (1st ed.). Prenada Media.
- Ara, G., Sanin, K. i., Khanam, M., Sarker, S. A., & Khan, S., Rifai, M., et al. (2019). Study protocol to assess the impact of an integrated nutrition intervention on the growth and development of children under two in rural Ara G., *BMC Public Health*, 19(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7777-y>
- Ardian, D., & Utami, E. D. (2021). Pengaruh Karakteristik Demografi Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita Di Provinsi Sulawesi Barat. *Seminar Nasional Official Statistics*, 2020(1), 397–406. <https://doi.org/10.34123/semnasoffstat.v2020i1.365>
- Barik, A. L., Purwaningtyas, R. A., & Astuti, D. (2019). The Effectiveness of Traditional Media (Leaflet and Poster) to Promote Health in a Community Setting in the Digital Era: A Systematic Review. *Jurnal Ners*, 14(3), 76. <https://doi.org/10.20473/jn.v14i3.16988>
- BPS RI, & Kemkes RI. (2022). *Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*. 1–7.
- Bustami, B., & Ampera, M. (2020). The identification of modeling causes of stunting children aged 2–5 years in Aceh province, Indonesia (Data analysis of nutritional status monitoring 2015). *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 8(E), 657–663. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2020.4659>