

Penyuluhan Tentang Pencegahan Dini Stunting di Maccini Sombala*Counseling on Early Prevention of Stunting at Maccini Sombala***Evi Sri Dahrianti¹, Rasdin Rasdin^{2*}, Muhammad Idhan², Nengsiana¹**¹ Program Studi Kebidanan, STIK GIA Makassar, Indonesia² Program Studi Keperawatan, STIK GIA Makassar, Indonesia

Corresponding Author

Evi Sri Dahrianti, Program Studi Kebidanan, STIK GIA Makassar, Indonesia, Email: evisridahrianti27@gmail.com

Received: 30 January 2024 ◦ Revised: 25 February ◦ Accepted: 05 Maret 2024

ABSTRAK

Pendahuluan stunting merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius, terutama di negara-negara berkembang. Dampak stunting pada pertumbuhan dan perkembangan anak dapat berdampak jangka panjang terhadap kesehatan dan produktivitas individu serta masyarakat secara keseluruhan. Penyuluhan tentang pencegahan dini stunting menjadi krusial dalam upaya mengurangi prevalensi stunting. Tujuan dari kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan bahwa pentingnya makan makanan sehat dan bergizi seimbang bagi anak sekolah dasar. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini penyuluhan tentang pentingnya pengetahuan tentang stunting dan pembagian leaflet. Hasil berdasarkan hasil evaluasi telah terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya pola makan sehat dan gizi yang baik untuk mencegah stunting, dan pengembangan program pendidikan tentang gizi seimbang dan praktik makanan sehat bagi ibu hamil dan balita. Kesimpulan stunting dapat dicegah sejak dini dengan cara berkomunikasi dan bekerja sama antara Pemerintah Desa, Pemerintah Kecamatan dan yang sangat penting adalah peran dari Puskesmas. Kegiatan PkM dapat memberikan kontribusi positif bagi masyarakat, baik dalam hal peningkatan pengetahuan, perubahan perilaku, atau peningkatan kesejahteraan secara keseluruhan. Oleh karena itu, penting untuk memastikan bahwa hasil PKM dapat diimplementasikan dan berkelanjutan dalam jangka waktu yang panjang.

ABSTRACT

Stunting is a serious public health problem, especially in developing countries. The impact of stunting on children's growth and development can have long-term impacts on the health and productivity of individuals and society. Counseling on early prevention of stunting is crucial to reduce the prevalence of stunting. The purpose of this activity is to increase knowledge that the importance of eating healthy and nutritionally balanced foods for elementary school children. The method used in this activity is counseling about the importance of knowledge about stunting and distributing leaflets. The results based on the evaluation results have increased public knowledge about the importance of a healthy diet and good nutrition to prevent stunting, and the development of educational programs on balanced nutrition and healthy food practices for pregnant women and toddlers. Conclusion stunting can be prevented early by communicating and working together between the Village Government and District Government and very important is the role of the Puskesmas. PkM activities can make a positive contribution to society, whether in terms of increasing knowledge, changing behavior, or improving overall well-being. Therefore, it is important to ensure that the results of PkM can be implemented and sustainable over a long period of time.

Keywords: *failure to thrive; lack of nutritional intake; toddlers.*

PENDAHULUAN

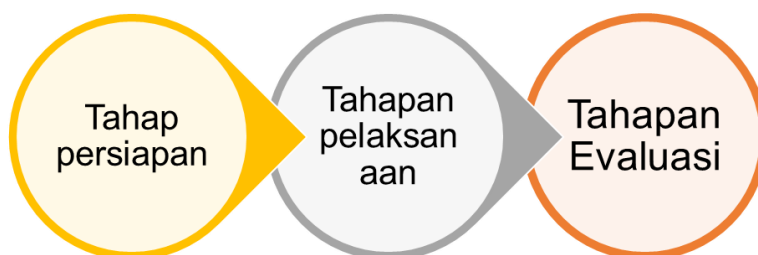
Stunting merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang menjadi perhatian serius di berbagai negara, terutama di negara-negara berkembang. Stunting adalah kondisi gagal pertumbuhan pada anak akibat kekurangan gizi kronis dalam jangka panjang, yang menyebabkan anak memiliki tinggi badan yang lebih pendek dari standar pertumbuhan normal (Arda et al., [2023](#)). Dampak stunting bukan hanya terbatas pada aspek kesehatan individu, tetapi juga memiliki implikasi yang luas terhadap perkembangan sosial, ekonomi, dan produktivitas suatu bangsa. Stunting, sebagai salah satu bentuk kekurangan gizi kronis, merupakan masalah kesehatan masyarakat yang meresahkan, terutama di negara-negara berkembang (Lina et al., [2022](#)). Stunting terjadi ketika anak mengalami kekurangan gizi kronis dalam jangka waktu yang panjang, yang pada akhirnya memengaruhi pertumbuhan dan perkembangannya secara keseluruhan. Dampak stunting tidak hanya bersifat fisik, tetapi juga dapat menghambat perkembangan kognitif, sosial, dan ekonomi anak hingga ke masa dewasa. Stunting masih menjadi permasalahan gizi nasional yang dialami oleh sejumlah besar anak di Indonesia (Komariah & Eriyani, [2023](#)).

Pencegahan dini stunting menjadi krusial dalam menanggulangi masalah ini, mengingat stunting seringkali terjadi pada masa awal kehidupan, terutama pada periode 1.000 hari pertama, yaitu dari kehamilan hingga usia 2 tahun anak (Elly Susilawati et al., [2022](#)). Pada periode ini, pertumbuhan dan perkembangan otak serta tubuh anak sangat rentan terhadap kekurangan gizi dan faktor lingkungan yang tidak sehat. Dalam konteks pencegahan dini stunting, upaya-upaya preventif dan intervensi yang dilakukan sejak awal kehidupan anak sangatlah penting. Langkah-langkah pencegahan dini yang efektif dapat membantu memastikan bahwa anak-anak mendapatkan asupan gizi yang cukup, lingkungan yang sehat, dan perawatan yang tepat sejak awal kehidupan mereka (Agustino & Widodo, [2022](#)). Pentingnya pencegahan dini stunting menjadi sorotan utama dalam upaya memerangi masalah ini. Pencegahan dini stunting bertujuan untuk mengidentifikasi risiko stunting sejak dini dan memberikan intervensi yang tepat guna mencegah terjadinya stunting pada masa pertumbuhan anak (Indah Yun Diniaty R & Arisna Kadir, [2022](#)). Upaya pencegahan dini ini bukan hanya tanggung jawab individu, tetapi juga merupakan komitmen bersama dari berbagai pihak, termasuk pemerintah, praktisi kesehatan, pendidik, keluarga, dan masyarakat secara luas. Memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang pentingnya pencegahan dini stunting. Mulai dari pemahaman tentang stunting itu sendiri hingga upaya-upaya konkret yang dapat dilakukan untuk mencegahnya, informasi ini diharapkan dapat menjadi pijakan bagi pembaca untuk terlibat aktif dalam upaya pencegahan stunting di lingkungan mereka masing-masing (Hanif, [2023](#)).

Strategi dan langkah-langkah yang dapat dilakukan untuk mencegah dini stunting. Langkah-langkah tersebut melibatkan berbagai aspek, mulai dari pemberian makanan yang bergizi, praktik pemberian ASI eksklusif, hingga perbaikan sanitasi lingkungan dan peningkatan akses terhadap layanan kesehatan (Hasnita, [2022](#)). Melalui kesadaran dan tindakan bersama, diharapkan dapat terwujud generasi masa depan yang sehat, cerdas, dan produktif, yang mampu menghadapi tantangan global dengan optimal (Herlianty et al., [2023](#)). Pada akhirnya, upaya pencegahan dini stunting tidak hanya merupakan tanggung jawab individu, tetapi juga merupakan investasi penting dalam pembangunan masa depan bangsa. Pola makan yang sehat dan bergizi seimbang merupakan fondasi utama dari gaya hidup sehat dan kesejahteraan manusia. Gaya hidup modern yang sering kali dipenuhi dengan makanan olahan, cepat saji, dan pilihan makanan yang kurang sehat, pentingnya pemahaman akan makanan sehat menjadi semakin menonjol. Tujuan dari kegiatan PkM ini adalah memberikan pengetahuan bagi masyarakat khususnya ibu-ibu tentang pencegahan dini stunting.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan dilaksanakan pada hari Senin 27 November 2023 pukul 09.00 sampai dengan selesai. Sebelum kegiatan penyuluhan dimulai mahasiswa membagikan leaflet terlebih dahulu kepada Masyarakat Maccini Sombala. Sebelum kegiatan penyuluhan dimulai mahasiswa membagikan leaflet terlebih dahulu kepada siswa-siswi. Sebagai alternatif pemecahan masalah yang sudah diidentifikasi, maka dilakukan kegiatan penyuluhan tentang pentingnya makan makanan sehat dan bergizi seimbang. Metode yang digunakan dalam peningkatan pengetahuan ini adalah memberikan penyuluhan tentang Pentingnya Makan makanan Sehat dan Bergizi Seimbang. Adapun metode yang digunakan dalam kegiatan ini menggunakan beberapa jenis metode, yaitu: penyuluhan tentang pentingnya pencegahan dini stunting, makan makanan sehat dan bergizi seimbang, dan pembagian leaflet.



Gambar 1. Tahapan kegiatan pengabdian

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan dilaksanakan pada hari Senin 27 November 2023 pukul 09.00 sampai dengan selesai. Sebelum kegiatan penyuluhan dimulai mahasiswa membagikan leaflet terlebih dahulu kepada Masyarakat Maccini Sombala.



Gambar 2. Pelaksanaan Kegiatan edukasi pentingnya pencegahan dini stunting dan makanan gizi seimbang

Peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan dini stunting merupakan langkah krusial dalam mengurangi prevalensi stunting di berbagai komunitas. Melalui upaya bersama antara pemerintah, praktisi kesehatan, akademisi, dan masyarakat, pengetahuan tentang pencegahan dini stunting dapat meningkat, sehingga masyarakat dapat mengambil tindakan preventif yang lebih efektif untuk meningkatkan kesehatan dan pertumbuhan anak-anak (Priyono, 2020). Gizi seimbang itu merupakan susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktifitas fisik, perilaku hidup bersih dan mempertahankan berat badan

normal secara teratur (Nuzrina, [2020](#)). Makanan Sehat adalah makanan yang memiliki kandungan seimbang mengandung serat dan zat-zat yang diperlukan tubuh untuk proses tumbuh kembang. Menu makanan yang sehat harus kaya akan unsur zat gizi seperti Karbohidrat, Protein, Mineral, vitamin dan sedikit lemak tak jenuh atau lebih tepatnya disingkat dengan nama menu 4 sehat 5 sempurna. Melalui upaya bersama antara berbagai pihak dan pendekatan yang komprehensif, diharapkan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan dini stunting dapat meningkat secara signifikan, yang pada gilirannya akan berdampak positif pada kesehatan dan kesejahteraan anak-anak di seluruh dunia (Rahmy et al., [2020](#)).

Pencegahan dini stunting merujuk pada serangkaian tindakan preventif yang diambil sejak awal kehidupan anak untuk mencegah terjadinya gagal pertumbuhan atau stunting. Stunting adalah kondisi gagal pertumbuhan pada anak yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis dalam jangka waktu yang panjang, biasanya terjadi sejak dalam kandungan hingga usia 2 tahun (Amalia & Putri, [2022](#)). Pencegahan dini stunting bertujuan untuk memastikan bahwa anak-anak menerima asupan gizi yang mencukupi dan memadai sejak awal kehidupan mereka, karena periode ini merupakan fase kritis dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Memberikan ASI secara eksklusif selama 6 bulan pertama kehidupan bayi merupakan langkah kunci dalam pencegahan stunting. ASI mengandung nutrisi penting yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan optimal (Nurwahyuni et al., [2023](#)). Pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang seimbang setelah usia 6 bulan, anak-anak membutuhkan makanan tambahan yang kaya akan nutrisi untuk mendukung pertumbuhan mereka. MP-ASI yang seimbang mengandung zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan yang optimal (Picauly & Djita, [2021](#)). Pemantauan pertumbuhan anak penting untuk memantau pertumbuhan anak secara teratur untuk mendeteksi dini kemungkinan adanya stunting atau masalah pertumbuhan lainnya. Hal ini memungkinkan intervensi yang tepat waktu jika diperlukan. Peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat memberikan edukasi kepada orang tua, keluarga, dan masyarakat tentang pentingnya gizi yang baik, pola makan sehat, dan praktik kesehatan lainnya untuk mencegah stunting ([Setiadi et al., 2020](#)).

Akses Terhadap Layanan Kesehatan Yang Berkualitas Memastikan bahwa semua individu, terutama anak-anak dan ibu hamil, memiliki akses yang memadai ke layanan kesehatan yang menyediakan perawatan prenatal, natal, dan pasca-natal yang berkualitas. Pencegahan dini stunting merupakan investasi jangka panjang dalam kesehatan dan kesejahteraan anak-anak serta masa depan masyarakat secara keseluruhan. Dengan memberikan perhatian yang tepat terhadap gizi dan pertumbuhan anak sejak dini, kita dapat mengurangi angka stunting dan memastikan bahwa setiap anak memiliki kesempatan yang sama untuk tumbuh dan berkembang secara optimal. Pengetahuan mengenai stunting dan upaya pencegahannya sejak dini masih kurang memadai

KESIMPULAN DAN SARAN

Stunting dapat dicegah sejak dini dengan cara berkomunikasi dan bekerja sama antara Pemerintah Desa, Pemerintah Kecamatan dan yang sangat penting adalah peran dari Puskesmas, dimana Puskesmas sebagai rujukan apabila diperlukan penanganan yang lebih lanjut. Hasil PkM dapat memberikan kontribusi positif bagi masyarakat, baik dalam hal peningkatan pengetahuan, perubahan perilaku, atau peningkatan kesejahteraan secara keseluruhan. Oleh karena itu, penting untuk memastikan bahwa hasil PkM dapat diimplementasikan dan berkelanjutan dalam jangka waktu yang panjang.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustino, H., & Widodo, E. R. P. (2022). *Strategi Penanggulangan Children Stunting (Studi di Dinas Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana Kabupaten Malang Propinsi Jawa Timur)*.
- Amalia, J. O., & Putri, T. A. (2022). Edukasi Gizi Seimbang Pada Anak-Anak Di Desa Bawuran, Kecamatan Pleret, Kabupaten Bantul. *Jurnal Pasopati: Pengabdian Masyarakat Dan Inovasi Pengembangan Teknologi*, 4(1).
- Arda, D., Lalla, N. N. L. N., & Suprpto, S. (2023). Analysis of the Effect of Malnutrition Status on Toddlers. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(1), 111–116. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i1.910>
- Elly Susilawati, E., Yanti, Y., & Siska Helina, S. (2022). *Bidan, ASI Eksklusif, Dan Stunting Peran Bidan Sebagai Garda Terdepan Pendukung Keberhasilan ASI Eksklusif Pada Ibu Menyusui Sebagai Langkah Pencegahan Stunting*. Taman Karya.
- Hanif, M. (2023). *Inovasi Puskesmas Kecamatan Mutiara Timur Kabupaten Pidie Dalam Pencegahan Stunting*. UIN Ar-Raniry.
- Hasnita, H. (2022). Pencegahan dan Deteksi Dini Stunting Pada Balita. *Abdimas Polsaka*, 1(2), 67–72. <https://doi.org/10.35816/abdimpolsaka.v1i2.20>
- Herlianty, H., Setyawati, A., Lontaan, A., Limbong, T., Tyarini, I. A., & Putri, S. Z. (2023). Determinants Influence the Incidence of Stunting in Toddlers Aged 6-59 Months. *Jurnal Edukasi Ilmiah Kesehatan*, 1(2), 73–79. <https://doi.org/10.61099/junedik.v1i2.18>
- Indah Yun Diniaty R, & Arisna Kadir. (2022). Gerakan Pencegahan Stunting Melalui Pemberdayaan Masyarakat Dalam Mendukung Program 1000 Hpk. *Abdimas Polsaka*, 1(1), 35–38. <https://doi.org/10.35816/abdimpolsaka.v1i1.13>
- Komariah, M., & Eriyani, T. (2023). Edukasi Remaja Mengenai Gizi dan PHBS Sebagai Upaya Pengenalan dan Pencegahan Dini Stunting di SMA 1 Darul Falah Cihampelas Kabupaten Bandung Barat. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(5), 1905–1915. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i5.9501>
- Lina, L., Elfida, E., Sulistiany, E., Supriyanti, S., & Helmi, A. (2022). Penyuluhan Stunting Pada Ibu Usia Subur Di Desa Meurandeh Kecamatan Langsa Lama Kota Langsa. *JURNAL KREATIVITAS PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM)*, 5(4), 1180–1189. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i4.5516>
- Nurwahyuni, N., Nurlinda, A., Asrina, A., & Yusriani, Y. (2023). Socioeconomic Level of Mrs. Baduta Stunting. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), 331–338. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i2.1080>
- Nuzrina, R. (2020). Upaya Peningkatan Pengetahuan Mengenai Gizi Seimbang Pada Penjamah Makanan Kantin Universitas Esa Unggul. *Jurnal Abdimas*, 6(2), 1–5.
- Picauly, I., & Djita, H. H. (2021). Hubungan Pola Pemberian Asi Eksklusif Dan Asupan Gizi Mp-Asi Dengan Status Gizi Anak Baduta. *Jurnal Pangan Gizi Dan Kesehatan*, 10(1), 16–28. <https://doi.org/10.51556/ejpazih.v10i1.132>
- Priyono, P. (2020). Strategi Percepatan Penurunan Stunting Perdesaan (Studi Kasus Pendampingan Aksi Cegah Stunting di Desa Banyumundu, Kabupaten Pandeglang). *Jurnal Good Governance*.
- Rahmy, H. A., Prativa, N., Andrianus, R., & Shalma, M. P. (2020). Edukasi Gizi Pedoman Gizi Seimbang Dan Isi Piringku Pada Anak Sekolah Dasar Negeri 06 Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, 3(2).

<https://doi.org/10.25077/bina.v3i2.208>

Setiadi, H., KM, S., & Fifi Dwijayanti, S. K. M. (2020). Pentingnya Kesehatan Masyarakat, Edukasi Dan Pemberdayaan Perempuan Untuk Mengurangi Stunting Di Negara Berkembang. *Jurnal Seminar Nasional*, 2(01), 16–25.

How to cite this article. Sri Dahrianti, E., Rasdin, R. ., Idhan, M. ., & Nengsiana, N. (2024). Counseling on Early Prevention of Stunting at Maccini Sombala. *Abdimas Polsaka: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 47–52. <https://doi.org/10.35816/abdimaspolsaka.v3i1.71>