

INTERVENSI *STUNTING* DAN *WASTING* MELALUI EDUKASI KESEHATAN KEPADA IBU HAMIL DAN IBU BALITA (Studi di Desa Sidorejo, Kabupaten Madiun)

Nur Sofiana¹, Noeroel Widajati²

^{1,2}Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga

Corresponding e-mail: nur.sofiana-2021@fkm.unair.ac.id

Copyright © 2025 The Author



This is an open access article

Under the Creative Commons Attribution Share Alike 4.0 International License

DOI: 10.53866/jimi.v5i2.815

Abstract

Stunting is a global problem because of its implications for the future of the nation. Indonesia as a developing country has a high stunting prevalence rate. The condition of growth failure in children due to chronic malnutrition, especially in the first 1000 days of life from pregnancy until the child is 2 years old can cause stunting. The Indonesian Nutrition Status Study (SSGI) revealed that parenting and instant food are the causes of high stunting rates. The purpose of this activity is to educate pregnant women and mothers of toddlers how to provide complementary foods that are appropriate for the baby's age, frequency, amount, texture, and hygiene. The activity was carried out on July 22, 2024 located in Sidorejo Village, Saradan District, Madiun Regency with 20 participants consisting of pregnant women and mothers of toddlers. Education was carried out using lecture methods and demonstrations of making additional food for toddlers. Through this community service activity program, the participants, especially mothers of toddlers, gained new knowledge about providing MP ASI with a diverse menu so that toddler nutrition is fulfilled. It can be concluded that health education for pregnant women and mothers of toddlers can provide new knowledge to prevent stunting and wasting in the future, especially in Sidorejo Village.

Keywords: Health Education, Pregnant Woman, Mothers of Toddlers, Stunting, Wasting

Abstrak

Stunting menjadi masalah dunia karena implikasinya menentukan masa depan bangsa. Indonesia sebagai negara berkembang memiliki tingkat prevalensi *stunting* tinggi. Kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi kronis, terutama pada 1000 hari pertama kehidupan sejak masa kehamilan hingga anak berusia 2 tahun dapat menyebabkan *stunting*. Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) mengungkapkan bahwa pola asuh dan makanan instan menjadi penyebab tingginya angka *stunting*. Tujuan dari kegiatan ini adalah mengedukasi ibu hamil dan ibu balita bagaimana menyediakan Makanan Pendamping ASI (MP ASI) yang sesuai dengan usia bayi, frekuensi, jumlah, tekstur, dan higienitas. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 22 Juli 2024 berlokasi di Desa Sidorejo, Kecamatan Saradan, Kabupaten Madiun dengan peserta berjumlah 20 yang terdiri dari ibu hamil dan ibu balita. Edukasi dilaksanakan dengan metode ceramah dan demonstrasi pembuatan makanan tambahan untuk balita. Melalui kegiatan pengabdian masyarakat ini para peserta kegiatan khususnya ibu balita mendapatkan pengetahuan baru mengenai pemberian MP ASI dengan menu beragam supaya nutrisi balita tercukupi. Dapat disimpulkan dengan adanya edukasi kesehatan kepada ibu hamil dan ibu balita mampu memberikan ilmu baru untuk mencegah *stunting* dan *wasting* di masa mendatang khususnya di Desa Sidorejo.

Kata Kunci: Edukasi Kesehatan, Ibu Hamil, Ibu Balita, *Stunting*, *Wasting*

1. Pendahuluan

Stunting merupakan salah satu masalah kesehatan di dunia yang berdampak pada pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, dan daya tahan tubuh anak (Sabila et al., 2023). Kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi kronis, terutama pada 1000 hari pertama kehidupan sejak masa kehamilan hingga anak berusia 2 tahun dapat menyebabkan *stunting*. Menurut data dari World Health Organization (WHO), Pada tahun 2020, secara global, 149,2 juta anak di bawah usia 5 tahun mengalami *stunting*, 45,4 juta anak mengalami *wasted* (gizi kurang akut), dan 38,9 juta anak kelebihan berat badan (WHO, 2021). Faktor risiko yang menjadi penyebab utama *stunting* yaitu asupan gizi yang kurang, infeksi berulang, pekerjaan ibu, tinggi badan ayah, tinggi badan ibu, pendapatan, jumlah anggota rumah tangga, pola asuh, dan pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif, pendidikan ibu, pengetahuan ibu mengenai gizi, umur pemberian Makanan Pendamping (MP) ASI, tingkat kecukupan *zinc* dan zat besi (Gusnedi et al., 2023). Dampak kesehatan jangka panjang dari *stunting* dapat terlihat pada postur tubuh pendek, kesehatan reproduksi yang buruk, komposisi tubuh yang tidak optimal, dan risiko penyakit kronis yang tidak menular yang lebih tinggi pada usia dewasa. Sementara itu, kapasitas perkembangan tercermin dari prestasi sekolah yang buruk, kemampuan belajar yang rendah, dan potensi kapasitas kerja dan produktivitas yang tidak tercapai (Soliman et al., 2021).

Orang tua memainkan peran penting dalam membentuk generasi. Mengasuh, mendidik anak, memberi makan anak, dan bentuk-bentuk pola asuh yang akan diterapkan dalam mendidik anak di usia emas yaitu 0 – 6 tahun merupakan periode penting untuk menstimulasi perkembangan anak. Pola asuh yang buruk dapat menyebabkan *stunting* pada balita, salah satunya adalah pemenuhan gizi yang tidak sesuai dengan kebutuhan anak. Orang tua yang tidak memberikan pola asuh yang baik akibat dari minimnya pengetahuan terhadap pola asuh berakibat pada pemberian makanan instan pada anak usia pertumbuhan. Makanan cepat saji membuat bayi kehilangan vitamin, mineral, dan kebutuhan gizi lainnya yang membuat anak mengidap *stunting*. Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Provinsi Bangka Belitung mengungkapkan bahwa pola asuh dan makanan instan menjadi penyebab tingginya angka *stunting* di Bangka Belitung yang mencapai prevalensi 18,6% (Nugroho et al., 2021)

Masalah *stunting* harus segera diselesaikan, sebab dapat mengganggu potensi sumber daya manusia bahkan dapat meningkatkan kematian pada balita (Yuwanti, et al., 2021). *Stunting* konsisten menjadi isu kesehatan nasional selama beberapa tahun belakangan dan mengancam kualitas generasi penerus bangsa. Program perbaikan *stunting* merupakan salah satu fokus program kesehatan yang sudah digalakkan oleh pemerintah dari tahun 2013 dalam Gerakan Nasional Percepatan Gizi. Pada tahun 2021, Kementerian Kesehatan didukung oleh Biro Pusat Statistik melaksanakan Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) untuk melihat lebih rinci terkait kasus *stunting* yang kemudian menjadi sebagai dasar pembentukan program percepatan penurunan *stunting* sebagai bagian dari target Generasi Emas Indonesia 2045.

Kegiatan edukasi ibu hamil dan ibu balita tentang pentingnya gizi yang terpenuhi harus dilakukan sebagai upaya untuk menurunkan kejadian *stunting* dan *wasting*. Salah satu bentuk kegiatan yang dapat dilakukan yaitu dengan memberikan edukasi terkait *stunting* dan *wasting* serta pemenuhan nutrisi melalui Makanan Pendamping ASI (MP ASI) secara lengkap dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Tujuan dilaksanakannya pengabdian masyarakat ini agar dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan balita terkait *stunting* dan *wasting* termasuk cara membuat makanan pendamping ASI untuk balita.

2. Metode Penelitian

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul “SIDO SIGAP: Sosialisasi dan Demonstrasi Masak MP ASI Bagi Ibu Hamil dan Ibu Balita” dilakukan di Balai Desa Sidorejo, Kecamatan Saradan, Kabupaten Madiun, Provinsi Jawa Timur pada hari Senin tanggal 22 Juli 2024 pukul 09.00 WIB. Tujuan dari kegiatan ini adalah mengedukasi ibu hamil dan ibu balita bagaimana menyediakan Makanan Pendamping ASI (MP ASI) yang sesuai dengan usia bayi, frekuensi, jumlah, tekstur, dan hygiene. Sasaran pengabdian masyarakat ini yaitu ibu hamil yang mengalami kekurangan energi kronis (KEK) dan ibu yang memiliki balita *stunting* dan *wasting* yang berjumlah 20 orang. Tahapan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi perencanaan, persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap perencanaan yaitu melakukan pengumpulan data melalui wawancara dan koordinasi terkait kegiatan dengan badan desa. Pada tahap persiapan meliputi menyiapkan undangan untuk peserta penyuluhan dan narasumber yaitu ahli gizi dari Puskesmas Saradan, *goodie bag* untuk undangan, serta perlengkapan penunjang. Pada tahap pelaksanaan

yaitu terdiri pemaparan materi dan demonstrasi memasak MP ASI. Keberhasilan dari kegiatan ini diukur melalui minimal 50% peserta yang diundang hadir dalam kegiatan ini dari awal hingga akhir.

Metode yang digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dalam pengabdian masyarakat ini adalah dengan metode ceramah dan demonstrasi. Pada sesi ceramah dilakukan dengan memberikan presentasi menggunakan media *power point* yang berisikan materi MP ASI adekuat cegah *stunting*. Pada sesi demonstrasi dilakukan praktik pembuatan dan pemberian makanan tambahan (PMT) untuk balita. Tahap perencanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dengan melakukan observasi permasalahan kesehatan di wilayah pengabdian dengan melihat dan mengidentifikasi data profil kesehatan kemudian melakukan koordinasi dengan bidan desa. Setelah dilakukan koordinasi diputuskan intervensi yang akan dilakukan dengan penentuan sasaran yang dibantu bidan desa. Persiapan program pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan melakukan perizinan kegiatan kepada Kepala Desa Sidorejo untuk penggunaan tempat kegiatan di balai desa. Selanjutnya melakukan kunjungan untuk mengundang sasaran agar berpartisipasi dalam kegiatan.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian dilakukan ceramah terkait *stunting* dan *wasting* serta perawatan balita yang meliputi pemenuhan nutrisi balita yang bergizi. Kegiatan ceramah dilakukan oleh narasumber yaitu ahli gizi dari Puskesmas Saradan dan bidan wilayah Desa Sidorejo. Setelah pemaparan materi, narasumber mengajak partisipan untuk menjawab beberapa pertanyaan mengenai bagaimana tanggapan ibu terhadap kebiasaan masyarakat saat ini dalam memberikan MP ASI untuk balita. Sesi selanjutnya demonstrasi pembuatan PMT, dalam kegiatan ini partisipan diajak menonton video pembuatan PMT yang dapat digunakan sebagai inspirasi ibu balita. Sebagai penutup kegiatan dan ucapan terima kasih, tim KKN-BBK 4 Universitas Airlangga memberikan *goodie bag* yang berisi PMT untuk balita.

3. Hasil dan Pembahasan

Masalah *stunting* adalah salah satu permasalahan gizi yang menjadi fokus Pemerintah Indonesia. *Stunting* adalah status gizi yang didasarkan pada indeks PB/U atau TB/U dimana standar antropometri penilaian status gizi anak, hasil pengukuran tersebut berada pada ambang batas (*Z-Score*) < -2 SD sampai dengan -3 SD (pendek) dan < -3 SD (sangat pendek). *Stunting* yang telah terjadi bila tidak diimbangi dengan tumbuh kerja akan mengakibatkan lambatnya pertumbuhan, meningkatnya risiko kesakitan, kematian, dan hambatan pertumbuhan baik motorik maupun mental (Riwayati et al., 2022).

Pelaksanaan kegiatan ini didampingi langsung oleh bidan desa Sidorejo dan ahli gizi dari Puskesmas Saradan, Kabupaten Madiun. Tujuan dari kegiatan ini memberikan kesadaran kepada masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan dengan pencegahan *stunting* khususnya di Desa Sidorejo, Kecamatan Saradan, Kabupaten Madiun. Kegiatan penyuluhan diawali dengan pembukaan, sambutan dari bidan desa Sidorejo serta sambutan dari penanggung jawab kegiatan SIDO SIGAP dari KKN-BBK 4 Universitas Airlangga. Kegiatan inti yaitu penyampaian materi tentang *stunting* dan kriteria MP ASI yang sesuai dan bergizi untuk balita oleh narasumber, demonstrasi pembuatan PMT balita, sesi tanya jawab dengan peserta kegiatan dan diakhiri dengan penutup.



Gambar 1. Koordinasi Tim KKN-BBK 4 UNAIR dengan Ahli Gizi Puskesmas Saradan

Terkait dengan penyuluhan *stunting*, hal yang disampaikan oleh narasumber yaitu kesadaran pentingnya menjaga kesehatan dan perkembangan sejak awal kehamilan seorang ibu terutama pada 1000 Hari Pertama Kehidupan hingga tumbuh kembang anak untuk mencegah *stunting*. *Stunting* terjadi akibat beberapa faktor yaitu ASI eksklusif tidak diberikan pada anak usia 0 – 6 bulan; kurangnya cakupan imunisasi pada balita; dan kurangnya akses terhadap makanan bergizi (Paramata et al., 2024). Secara lebih rinci materi yang disampaikan adalah nutrisi ideal untuk tumbuh kembang, syarat MP ASI menurut WHO, dampak pemberian MP ASI terlalu dini dan terlambat, menu, jumlah, tekstur, frekuensi, dan kebersihan MP ASI.

Setelah penyampaian materi oleh narasumber, masuk dalam sesi tanya jawab yang berupa penyampaian pertanyaan oleh peserta kegiatan dan ajakan belajar kritis dari narasumber dalam menanggapi fenomena pemberian MP ASI di masyarakat yang terkadang masih belum sesuai dengan kebutuhan balita. Kegiatan edukasi dengan metode ceramah dan demonstrasi dapat meningkatkan pengetahuan sasaran yang dibuktikan dengan peningkatan pengetahuan sasaran meningkat setelah diberikan pelatihan yang diuji menggunakan *t Wilcoxon* dengan $p\text{-value} < 0,05$ (Afiatna et al., 2023). Selain itu, penggabungan metode edukasi dengan ceramah dan demonstrasi jauh lebih efektif dibandingkan dengan edukasi metode ceramah saja dalam meningkatkan pengetahuan. Sehingga dalam pelaksanaan program kerja ini yang menggunakan metode ceramah dan demonstrasi dinilai sesuai dan dapat menunjukkan hasil yang positif.

Masyarakat Desa Sidorejo, Kecamatan Saradan, Kabupaten Madiun memberikan dukungan untuk kegiatan pengabdian ini, dimulai dari perizinan yang mudah dan diberikannya fasilitas pendukung untuk terlaksananya program kerja “SIDO SIGAP” kepada masyarakat di Desa Sidorejo. Secara keseluruhan, hasil dari pengabdian masyarakat melalui edukasi ini mencapai target yaitu para peserta kegiatan khususnya ibu balita mendapatkan pengetahuan baru bahwa pemberian MP ASI harus menggunakan bahan makanan beragam agar nutrisi balita terpenuhi, karena sebelumnya masih ada ibu balita yang memberikan MP ASI yang hanya dari satu bahan makanan dan memberi *snack* yang mengandung MSG ke balita. Selain itu, indikator keberhasilan lainnya adalah lebih dari 50% dari peserta yang diundang hadir dalam kegiatan edukasi ini dari awal hingga selesai. Masih diperlukan kontribusi nyata dari peserta kegiatan untuk mencegah *stunting* dan *wasting* khususnya di Desa Sidorejo. Bentuk upaya yang sudah dilakukan oleh sektor kesehatan di wilayah Kecamatan Saradan adalah pemberian PMT untuk balita dan ibu hamil yang sudah rutin dilakukan ketika posyandu agar target penurunan *stunting* dan *wasting* dapat tercapai.



Gambar 2. Foto bersama setelah sesi terakhir

4. Kesimpulan

Stunting merupakan kondisi di mana tinggi badan seseorang tidak sesuai pada umumnya yang disebabkan oleh banyak faktor salah satunya gizi buruk pada ibu hamil dan balita. Dengan adanya program kerja “SIDO SIGAP” yang memberikan edukasi dengan metode ceramah dan demonstrasi terkait *stunting*, nutrisi ideal untuk tumbuh kembang, syarat MP ASI menurut WHO, dampak pemberian MP ASI terlalu dini dan terlambat, menu, jumlah, tekstur, frekuensi, dan kebersihan MP ASI diharapkan peserta memperoleh ilmu baru untuk mencegah *stunting* dan *wasting* di masa mendatang serta diperlukan kerja sama dengan seluruh pihak agar target Generasi Emas 2045 dapat tercapai.

Bibliografi

- Afiatna, P., Maryanto, S., & Setyoningrum, U. (2023). Pelatihan Kader dengan Metode Ceramah, Demonstrasi dan Simulasi terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Kader Posyandu Lansia di Wilayah RW V Kelurahan Pudukpayung, Banyumanik Semarang. *Indonesian Journal of Community Empowerment (IJCE)*, 5(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.35473/ijce.v5i2.2693>
- Gusnedi, G., Nindrea, R. D., Purnakarya, I., Umar, H. B., Andrafikar, Syafrawati, Asrawati, Susilowati, A., Novianti, Masrul, & Lipoeto, N. I. (2023). Risk factors associated with childhood stunting in Indonesia: A systematic review and meta-analysis. *Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition*, 32(2), 184–195. [https://doi.org/10.6133/apjcn.202306_32\(2\).0001](https://doi.org/10.6133/apjcn.202306_32(2).0001)
- Nugroho, M. R., Sasongko, R. N., & Kristiawan, M. (2021). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Anak Usia Dini di Indonesia. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2). <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.1169>
- Paramata, N. R., Mahdang, P. A., & Hiola, F. (2024). Penyuluhan Pencegahan Risiko Stunting 1000 Hari Pertama Kehidupan pada Masyarakat di Desa. *JURNAL SIBERMAS*, 13(1). <https://doi.org/10.37905/sibermas.v12i2.18445>
- Riwayati, S., Lestari, T., Masyita Ariani, N., Ramadianti, W., & Syofiana, M. (2022). STRATEGI GERAKAN CEGAH STUNTING MENGGUNAKAN METODE PENYULUHAN DI DESA LUBUK BELIMBING 1 BENGKULU. *JOURNAL OF EMPOWERMENT*, 3(1). <https://jurnal.unsur.ac.id/index.php/JE>
- Sabila, T., Anggraeni, N. A., Cahya, M., Lestari, D., Diniyyah, S., Rahmah El-Yunusiyah, P., & Panjang, P. (2023). Bunayya : Jurnal Pendidikan Anak PENTINGNYA LITERASI BAGI IBU DALAM PENCEGAHAN STUNTING. *Jurnal Pendidikan Anak*, 9, 267–274. <https://doi.org/10.22373/bunayya.v9i2.22367>
- Soliman, A., De Sanctis, V., Alaaraj, N., Ahmed, S., Alyafei, F., Hamed, N., & Soliman, N. (2021). Early and long-term consequences of nutritional stunting: From childhood to adulthood. *Acta Biomedica*, 92(1). <https://doi.org/10.23750/abm.v92i1.11346>
- WHO. (2021). *Levels and trends in child malnutrition: UNICEF/WHO/The World Bank Group joint child malnutrition estimates: key findings of the 2021 edition*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240025257>
- Yuwanti, Mulyaningrum, F. M., & Susanti, M. M. (2021). FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STUNTING PADA BALITA DI KABUPATEN GROBOGAN. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 10(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.31596/jcu.v10i1.704>