

Edukasi Gizi Isi Piringku dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Sebagai Upaya Penurunan dan Pencegahan Stunting Di Desa Suka Menanti Kecamatan Bukit Kemuning Kabupaten Lampung Utara

Bertalina*¹, Sutrio²

^{1,2} Poltekkes Tanjung Karang

^{1,2}Program Studi D3 Gizi, Jurusan Gizi, Poltekkes Tanjung Karang

*e-mail: bertalina@poltekkes-tjk.ac.id¹, sutrio@poltekkes-tjk.ac.id²

DOI: <https://doi.org/10.58705/jam.v2i4.198>

Abstrak

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat dari kekurangan gizi kronis. Stunting terjadi karena multifaktor yaitu faktor rumah tangga dan keluarga seperti pengetahuan, pola asuh, ketersediaan pangan dan sanitasi yang kurang baik, faktor pemberian ASI dan MP-ASI yang tidak adekuat, faktor infeksi seperti riwayat malaria, diare, dan imunisasi yang tidak lengkap, serta faktor masyarakat dan sosial seperti keadaan ekonomi, pelayanan kesehatan, dan budaya, sehingga upaya penurunan stunting tidak hanya menjadi tugas untuk sektor kesehatan, tetapi juga lintas sektor.

Tujuan Pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat ini yaitu untuk meningkatkan pengetahuan ibu, calon pengantin, ibu hamil dan kader tentang pencegahan stunting melalui edukasi Isi Piringku dan PHBS. Sasaran kegiatan ibu hamil, calon pengantin dan ibu yang memiliki anak Balita, dan tenaga pendamping keluarga.

Metode yang digunakan adalah penyuluhan tentang stunting dan demonstrasi isi Piringku dan PHBS. Hasil yang didapatkan semua peserta meningkat pengetahuan dan kesadaran mengenai stunting dan peserta mampu memparaktekkan Isi Piringku dan PHBS. Diharapkan Pemerintah desa bisa melakukan sosialisasi secara berkala dan melakukan monitoring dan pendampingan terhadap balita stunting. Petugas kesehatan juga diharapkan meningkatkan layanan kesehatan terhadap calon pengantin, ibu hamil, bayi, dan balita dengan memberikan dukungan kepada catin untuk mendapatkan edukasi tentang kesehatan, ibu hamil untuk memeriksakan kehamilan secara teratur, mendorong pemberian ASI eksklusif dan pemberian makanan tambahan. Masyarakat juga perlu berkontribusi dalam mencegah stunting dengan menerapkan pola hidup bersih dan sehat.

Kata kunci: Stunting, isi piringku, PHBS

Abstract

Stunting is a condition of failure to thrive in children under five due to chronic malnutrition. Stunting occurs due to multifactors, namely household and family factors such as knowledge, upbringing, food availability and poor sanitation, inadequate breastfeeding and complementary breastfeeding, infection factors such as history of malaria, diarrhea and incomplete immunization, as well as community and social factors such as economic conditions, health services and culture, so efforts to reduce stunting are not only a task for the health sector, but also across sectors.

The purpose of this Community Service Implementation is to increase the knowledge of mothers, prospective brides, pregnant women and cadres about stunting prevention through education on Fill My Plate and PHBS. Target activities for pregnant women, prospective brides and mothers with children under five, and family companions.

The method used is counseling about stunting and demonstrations of the contents of my plate and PHBS. The results obtained by all participants increased knowledge and awareness about stunting and participants were able to practice My Plate Fill and PHBS. It is hoped that the village government can carry out periodic outreach and monitor and assist stunting toddlers. Health workers are also expected to improve health services for prospective brides, pregnant women, babies and toddlers by providing support to catin to get education about health, pregnant women to check their pregnancies regularly, encouraging exclusive breastfeeding and providing additional food. The community also needs to contribute to preventing stunting by adopting a clean and healthy lifestyle.

Keywords: Stunting, fill my plate, PHBS

1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan kegagalan dalam mencapai pertumbuhan yang optimal disebabkan oleh keadaan gizi kurang yang berlangsung dalam waktu yang cukup lama. Status *stunting* dapat dihitung dengan menggunakan antropometri WHO 2007 untuk anak usia dini dengan menghitung nilai Z-score TB/U masing-masing anak (UNICEF, 2013). *Stunting* adalah kondisi tinggi badan seseorang yang kurang dari normal berdasarkan usia dan jenis kelamin. Tinggi badan merupakan salah satu jenis pemeriksaan antropometri dan menunjukkan status gizi seseorang. Adanya *stunting* menunjukkan status gizi yang kurang (malnutrisi) dalam jangka waktu yang lama (kronis). *Stunting* dapat didiagnosis melalui indeks antropometri panjang badan atau tinggi badan menurut usia yang mencerminkan pertumbuhan linier yang dicapai pada prapersalinan dan pasca-persalinan dengan indikasi kekurangan gizi jangka panjang, akibat dari gizi yang tidak memadai dan atau kesehatan (Kementerian Desa Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi, 2017). *Stunting* termasuk pertumbuhan linier yang gagal untuk mencapai potensi genetik akibat dari pola makan yang buruk dan penyakit.

Balita yang mengalami *stunting* merepresentasikan adanya masalah gizi kronis yang perlu diperbaiki melalui upaya pencegahan dan pengurangan gangguan secara langsung dan tidak langsung. Penanggulangan masalah *stunting* sangat efektif dilakukan pada 1000 hari kehidupan. Periode 1000 hari kehidupan meliputi 270 hari selama kehamilan, dan 730 hari pertama setelah bayi yang dilahirkan telah dibuktikan secara ilmiah merupakan periode kritis yang menentukan kualitas kehidupan (Kemenkes, 2016).

Menurut WHO (2013), *stunting* terjadi karena multifaktor yaitu faktor rumah tangga dan keluarga seperti pengetahuan, pola asuh, ketersediaan pangan dan sanitasi yang kurang baik, faktor pemberian ASI dan MP-ASI yang tidak adekuat, faktor infeksi seperti riwayat malaria, diare, dan imunisasi yang tidak lengkap, serta faktor masyarakat dan sosial seperti keadaan ekonomi, pelayanan kesehatan, dan budaya, sehingga upaya penurunan *stunting* tidak hanya menjadi tugas untuk sektor kesehatan, tetapi juga lintas sektor. Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan merupakan salah satu OPD yang berperan dalam penurunan *stunting*. Pentingnya orangtua memberi perhatian pada tumbuh kembang anak dalam masa emasnya yaitu 1.000 hari pertama kehidupannya sejak dalam masa kandungan. Menurut Menteri PPPA, salah satu isu dari kegagalan tumbuh kembang anak adalah *stunting* yang bersumber dari pola asuh, pola makan yang kurang baik dan sanitasi yang kurang layak. Pengasuhan yang buruk salah satunya dipicu oleh perkawinan usia anak. *World Health Organization* (WHO) menyebutkan, bahwa salah satu masalah *stunting* adalah karena tingginya pernikahan dini. Di samping resiko melahirkan bayi *stunting*, perkawinan anak sesungguhnya juga merupakan salah satu bentuk tindak kekerasan terhadap anak. Perkawinan anak, baik itu anak laki-laki maupun perempuan, adalah salah satu bentuk pelanggaran Hak Asasi Manusia (HAM). Untuk menyelesaikan isu-isu tersebut, diperlukan komitmen, sinergi, dan kerjasama lintas sektor dalam mencegah perkawinan anak.

Berdasarkan Peraturan Presiden No. 72 tahun 2021, terdapat 5 (lima) strategi nasional dalam upaya percepatan penurunan *stunting* di Indonesia yaitu mulai dari peningkatan komitmen dan visi kepemimpinan di kementerian atau lembaga, pemerintah daerah provinsi, pemerintah daerah kabupaten atau kota, dan pemerintah desa; peningkatan komunikasi perubahan perilaku dan pemberdayaan masyarakat; peningkatan konvergensi intervensi spesifik dan intervensi sensitif di kementerian atau lembaga, pemerintah daerah provinsi, pemerintah daerah kabupaten/kota, dan pemerintah desa; peningkatan ketahanan pangan dan gizi pada tingkat individu, keluarga, dan masyarakat; serta penguatan dan pengembangan sistem, data, informasi, riset, dan inovasi. Selain itu, berdasarkan Perpres tersebut juga telah ditetapkan bahwa BKKBN atau DP2KBP3A bertugas sebagai koordinator pelaksanaan percepatan penurunan *stunting* di lapangan (TNP2K, 2021). Dalam pelaksanaan tugasnya, DP2KBP3A telah menyusun rencana aksi nasional melalui pendekatan keluarga berisiko *stunting* dengan melakukan beberapa program seperti penyediaan data keluarga berisiko *stunting*, pendampingan

keluarga berisiko stunting, pendampingan semua calon pengantin/calon Pasangan Usia Subur (PUS), surveilans keluarga berisiko *stunting*, dan audit kasus *stunting* (BKKBN, 2021).

Indonesia merupakan salah satu negara dengan prevalensi stunting cukup tinggi dibandingkan negara-negara berpendapatan menengah lainnya. Menurut hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022, prevalensi stunting 4 tahun berturut-turut adalah tahun: 2018 27,7%, tahun 2019 26,26%, 2021 18,5; dan 15,2 tahun 2022. Apabila dibandingkan dalam 3 tahun terakhir telah terjadi penurunan prevalensi stunting. Namun demikian, apabila mengacu pada target 14% sebagai batasan bahwa stunting angka ini masih menunjukkan bahwa stunting masih menjadi masalah Kesehatan masyarakat. Hasil survei status gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 angka prevalensi stunting di kabupaten Lampung Utara 24,7% angka ini meningkat dibandingkan tahun sebelumnya 20,2%.

Berdasarkan Surat Keputusan Bupati Lampung Utara nomor B/190/38-LU/HK/2022 tentang Penetapan Lokasi Fokus (Lokus) *Stunting* Terintegrasi Tahun 2023 di Kabupaten Lampung Utara terdapat 14 desa lokus *stunting* dan salah satunya adalah Desa Suka Menanti. Desa yang berada di kecamatan Bukit Kemuning berjarak sekitar 88 km dari bandar Lampung. Jumlah penduduknya sebanyak 5.405 jiwa dengan jumlah KK 1503 dan sebagian besar bekerja pada sektor perkebunan dan pertanian.

Pemahaman masyarakat tentang masalah *stunting* pada anak masih cukup rendah. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pemahaman dan kepedulian terhadap masalah *stunting* pada anak adalah dengan pemberian edukasi kesehatan. Edukasi sangat penting dilakukan untuk meningkatkan pemahaman ibu tentang pencegahan *stunting* dengan menerapkan praktik pemberian makan yang benar sesuai rekomendasi WHO.

2. METODE

Kegiatan pengabmas ini dilaksanakan bersama Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Provinsi Lampung dalam kegiatan “Sosialisasi Pencegahan Dan percepatan Penurunan Prevalensi Stunting provinsi Lampung Tahun 2023” dengan tema : Tingkatkan Gizi Keluarga Serta PHBS untuk Pencegahan dan Penurunan Stunting”. Metode pelaksanaan pengabdian dengan beberapa tahapan. Pertama adalah Dinas PPPA melakukan survey dan wawancara kepada Dinas Pemberdayaan Perempuan Dan KB Kabupaten Lampung Utara untuk mendapatkan data berkaitan dengan desa lokus Stunting dan permasalahannya. Pada tahapan ini, tim mendata dan mencatat semua informasi terkait *stunting* di Desa Suka Menanti Tahap Kedua, dengan pihak kabupaten menentukan waktu pelaksanaan kegiatan sosialisasi, selanjutnya melakukan sosialisasi kepada masyarakat desa dengan bekerjasama dengan kepala desa dan bidan desa Suka menanti. Sasaran edukasi ibu hamil, ibu menyusui, ibu balita, calon pengantin, kader dan Tenaga Pendamping Keluarga.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Desa Suka Menanti merupakan sebuah desa yang terletak di Kecamatan Bukit Kemuning Kabupaten Lampung Utara Lampung. Sebelum melakukan sosialisasi, kami melakukan pendataan di Desa Suka Menanti Dengan melakukan koordinasi dengan PP dan KB Kabupaten Lampung Utara diperoleh data anak *stunting* sebanyak 25 anak. Sebelum dimulai sosialisasi edukasi, acara dimulai dengan memberikan pre-test berupa pertanyaan lisan dan tertulis ke peserta untuk mengetahui sejauh mana pemahaman ibu balita, ibu hamil dan kader posyandu tentang isi piringku dan stunting pada balita. Selama sesi

Vol. 2, No. 4 Juli 2023

ceramah dan tanya jawab diselingi dengan kegiatan yang menstimulasi semangat para peserta menggunakan ice breaking.

Sosialisasi pencegahan stunting melalui pendidikan yang ditujukan kepada calon pengantin, ibu balita, ibu hamil, kader posyandu dan tenaga pendamping keluarga. Kegiatan yang dilakukan adalah dengan mengadakan kegiatan sosialisasi tingkat desa yang dilaksanakan pada hari Rabu, 21 Juni 2023 yang bertempat di balai desa Suka Menanti. Sasaran kegiatan ini adalah Kader Posyandu, Ibu Balita, Ibu Hamil, calon pengantin dan tenaga pendamping keluarga yang ada di wilayah desa tersebut. Kegiatan ini sangat diterima dengan baik oleh pemerintahan desa Suka Menanti dikarenakan selaras dengan program kerja tingkat Desa dimana kegiatan ini dapat mengajak masyarakat untuk menyadari akan pentingnya pencegahan stunting sejak dini. Penyuluhan stunting diawali dengan pembukaan yang dibuka oleh Dinas PPPA Provinsi Lampung yang diwakili oleh Kabid Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana, penyampaian materi dari Ka. Dinas PP dan KB Kabupaten Lampung Utara, dan dilanjut penyampaian materi dari Poltekkes Tanjungkarang oleh Ibu Bertalina, SKM, M.Kes dengan Judul “Tingkatkan Gizi Dengan Isi Piringku dan PHBS untuk Pencegahan dan Penurunan Stunting. Dilanjut sesi tanya jawab, kemudian diakhiri dengan penutup.



Gambar 1. Poster Isi Piringku

Materi disampaikan secara lebih rinci meliputi stunting, penyebab dan dampak stunting sekaligus isi piringku dan perilaku hidup bersih dan sehat sebagai upaya pencegahan stunting.

Gambar 2. Edukasi, *Stunting, Isi Piringku dan PHBS*

Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat seluruh peserta meningkat pengetahuannya mengenai isi piringku dan PHBS sebagai upaya penurunan dan pencegahan stunting. Pada saat kegiatan demonstrasi peserta berpartisipasi aktif dan mencoba bagaimana mempraktikkan

“isi piringku” secara langsung. Adapun hasil penilaian pre dan post test dari peserta sebagaimana tabel 1 berikut ini:

Tabel 1. Perubahan Tingkat Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Edukasi

Statistik	Pretest	Posttest	<i>p-value*</i>
Mean	66,25	91,67	
Standar deviasi	14,69	8,68	0,000
Minimum-maksimum	50-90	80-90	

**Paire t-test*

Edukasi yang dilakukan dapat meningkatkan pengetahuan kader tentang Isi Piringku dan PHBS sebagai upaya penurunan dan pencegahan stunting sebesar 25,42 poin dari 66,25 menjadi 91,67. Hasil uji T diperoleh *p value* = 0,000 artinya secara statistik ada perbedaan yang signifikan tingkat pengetahuan antara sebelum dan sesudah pemberian edukasi.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan kegiatan yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa peserta telah meningkat pengetahuan dan keterampilan mengenai Isi Piringku dan PHBS sebagai upaya penurunan dan pencegahan stunting. *Diharapkan Pemerintah desa bisa melakukan sosialisasi secara berkala dan melakukan monitoring dan pendampingan terhadap balita stunting. Petugas kesehatan juga diharapkan meningkatkan layanan kesehatan terhadap calon pengantin, ibu hamil, bayi, dan balita dengan memberikan dukungan kepada catin untuk mendapatkan edukasi tentang kesehatan, ibu hamil untuk memeriksakan kehamilan secara teratur, mendorong pemberian ASI eksklusif dan pemberian makanan tambahan. Masyarakat juga perlu berkontribusi dalam mencegah stunting dengan menerapkan pola hidup bersih dan sehat.*

DAFTAR PUSTAKA

- Kemenkes RI (2013) *Kerangka Kebijakan Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi dalam Rangka Seribu Hari Pertama Kehidupan (Gerakan 1000 HPK)*. Jakarta: Republik Indonesia, 2013.
- Kementerian Kesehatan RI. (2016). *Infodatin : Situasi balita pendek*. Kementrian Kesehatan RI : Pusat Data Dan Informasi.
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan perlindungan Anak, “Sambutan Menteri PPPA : Siaran Pers Nomor: B-144/SETMEN/HM.02.04/03/2022” Biro Hukumm
- BKKN (2021). *Kebijakan dan Strategi Percepatan Penurunan Stunting*. Jakarta : BKKBN
- Kementerian Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal, dan T. (2017). *Buku saku desa dalam penanganan stunting*.
- Kemenkes RI. (2022). *Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- TNP2K (2021). *Peraturan Presiden No 72 Tahun 2021 Tentang Percepatan Penurunan Stunting di Indonesia*