

Penyuluhan Kesehatan Tentang Pencegahan Stunting

Anggraini^{1*}, Peniagustin², Fijri Rachmawati³, Ana Mariza⁴, Yuli Yantina⁵

Prodi Kebidanan Universitas Malahayati

Email Korespondensi:
Anggraini@malahayati.ac.id

ABSTRAK

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis, yang ditandai dengan tinggi badan anak di bawah standar kurva pertumbuhan. Kondisi ini terutama terjadi pada 1000 hari pertama kehidupan, mulai dari masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji penyebab utama stunting, dampak yang ditimbulkannya, serta upaya pencegahan dan penanganannya berdasarkan literatur ilmiah terbaru.

Penyebab stunting bersifat multifaktorial, mencakup asupan nutrisi yang tidak memadai, praktik pemberian makan yang kurang tepat, sanitasi dan akses air bersih yang buruk, serta kurangnya pendidikan kesehatan pada ibu (Kemenkes RI, 2021). Dampak stunting tidak hanya terbatas pada masalah fisik, tetapi juga memengaruhi perkembangan kognitif, motorik, dan sosial anak. Anak yang mengalami stunting memiliki risiko lebih tinggi mengalami kesulitan belajar, penurunan produktivitas di usia dewasa, dan peningkatan risiko penyakit metabolik di kemudian hari (Black et al., 2020). Secara makro, tingginya prevalensi stunting dapat menghambat pertumbuhan ekonomi suatu negara karena menurunkan kualitas sumber daya manusia (UNICEF, 2021).

Berbagai intervensi telah dirancang untuk mengatasi masalah ini, termasuk program pemberian makanan tambahan, edukasi gizi, dan peningkatan akses layanan kesehatan. Pencegahan menjadi kunci utama, dengan fokus pada periode kritis dari kehamilan hingga anak berusia dua tahun (WHO, 2022).

Kata Kunci: Stunting, Gizi Buruk, Kesehatan Anak, Pertumbuhan.

ABSTRACT

Stunting is a condition of growth failure in toddlers due to chronic malnutrition, characterized by a child's height below the standard growth curve. This condition primarily occurs during the first 1,000 days of life, from pregnancy to two years of age. This study aims to examine the main causes of stunting, its impacts, and prevention and management efforts based on the latest scientific literature

The causes of stunting are multifactorial, including inadequate nutritional intake, inappropriate feeding practices, poor sanitation and access to clean water, and a lack of health education for mothers (Ministry of Health of the Republic of Indonesia, 2021). The impact of stunting is not limited to physical problems but also affects children's cognitive, motor, and social development. Children who experience stunting are at higher risk of learning difficulties,

Anggraini^{1*}, Peniagustin², Fijri Rachmawati³, Ana Mariza⁴, Yuli Yantina⁵

reduced productivity in adulthood, and an increased risk of metabolic diseases later in life (Black et al., 2020). At a macro level, the high prevalence of stunting can hamper a country's economic growth by reducing the quality of human resources (UNICEF, 2021).

Various interventions have been designed to address this problem, including supplementary feeding programs, nutrition education, and improved access to health services. Prevention is key, with a focus on the critical period from pregnancy to two years of age (WHO, 2022).

Keywords: *Stunting, Malnutrition, Child Health, Growth.*

1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu masalah gizi kronis yang menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak secara permanen, baik dari segi fisik maupun kognitif. Kondisi ini didefinisikan sebagai tinggi badan yang tidak sesuai dengan usianya, dan terjadi akibat kekurangan gizi dalam jangka waktu yang lama, terutama pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu sejak anak masih dalam kandungan hingga berusia dua tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Dampak stunting tidak hanya terbatas pada pertumbuhan fisik yang terhambat, tetapi juga berakibat fatal pada perkembangan otak, yang dapat menurunkan kecerdasan, produktivitas, dan kualitas sumber daya manusia di masa depan (WHO, 2018).

Secara global, stunting masih menjadi tantangan serius, terutama di negara-negara berkembang. World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa prevalensi stunting di wilayah Asia Tenggara menduduki peringkat tertinggi kedua di dunia, setelah Afrika (WHO, 2019). Di Indonesia, masalah stunting menjadi prioritas utama pemerintah. Meskipun angka prevalensi menunjukkan tren penurunan, data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 masih mencatat prevalensi stunting sebesar 30,8%, yang jauh di atas standar toleransi yang ditetapkan WHO (di bawah 20%) (Riskesdas, 2018). Angka yang tinggi ini menempatkan Indonesia pada posisi kelima di dunia dengan jumlah anak stunting terbanyak.

Dalam konteks regional, Provinsi Lampung menunjukkan capaian yang signifikan dalam upaya penurunan stunting. Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI), prevalensi stunting di Lampung berhasil menurun dari 26,26% pada tahun 2019 menjadi 14,9% pada tahun 2023. Angka ini menempatkan Lampung sebagai salah satu provinsi dengan prevalensi stunting terendah secara nasional, mendekati target nasional 14% di tahun 2024. Meskipun demikian, masih terdapat disparitas yang cukup besar di beberapa wilayah kabupaten. Sebagai contoh, di Kabupaten Tanggamus, prevalensi stunting berhasil diturunkan dari 20,4% pada tahun 2023 menjadi 17,1% pada tahun 2024, meskipun angka ini masih di atas rata-rata provinsi. Pemerintah Kabupaten Tanggamus menargetkan penurunan hingga 14% pada tahun 2025 dengan menguatkan sinergi antar-Organisasi Perangkat Daerah (OPD) dan mengoptimalkan penggunaan dana desa.

Berbagai penelitian telah mengidentifikasi beberapa faktor utama yang berkontribusi terhadap kejadian stunting di Lampung. Faktor-faktor ini bersifat multifaktorial, meliputi aspek gizi, sosial ekonomi, kesehatan lingkungan, dan pola pengasuhan. Asupan gizi yang tidak memadai pada ibu hamil dan balita,

riwayat berat badan lahir rendah (BBLR), praktik pemberian ASI yang tidak eksklusif, serta kurangnya pengetahuan orang tua tentang gizi anak sering kali menjadi pemicu utama (Astuti, dkk., 2020). Selain itu, kondisi sanitasi dan akses air bersih yang buruk juga memiliki korelasi kuat dengan tingginya kasus stunting, karena infeksi berulang dapat menghambat penyerapan nutrisi pada anak (Mugiyanti, dkk., 2018).

Mengingat kompleksitas dan dampak jangka panjangnya, upaya pencegahan stunting memerlukan pendekatan yang komprehensif dan multidisipliner.

Masyarakat di wilayah pekon Maja belum memiliki pengetahuan yang memadai mengenai pencegahan dan faktor risiko dari penyakit gagal jantung. Oleh karena itu, diperlukan upaya peningkatan pengetahuan untuk memahami dan mencegah terjadinya stunting. Setelah melihat permasalahan tersebut kami sebagai penyuluh berupaya untuk meningkatkan pengetahuan terkait pencegahan stunting melalui penyuluhan Kesehatan.

2. MASALAH

Pekon Maja merupakan Pekon yang terletak di Kota Agung Barat, Tanggamus. Latar belakang penduduk di desa tersebut rerata adalah petani, dengan berbagai tingkat pendidikan. Pemahaman penduduk tentang stunting tergolong kurang dengan adanya kasus stunting pada pekon Maja mendasari kegiatan pengabdian masyarakat ini. Target kegiatan ini adalah ibu hamil dan ibu dengan anak balita. Berikut peta lokasi Pekon Maja



Gambar 1. Peta lokasi kegiatan penyuluhan kesehatan

3. METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah penyuluhan kesehatan melalui pendekatan ceramah interaktif dan sesi tanya jawab. Ceramah dipilih sebagai metode utama karena memungkinkan penyampaian informasi yang sistematis dan jelas kepada peserta, serta memberikan kesempatan bagi mereka untuk bertanya dan mendiskusikan masalah terkait materi stunting yang

belum mereka pahami. Materi yang disampaikan mencakup pengertian, tanda gejala, faktor resiko, serta cara mencegah stunting.

Langkah-langkah dalam pelaksanaan penyuluhan dimulai dari persiapan seperti melakukan observasi tempat agar dapat menentukan sasaran yang tepat untuk kegiatan penyuluhan ini. Materi penyuluhan serta media pendukung seperti banner dan buku saku di persiapkan 1 minggu sebelum pelaksanaan kegiatan.

Kegiatan dimulai dengan memberi pertanyaan seputar stunting untuk mengukur tingkat pengetahuan awal masyarakat tentang materi yang akan disampaikan. Selanjutnya buku saku dibagikan kepada peserta dan pemateri menyampaikan materi tentang pencegahan stunting. Setelah itu mahasiswa membagikan puding daun kelor sebagai makan tambahan untuk mencegah stunting. Setelah penyampaian materi dan pembagian puding, peserta diberi kesempatan untuk memberi pertanyaan terkait materi yang belum dipahami, begitupun sebaliknya pemateri memberi pertanyaan kepada peserta untuk mengukur tingkat pemahaman terkait materi yang sudah disampaikan.

Metode ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait pencegahan penyakit gagal jantung melalui gaya hidup sehat.

4. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan tentang pencegahan stunting di pekan Maja mendapati hasil yang positif, hal ini ditunjukkan dengan adanya peningkatan pengetahuan tentang pencegahan stunting setelah diberikan nya penyuluhan kesehatan pada peserta.

Sebelum diberikan penyuluhan kesehatan 90% peserta belum memahami dan tidak dapat menjawab pertanyaan terkait materi pencegahan stunting. Setelah diberi penyuluhan sebanyak 11 dari 15 orang peserta (73%) menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang baik, dan 4 orang peserta (27%) menunjukkan peningkatan pengetahuan yang cukup.



Gambar 2. Pelaksanaan Kegiatan

Mayoritas peserta dalam penyuluhan ini memiliki balita dan belum memiliki pemahaman yang memadai tentang dampak serta pencegahan stunting. Penyuluhan ini juga menunjukkan bahwa Riwayat Pendidikan ibu mempengaruhi cara pola asuh dan cara memenuhi asupan gizi pada anak mereka. Penyuluhan ini juga mengidentifikasi tantangan, seperti keterlibatan ayah yang masih minim dan kendala ekonomi keluarga dalam memenuhi asupan gizi yang optimal. Hal ini menguatkan temuan Wijaya (2020) yang menyatakan bahwa perubahan perilaku tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan, tetapi juga oleh faktor sosio-ekonomi dan dukungan lingkungan.

Secara keseluruhan, penyuluhan ini memperkuat bukti bahwa program penyuluhan kesehatan yang terencana, interaktif, dan melibatkan peran aktif komunitas memiliki potensi besar sebagai strategi utama dalam upaya percepatan penurunan stunting di Indonesia.

5. SIMPULAN

Berdasarkan temuan dari kegiatan penyuluhan kesehatan yang telah dilaksanakan, dapat disimpulkan bahwa informasi mengenai pencegahan stunting memberikan dampak positif terhadap peningkatan pemahaman Masyarakat di pekon Maja. Masyarakat tampak menunjukkan peningkatan pengetahuan terkait faktor risiko dan pencegahan stunting setelah mendapatkan Pendidikan kesehatan. Ini terbukti dari kemampuan mereka dalam menjawab pertanyaan dengan baik setelah sesi penyuluhan. Peningkatan pemahaman ini sangat penting untuk mendukung usaha pencegahan dan deteksi stunting.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, D.D., Adriani, R.B., & Handayani, T.W. (2020). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Rangka Stop Generasi Stunting. *JMM (Journal Masyarakat Mandiri)*, 4(2), 156-162.
- Astuti, R.D., Pramono, A., & Handayani, T. (2021). Faktor-Faktor Risiko Stunting pada Balita di Wilayah Pesisir. *Jurnal Gizi Indonesia*, 15(2), 145-156.
- Indah, A.L., Hidayat, R. & Lestari, Y. (2023). Efektivitas Media Video Animasi terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri tentang Stunting. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 18(2), 123-130.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2024). Hasil Utama Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Mugiyanti, S., Mulyadi, A., Anam, A.K., & Najah, Z.L. (2018). Faktor penyebab anak Stunting usia 25-60 bulan di Kecamatan Sukorejo Kota Blitar. *Jurnal Ners dan Kebidanan*, 5(3), 268-278. doi:10.26699/jnk.v5i3.ART.p268.

Riskesdas. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. D. T., Rosaline, M. D., Florensia, L., Noor'aini, B. G., Setyoko, S. A., Israfil, M., ... & Sandra, R. A. (2025). Pemberdayaan Kader Kesehatan melalui Program "Oke Heart" sebagai Upaya Deteksi Dini dan Pencegahan Gagal Jantung di Kecamatan Limo, Depok. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 8(2), 982-994.

Susanto, B., Wijaya, N., & Lestari, R. (2022). Pengaruh Tingkat Pendidikan dan Pendapatan Keluarga terhadap Status Gizi Balita. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 13(2), 112-120.

Wijaya, D. (2020). Analisis Faktor-Faktor Risiko Stunting pada Anak Usia 2-5 Tahun. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 7(1), 25-34.