

PENCEGAHAN STUNTING DENGAN PENDEKATAN MASYARAKAT MELALUI KOMUNIKASI, INFORMASI, DAN EDUKASI DI SRAGI DESA KALIJAMBE DUSUN III & IV

Amir¹⁾; Anggik Septianingrum¹⁾; Eliza Intan Syavinaz¹⁾; Silvia Fitriana³⁾; Muhammad Agus⁴⁾; Saniyyah Zalfa²⁾; Nely Mufrodah²⁾; Hasna Akhlaqul Karimah²⁾; Sheren Chaqiqi²⁾; Shren²⁾; Rini Hidayah³⁾; Nuniek Nizmah Fajriyah⁵⁾

¹⁾Program Studi Sarjana Manajemen, Fakultas Ekonomika dan Bisnis, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

²⁾Program Studi Sarjana Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

³⁾Program Studi Sarjana Akuntansi, Fakultas Ekonomika dan Bisnis, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

⁴⁾Program Studi Sarjana Ekonomi Syariah, Fakultas Ekonomika dan Bisnis, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

⁵⁾Program Studi Diploma Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

E-mail: amir.attamimi66@gmail.com

Abstract

Stunting adalah masalah gizi kronis yang umum terjadi pada anak balita di negara-negara berkembang, termasuk Indonesia. Untuk mencegah stunting sejak dini, pemberian makanan sehat kepada bayi merupakan salah satu strategi utama. Salah satu buah yang banyak ditemukan di wilayah Jawa, yaitu buah naga, memiliki berbagai manfaat kesehatan, termasuk membantu dalam pencegahan stunting pada balita. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk mengurangi angka peningkatan masalah stunting balita pada masyarakat desa Kalijambe dengan cara melakukan sosialisasi dan demo pembuatan makanan sehat puding buah naga. Program ini dilaksanakan menggunakan metode pendekatan partisipatif, Kegiatan ini mencakup pendidikan kesehatan mengenai stunting, edukasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat, serta demonstrasi pembuatan makanan bergizi bagi anak-anak yang mengalami stunting dan pencegahan stunting. Pelaksanaan kegiatan ini telah mendapatkan hasil, yaitu penanggulangan masalah stunting melalui pemberian puding buah naga dan sosialisasi tentang cara membuat makanan bergizi berupa puding buah naga. Diharapkan, puding ini dapat diberikan atau disajikan kepada bayi dan balita. Setelah kegiatan ini, diharapkan warga Desa Kalijambe dapat memberikan makanan bergizi kepada balita untuk mengurangi masalah stunting di desa tersebut.

Kata Kunci: Buah naga; KIE, Pencegahan; Stunting

Abstract

Stunting is a chronic nutritional problem that commonly occurs in children under five in developing countries, including Indonesia. To prevent stunting from an early age, providing healthy food to babies is one of the main strategies. One fruit that is often found in the Java region, namely dragon fruit, has various health benefits, including helping to prevent stunting in toddlers. The aim of this activity is to reduce the increasing number of toddler stunting problems in the Kalijambe village community by conducting outreach and demonstrations on making the healthy food dragon fruit pudding. This program is implemented using a participatory approach method. This activity includes health education about stunting, education about clean and healthy living behavior, as well as demonstrations on making nutritious food for stunted children and stunting prevention. The implementation of this activity has achieved results, namely overcoming the problem of stunting through providing dragon fruit pudding and socializing how to make nutritious food in the form of dragon fruit pudding. It is hoped that this pudding can be given or served to babies and toddlers. After this activity, it is hoped that Kalijambe Village residents can provide nutritious food to toddlers to reduce the problem of stunting in the village.

Keywords: Dragon fruit; KIE, Prevention; Stunting

1. Pendahuluan

Stunting merupakan salah satu masalah kesehatan utama yang masih dihadapi di Indonesia. Saat ini, Indonesia menempati posisi kelima di dunia untuk prevalensi stunting pada balita. Stunting, atau yang juga dikenal dengan istilah kerdil, adalah kondisi di mana terjadi gangguan dalam pertumbuhan fisik dan perkembangan otak anak. Kondisi ini ditandai dengan tinggi badan anak yang lebih pendek dari standar usianya, yang mencerminkan adanya masalah gizi kronis yang tidak tertangani dengan baik dalam jangka waktu yang lama (Haryani et al, 2021).

Stunting bukan hanya sekadar masalah tinggi badan yang tidak sesuai dengan usia, tetapi juga mencerminkan keterlambatan pertumbuhan yang lebih kompleks dan luas. Selain dampak pada pertumbuhan fisik, stunting dapat mengganggu perkembangan otak yang sangat penting bagi kemampuan kognitif anak. Anak yang mengalami stunting berpotensi menghadapi kesulitan belajar dan penurunan produktivitas di masa depan, yang akhirnya dapat mempengaruhi kualitas hidup secara keseluruhan. Kondisi ini umumnya terjadi selama periode 1.000 hari pertama kehidupan seorang anak, dimulai dari masa kehamilan hingga usia dua tahun. Periode ini dikenal sebagai masa kritis dalam menentukan kualitas pertumbuhan fisik maupun perkembangan mental seorang anak. Pada masa ini, kekurangan gizi dan paparan lingkungan yang tidak mendukung dapat berdampak serius pada kemampuan anak untuk mencapai potensi maksimalnya dalam berbagai aspek perkembangan (Haryani et al.,2021).

Banyak faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya stunting pada anak. Faktor-faktor tersebut meliputi kondisi sosial ekonomi keluarga yang rendah, yang membatasi akses terhadap makanan bergizi dan layanan kesehatan yang memadai. Selain itu, pola asupan makanan yang kurang baik, seringnya infeksi dan penyakit menular, status gizi ibu selama kehamilan, serta kekurangan mikronutrien seperti zat besi, vitamin A, dan yodium juga berperan penting. Kondisi lingkungan yang kurang mendukung, seperti sanitasi yang buruk dan akses air bersih yang terbatas, turut meningkatkan risiko stunting. Semua faktor ini saling terkait dan memerlukan pendekatan terpadu untuk mencegah dan mengurangi kejadian stunting di Indonesia (Sandjojo, 2017).

Stunting adalah gangguan pertumbuhan linier yang disebabkan oleh kekurangan gizi dan penyakit infeksi kronis. Gangguan ini diidentifikasi dengan nilai Z-score tinggi badan menurut usia (TB/U) yang kurang dari -2 standar deviasi (SD). Untuk mengukur status gizi, penghitungan berat badan dan tinggi badan dilakukan, kemudian hasilnya dikonversikan ke dalam nilai standar (Z-score). Berdasarkan klasifikasi status gizi dengan indikator BB/U, status sangat pendek ditunjukkan dengan Z-score kurang dari -3,0; pendek dengan Z-score antara $\geq -3,0$ hingga kurang dari -2,0; dan normal dengan Z-score lebih dari -2,0. Dengan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, prevalensi stunting secara nasional pada anak usia 5-12 tahun mencapai 30,7%. Angka ini dianggap serius karena menunjukkan peningkatan masalah stunting. Di Kota Semarang, kasus gizi buruk pada tahun 2015 ditemukan sebanyak 39 kasus, dengan prevalensi berdasarkan BB/U: gizi lebih (4,36%), gizi buruk (0,40%), dan gizi kurang (3,54%), yang mengalami peningkatan dibandingkan tahun sebelumnya. Pada tahun 2014, terdapat 32 kasus dengan prevalensi gizi lebih (4,75%), gizi buruk (0,38%), dan gizi kurang (2,73%). (Setyawati 2018).

Berdasarkan informasi di atas, diperlukan langkah-langkah pencegahan stunting melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Hal ini dapat dilakukan dengan memberikan komunikasi, informasi, dan edukasi kepada masyarakat Desa kalijambe, kecamatan Sragi, Pekalongan.

2. Metode

Program ini dilaksanakan menggunakan metode pendekatan partisipatif yang melibatkan berbagai pihak untuk berpartisipasi aktif dalam proses perencanaan dan evaluasi kegiatan. Metode ini sering digunakan pada komunitas atau masyarakat untuk mengajak mereka untuk berpartisipasi dalam perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi kegiatan secara kolektif. Salah satu tujuan menggunakan pendekatan partisipatif dalam kegiatan komunikasi, informasi, dan edukasi masyarakat ini adalah untuk mendorong kelompok masyarakat agar memiliki kesempatan untuk terlibat dan berkontribusi serta menjadi agen perubahan dalam mencegah stunting, mulai dari diri mereka sendiri, keluarga, dan lingkungan sekitar mereka (Farida et al. 2022). Berikut adalah tahapan yang dilalui dalam metode ini:

a. Tahap Identifikasi dan Pemahaman Masalah

Pada tahap awal, mitra binaa dilibatkan untuk mengenali dan memahami masalah yang dihadapi, terutama terkait dengan stunting. Mereka ikut serta dalam diskusi untuk mengidentifikasi faktor-faktor penyebab stunting di masyarakat. Hal ini penting untuk memastikan bahwa mitra binaan memiliki kesadaran dan pemahaman yang mendalam mengenai pentingnya pencegahan stunting.

b. Tahap Pendidikan dan Edukasi

Setelah masalah diidentifikasi, mitra binaan akan mengikuti sesi pendidikan kesehatan yang menyajikan informasi tentang stunting (seperti materi stunting dan pembuatan puding naga), penyebabnya, serta dampak jangka panjangnya terhadap anak-anak.

c. Tahap Demonstrasi dan Pelatihan

Praktis Pada tahap ini, diadakan demonstrasi praktis mengenai pembuatan makanan bergizi yang dapat membantu anak-anak yang mengalami stunting serta mencegah stunting pada anak-anak lainnya. Mitra binaan diajak untuk berpartisipasi langsung dalam proses ini, mempelajari cara memilih bahan makanan yang tepat dan cara mengolahnya agar tetap bergizi. Pendekatan ini memastikan bahwa mereka tidak hanya menerima informasi, tetapi juga memiliki keterampilan praktis yang dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari.

3. Hasil dan Pembahasan

World Health Organization (WHO) telah melakukan penelitian di berbagai negara dengan latar belakang sosial, ekonomi, dan budaya yang berbeda, dan menemukan bahwa ada dua faktor utama yang berkontribusi signifikan terhadap terjadinya stunting. Pertama faktor eksternal, yang mencakup keadaan di luar rumah anak, seperti akses terhadap layanan kesehatan, kondisi lingkungan, ketersediaan air bersih, dan aksesibilitas terhadap pangan bergizi. Lingkungan yang tidak mendukung, seperti sanitasi yang buruk dan kurangnya infrastruktur kesehatan, dapat secara langsung mempengaruhi status kesehatan dan gizi anak. Kedua faktor internal, yang berkaitan dengan kondisi di dalam rumah tangga anak, termasuk pola asuh, tingkat pendidikan orang tua, dan kebiasaan gizi keluarga. Orang tua yang tidak memiliki pengetahuan cukup tentang gizi dan kesehatan cenderung tidak mampu memberikan asupan makanan yang memadai bagi anak, sehingga anak rentan mengalami kekurangan gizi yang bisa menyebabkan stunting. Faktor-faktor ini bersifat kompleks dan saling berkaitan, mencerminkan bagaimana kombinasi antara kondisi rumah tangga dan lingkungan sekitar dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak (Setyawati 2018).

Stunting memiliki dampak yang signifikan terhadap pertumbuhan anak dan masa depan mereka. Ini dapat menyebabkan penurunan pertumbuhan fisik dan pertumbuhan kognitif anak, yang berdampak pada kualitas belajar anak di sekolah, dan dapat menyebabkan penurunan produktivitas di usia dewasa dan penyakit tidak menular (Fauziah et al. 2023). Salah satu penyebab utama stunting pada anak adalah rendahnya asupan gizi yang didapatkan anak dari makanan yang mereka konsumsi. Kekurangan protein dan asupan energi yang rendah merupakan faktor utama penyebab stunting (Sinaga *et al.*, 2019)

Banyak faktor yang saling mempengaruhi menyebabkan stunting, bukan hanya asupan gizi yang buruk untuk ibu hamil atau balita. Di Indonesia, banyak penelitian telah dilakukan tentang faktor-faktor yang berpotensi menyebabkan stunting, yang dapat dimulai sejak masa konsepsi, yaitu faktor ibu. Stunting pada bayi yang dilahirkan sangat dipengaruhi oleh ibu yang tidak mengetahui tentang kesehatan dan nutrisi sejak hamil sampai melahirkan. Pembelajaran dini yang baik dan layanan *ANC-Ante Natal Care* (pelayanan kesehatan untuk ibu selama masa kehamilan) dan *Post Natal Care* (pelayanan kesehatan untuk ibu setelah melahirkan) sangat penting saat hamil. Ini terkait dengan konsumsi zat besi yang cukup saat hamil, pemberian ASI sepenuhnya, dan konsumsi makanan pendamping air susu ibu (MPASI) yang ideal (WHO, 2020).

Menurut penelitian cermat yang dilakukan oleh Trisira *et al.* (2022), bayi yang hanya menerima ASI memiliki kemungkinan sebesar 3,7 kali lipat untuk mengalami gangguan pertumbuhan. Khususnya, ada korelasi yang tidak dapat disangkal antara pemberian ASI eksklusif oleh ibu dan indeks PB/U; di Indonesia, 48 dari 51 anak mengalami stunting sebagai akibat dari kekurangan nutrisi penting ini (Oktavia, 2011). ASI terkenal karena kandungan

proteinnya yang berharga. Dengan mudah memperkuat sistem kekebalan tubuh bayi, meningkatkan kesejahteraan gizi mereka, membantu mereka pulih dari penyakit, dan bahkan membantu proses melahirkan (PERMENKES, 2014).

Kemungkinan terjadinya stunting pada anak sangat dipengaruhi oleh tingkat pendidikan ibu. Menurut Margawati & Astuti (2018)), pendidikan ibu sangat penting untuk mengasuh, memberikan makanan, dan merawat anak. Seorang ibu yang memiliki pemahaman yang mendalam tentang gizi membuat rencana pengasuhan anak menjadi lebih mudah. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa ibu yang memiliki pemahaman yang luas tentang gizi akan mampu mengolah makanan, membuat menu yang seimbang, dan memastikan bahwa makanannya bersih dan berkualitas tinggi. Akibatnya, jumlah kasus stunting pada anak diperkirakan akan berkurang.

Selain ibu, peran ayah juga dapat membantu anak stunting karena pekerjaan ayah memengaruhi jumlah penghasilan yang didapatkan (Suyani dkk, 2022). Menurut UNICEF (2012), masalah ini terkait dengan masalah sosial ekonomi karena pendapatan keluarga memengaruhi kemampuan suatu keluarga untuk memberikan nutrisi dan protein yang cukup kepada anak-anak mereka. Ini berkaitan dengan kemampuan Anda untuk membeli sebuah keluarga. Imunisasi adalah faktor tambahan yang dapat menyebabkan stunting. Imunisasi berperan dalam terjadinya stunting karena anak-anak yang tidak mendapat imunisasi lebih rentan terhadap penyakit yang terkait dengan stunting (Noviastuti, 2018).

Stunting memiliki banyak gejala, termasuk keterlambatan pertumbuhan fisik, serta penundaan perkembangan kognitif dan masalah kesehatan lainnya. Indikasi awal stunting seringkali tidak dideteksi dan dikenali, atau bahkan seringkali tidak diperhatikan sampai terlambat. Namun demikian, kami menemukan tanda-tanda yang mungkin terlihat pada anak-anak yang mengalami pertumbuhan terhambat termasuk penurunan perkembangan fisik, penurunan ukuran fisik dan penurunan perhatian kognitif dan retensi memori (Fauziah *et al.* 2023).

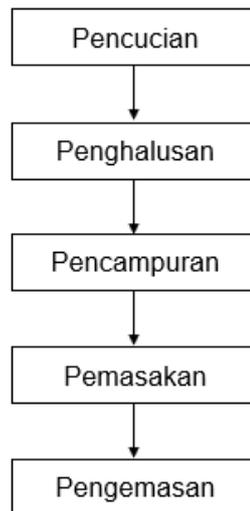
Stunting juga dapat berdampak pada perkembangan pubertas anak. Anak-anak yang menderita stunting mungkin mengalami pubertas lebih lambat dibandingkan dengan teman sebaya mereka, dan karena stunting menghambat perkembangan fisik mereka, mereka mungkin terlihat lebih muda dari usia sebenarnya (Fauziah *et al.* 2023), selain itu Anak-anak yang menderita stunting mungkin besar akan mengalami gangguan kognitif. Gangguan kognitif adalah kondisi yang dapat mempengaruhi kemampuan anak untuk berpikir, mengingat, belajar, berbahasa, dan berkomunikasi. Anak-anak dengan hambatan pertumbuhan menghadapi kerentanan yang lebih besar daripada anak-anak sebaya mereka. Selain itu, anak-anak ini sering menunjukkan ketidakstabilan emosi, kesulitan berkonsentrasi pada pelajaran, dan kurangnya keterlibatan dalam lingkungan sekolah (Supradewi, 2023).

Pelaksanaan program kerja KKN ini, salah satu kegiatannya adalah sosialisasi tentang stunting serta demo pembuatan makanan sehat, yaitu puding buah naga. Materi yang disampaikan mencakup pengertian stunting, faktor risiko, dampak, serta tanda dan gejala stunting pada anak. Kendala yang dihadapi selama kegiatan ini adalah anak-anak yang dibawa oleh peserta sangat aktif bergerak, sehingga menciptakan suasana yang kurang kondusif dan mempengaruhi konsentrasi peserta. Meskipun demikian, kegiatan tetap berjalan dengan baik, dengan peserta yang terlibat aktif dan antusias mengikuti sesi diskusi.



Gambar 1. Kegiatan Sosialisasi

Kegiatan berikutnya adalah pelatihan pembuatan puding buah naga bagi para ibu. Pelatihan ini bertujuan agar para ibu balita dapat mempraktikkan kembali pembuatan puding tersebut di rumah. Sebelum memulai pelatihan, ibu balita diarahkan untuk mencuci tangan menggunakan sabun, guna memastikan proses pembuatan puding buah naga menerapkan prinsip kebersihan dan sanitasi. Ibu-ibu balita mengikuti pelatihan dengan antusias, bahkan beberapa peserta ikut membantu dalam proses pembuatan. Meskipun ada yang sambil mengasuh anak, mereka tetap fokus pada pelatihan. Alat yang digunakan meliputi panci, alat chopper atau blender, dan kemasan puding, sedangkan bahan-bahan yang dipakai adalah buah naga, agar-agar putih, susu UHT, dan air putih. Untuk cara pembuatan puding buah naga dapat dilihat pada gambar 2.



Gambar 2. Alur pembuatan puding buah naga



Gambar 3. Praktik pembuatan puding buah naga

Program kerja ini bertujuan untuk mendorong perubahan perilaku dan memberikan pendidikan kepada ibu dengan balita stunting melalui demonstrasi memasak puding buah naga. Diharapkan kegiatan ini akan menciptakan agen perubahan di masyarakat, meningkatkan pengetahuan dan kesadaran tentang gizi balita, serta mengurangi kasus stunting. Tujuan utama dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan minat ibu dalam menyiapkan makanan tambahan untuk balita stunting, sehingga dapat memperbaiki pemberian makan sesuai dengan rekomendasi yang ada.

Pelaksanaan sosialisasi ini juga dilakukan pretes dan postes. bertujuan untuk mengevaluasi tingkat pengetahuan peserta sebelum materi disampaikan, sedangkan posttest dilaksanakan untuk menilai pencapaian peserta setelah materi diberikan. Sebanyak 20 peserta mengikuti pelatihan ini, dan analisis pre- dan posttest digunakan untuk menilai perkembangan pengetahuan mereka. Tes terdiri dari soal pilihan ganda yang dirancang untuk mengukur kemampuan peserta. Instrumen tes ini membantu dalam mengidentifikasi perubahan kemampuan peserta sebelum dan setelah pelatihan.

4. Simpulan dan Saran

Simpulan

Pelaksanaan program kerja pencegahan stunting di Desa Kalijambe berlangsung lancar dan warga antusias mengikuti kegiatan dari awal sampai selesai. Kegiatan ini meliputi sosialisasi pencegahan stunting dan cara pembuatan pudding buah naga dapat menjadi alternatif program pemberantasan stunting dan gizi kurang di desa Kalijambe. Melalui program kerja yang sudah terlaksana maka diharapkan dapat memberi edukasi kepada orang tua yang memiliki balita agar terus memperhatikan dan memberikan asupan makanan bergizi tinggi kepada anak balita dan untuk mengurangi angka stunting.

Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas maka dapat disarankan bahwa kegiatan KKN di Desa Kalijambe Kecamatan Sragi Kabupaten Pekalongan ini dapat diselenggarakan secara berkelanjutan sehingga dapat membantu masyarakat dalam mengatasi stunting di Desa Kalijambe kecamatan Sragi kabupaten Pekalongan khususnya dan di wilayah lain di Indonesia pada umumnya.

5. Ucapan Terima Kasih

Ucapan terimakasih kami sampaikan LPPM Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Camat Sragi dan kepada kepala desa Kalijambe yang telah mengizinkan dan membantu pelaksanaan kegiatan hingga berjalan dengan lancar.

6. Daftar Pustaka

- Bunga Farida *et al.* 2022. "Kampanye Partisipatory Anti-Stunting Dengan Menggunakan Sosial Media Tiktok Di Jawa Timur." *Media Gizi Indonesia* 17(1SP): 53–57.
- Fauziah, Jihan, Khansa Dinah Trisnawati, Khansa Pramesti Sulisty Rini, and Suci Utami Putri. 2023. "Stunting: Penyebab, Gejala, Dan Pencegahan." *Jurnal Parenting dan Anak* 1(2): 11.
- Haryani, Siti, Ana Puji Astuti, and Kartika Sari. 2021. "Pencegahan Stunting Melalui Pemberdayaan Masyarakat Dengan Komunikasi Informasi Dan Edukasi Di Wilayah Desa Candirejo Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang." *Jurnal Pengabdian Kesehatan STIKES Cendekia Utama Kudus* 4(1): 30.
- Margawati, Ani, and Astri Mei Astuti. 2018. "Pengetahuan Ibu, Pola Makan Dan Status Gizi Pada Anak Stunting Usia 1-5 Tahun Di Kelurahan Bangetayu, Kecamatan Genuk, Semarang." *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)* 6(2): 82–89.
- Rampengan, Novie Homenta. 2016. "Antibiotik Terapi Demam Tifoid Tanpa Komplikasi Pada Anak." *Sari Pediatri* 14(5): 271.
- Sandjojo, Eko putro. 2017. "Buku Saku Desa Dalam Penanganan Stunting." *Buku Saku Desa Dalam Penanganan Stunting*: 42.
- Setianingsih, Rizka Kurniasari, and Sri Suyani. 2022. "Faktor Resiko Terjadinya Stunting Pada Baduta." *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal* 12(3): 489496. <https://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM/article/view/373>.
- Setyawati, Vilda Ana Veria. 2018. "Kajian Stunting Berdasarkan Umur Dan Jenis Kelamin Di Kota Semarang." *Prosiding University Research Colloquium*: 834–38.
- Trisira, Natasha Puteri *et al.* 2022. "History of Exclusive Breastfeeding with Stunting by Children Aged 2 to 5 Years Old: A Literature Review."
- UNICEF. Indonesia Laporan Tahunan. Geneva: UNICEF; 2012
- World Health Organization. (2020). Childhood Stunting: Context, Causes and Consequences. Diakses dari: <https://www.who.int/nutrition/healthygrowthproj/en/index1.html>