

Pembinaan Ibu Balita dalam Pencegahan Stunting di Desa Kelusa, Payangan, Gianyar

Komang Triyani Kartinawati¹, Luh Gede Pradnyawati¹, Ni Putu Diah Witari², Dinda Anggie Savitri³, Ni Ketut Tannis Lestari³, Agus Pramana Shakti Manik Artha³, Luh Gde Sita Maharani³, I Gusti Ngurah Satria Darmika³

¹Departmen Ilmu Kedokteran Komunitas-Ilmu Kedokteran Pencegahan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa

²Departmen Histologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa

³Program Studi Kedokteran,, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa

*Email: dr.komang.triyani@gmail.com

Abstrak

Desa Kelusa termasuk dalam wilayah kecamatan Payangan, Gianyar, provinsi Bali. Secara geografis, sebagian besar wilayah desa Kelusa digunakan untuk pertanian dengan sistem pengairan menggunakan irigasi. Pertanian merupakan sumber daya lokal yang dapat digunakan untuk pemenuhan kebutuhan pangan keluarga. Ketahanan pangan ini merupakan salah satu unsur penting dalam mencegah terjadinya gangguan nutrisi, contohnya stunting. Berdasarkan Laporan Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar tahun 2022 masih didapatkan 278 balita stunting (13.2%) dan 173 baduta (bawah dua tahun) stunting (21.5%) di wilayah kerja Puskesmas Payangan. Berdasarkan analisis didapatkan permasalahan pada Desa Kelusa, yaitu kurangnya pengetahuan ibu mengenai stunting dan pencegahannya, serta pengolahan MP-ASI bergizi. Berdasarkan permasalahan tersebut, dilaksanakan kegiatan pembinaan ibu balita dalam bentuk penyuluhan mengenai stunting, cara pencegahan stunting, dan pengelolaan MP-ASI sehat. Kegiatan penyuluhan terintegrasi dengan pembelajaran *Community Oriented Medical Education*, dimana satu keluarga balita didampingi oleh satu mahasiswa secara berkelanjutan selama 1000 hari awal kehidupan. Setelah penyuluhan didapatkan rata-rata peningkatan nilai posttest sebanyak 44% dibandingkan nilai pretest. Berdasarkan hasil ini, dapat disimpulkan adanya peningkatan pengetahuan pada ibu balita setelah mendapatkan penyuluhan. Kegiatan penyuluhan mampu meningkatkan pengetahuan ibu mengenai stunting, pencegahan stunting, dan pengelolaan MP-ASI. Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat membentuk sikap dan perilaku positif dalam pencegahan stunting dan pengelolaan MP-ASI sehat. Keberlanjutan upaya peningkatan pengetahuan dan keterampilan mengenai pengelolaan MP-ASI dalam optimalisasi 1000 HAK perlu terus dilaksanakan secara integratif dengan UKBM, seperti Posyandu dan Poskesdes. Kegiatan ini dapat melibatkan kelompok sasaran, seperti ibu hamil dan ibu balita, serta kader posyandu agar lebih terampil dalam upaya pencegahan stunting pada balita.

Kata kunci : Balita, Stunting, MP-ASI, 1000 HAK

Abstract

[Empowering Toddlers' Mothers to Prevent Stunting in Village of Kelusa, Payangan, Gianyar]

Village of Kelusa is located in the district of Payangan, region of Gianyar, province of Bali. Geographically, the majority of Kelusa's area is utilized for agriculture with irrigation as the water system. This agriculture is the source of local-based products for family consumption. Food security is one essential factor to prevent the nutritional disorder, such as in stunting. Regarding the report from Public Health Office of Gianyar in the 2022, there was still 278 stunted toddlers (13,7%) and 173 stunted in below two years of age children (21,5%) in the area of Payangan. Through analysis, there were some problems found in the village of Kelusa, including the lack of mother's knowledge on stunting and its prevention, also processing healthy weaning food. Regarding these problems, an empowerment was conducted to the community partners, which were the toddlers' mothers, about stunting and its prevention, also the management of weaning food. The empowerment was integrated with the faculty students' learning activities called *Community Oriented Medical Education*, in which every toddler's family was accompanied by one faculty student continuously during the first 1000 days of life. After the health education was given, there was a 44% increase in posttest score compared to the pretest. Regarding this result, there was a significant rise of knowledge in toddlers' mothers after the implementation of health education. Health promotion can rise the mother's knowledge about stunting, preventing stunting, and managing weaning food. These increase of knowledge would construct positive

attitude and behavior in preventing stunting and managing healthy weaning food. The continuity of health education and workshop on the management of healthy weaning food to optimize the first 1000 days of life should be integrated to the community-based health effort (UKBM), such as in Posyandu and Poskesdes. Moreover, these programs can be implemented to the targeted population, such as pregnant mother and toddler's mother, as well as the posyandu cadres to increase their competencies in preventing stunting on toddlers.

Keywords: Toddler, Stunting, Weaning Food, The First 1000 Days of Life

PENDAHULUAN

Desa Kelusa terdapat pada kecamatan Payangan, kabupaten Gianyar, Bali. Secara geografis, luas wilayah desa Kelusa adalah 6.5 km². Sebagian besar wilayah ini digunakan untuk pertanian dengan sistem pengairan menggunakan irigasi.⁽¹⁾ Pertanian merupakan sumber daya lokal yang dapat digunakan untuk pemenuhan kebutuhan pangan sehari-hari pada masyarakat.

Pada desa Kelusa terdapat 4.345 jiwa penduduk dengan kepadatan 679 jiwa/km². Proporsi jumlah penduduk perempuan 2304 dan jumlah penduduk laki-laki adalah 2041.¹ Berdasarkan gambaran demografi tersebut jumlah penduduk perempuan lebih banyak dan dalam rentang usia produktif. Hal ini menggambarkan adanya potensi untuk pemberdayaan ibu dalam meningkatkan kesehatan keluarga, khususnya anak balita.

Berdasarkan Laporan Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar tahun 2022, masih didapatkan 278 balita *stunting* (13.2%) dan 173 baduta (bawah dua tahun) *stunting* (21.5%) di wilayah kerja Puskesmas Payangan.⁽²⁾ Berdasarkan wawancara ibu balita tentang asupan gizi anak balita sehari-hari didapatkan masih kurangnya asupan protein dan sayuran pada balita. Umumnya anak balita tidak mau mengkonsumsi sayuran dan lebih memilih makanan, seperti kerupuk. Jenis protein yang umumnya dikonsumsi adalah telur, tempe, dan daging ayam. Namun protein ini tidak selalu disajikan setiap kali balita makan. Berdasarkan hal tersebut, penyebab langsung stunting adalah kurangnya asupan gizi secara kronis. Penyebab antara adalah ketahanan pangan keluarga, pendapatan keluarga, dan sanitasi rumah tangga. Akses menuju fasilitas kesehatan, seperti posyandu, tidak menjadi kendala. Penyebab

dasar stunting adalah kurangnya ekonomi keluarga dan kurangnya pengetahuan orangtua dalam pola asuh dan pola makan anak.⁽³⁻⁵⁾

Berdasarkan observasi dan analisis situasi yang dilakukan di wilayah Desa Kelusa, maka mitra pada kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini adalah ibu balita. Permasalahan pada mitra adalah kurangnya pengetahuan mengenai *stunting*, dampak *stunting*, dan cara pencegahannya. Mayoritas ibu balita belum memahami pola MP-ASI sehat bergizi, meliputi komposisi, frekuensi, porsi, dan cara pengolahannya. Pengelolaan MP-ASI pada usia 6 – 8 bulan berbeda dengan usia 10 – 12 bulan, baik dari segi jenis makanan, tekstur, maupun porsi makanannya.^(6,7) Mayoritas ibu balita kurang memahami jenis makanan yang sebaiknya diberikan untuk pemenuhan gizi anak yang mulai menginjak usia 1 tahun. Kurangnya pemenuhan gizi secara kronis mengakibatkan gangguan pada status gizi anak, seperti stunting (Gambar 1).



Gambar 1. Balita *stunting*

Berdasarkan permasalahan tersebut, maka dirancang suatu kegiatan pembinaan ibu balita dalam bentuk penyuluhan mengenai stunting, cara pencegahan stunting, dan pengelolaan MP-ASI sehat bergizi. Kegiatan ini terintegrasi dengan kegiatan *Community Oriented Medical Education (COME)*, dimana satu keluarga balita didampingi oleh satu mahasiswa secara berkelanjutan selama 1000 hari awal kehidupan.

Strategi pengelolaan MP-ASI yang diberikan pada balita harus memenuhi syarat adekuat, higienis, aman dan tepat waktu dengan pemberian secara responsif. Pemberian MP-ASI adekuat dilihat dari komposisi makanan yang diberikan agar memenuhi kebutuhan kalori yang diperlukan untuk tumbuh kembang balita, meliputi makronutrien (terutama protein) dan mikronutrien (kalsium, zat besi).⁽⁶⁾ Pemberian MP-ASI yang higienis dan aman dimulai sejak tahapan persiapan dan pengolahan MP-ASI dengan prosedur, bahan makanan, dan alat masak yang higienis. Pastikan ibu dan balita sudah mencuci tangan dengan bersih sebelum makan, menyajikan makanan pada wadah atau piring yang bersih dan aman, serta memisahkan talenan untuk memotong bahan makanan mentah dengan bahan makanan matang. Selanjutnya, MP-ASI sebaiknya diberikan secara responsif dan konsisten sesuai sinyal lapar dari anak.⁽⁶⁾ Ibu hendaknya bersabar dan memotivasi bayi untuk makan dalam suasana kondusif dan nyaman. Ibu tidak boleh memaksa bayi untuk makan atau menghabiskan makanan, namun membina suasana yang suportif untuk membantu anak belajar makan tekstur makanan padat sebagai transisi dari ASI.

METODE

Tahapan pengabdian meliputi persiapan, pelaksanaan kegiatan, dan monitoring evaluasi. Pada tahap persiapan dilakukan pendekatan terhadap kelompok sasaran, yaitu ibu balita, mengenai rencana kegiatan yang akan dilakukan. Selain itu, pelaksana PKM menyiapkan materi, media dan

content penyuluhan. Pada tahap pelaksanaan dilaksanakan edukasi gizi yang bertujuan meningkatkan pengetahuan ibu balita mengenai MP-ASI sehat berbahan pangan lokal sesuai dengan usia anak balita. Materi edukasi disampaikan pada ibu balita dengan bahasa awam sehingga informasi akan lebih mudah dipahami. Hal-hal yang belum dipahami akan dibahas lebih lanjut pada sesi diskusi.

Tahap pelaksanaan pengabdian ini dilakukan saat kunjungan lapangan mahasiswa COME pada keluarga binaan, yaitu pada hari Minggu, 27 November 2023 mulai jam 09.00 – 14.00 WITA.

Sebelum pemaparan materi, dilakukan pemberian kuesioner sebagai instrumen *pretest* untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal masyarakat mengenai stunting dan MP-ASI. Selanjutnya dilakukan penyuluhan mengenai stunting, pencegahan stunting, serta pengelolaan dan komposisi MP-ASI sehat bergizi sesuai usia balita dengan media poster. Metode penyuluhan dilaksanakan secara interaktif, dimana ibu balita aktif mengajukan pertanyaan terhadap hal-hal yang belum

Pertanyaan tersebut kemudian dibahas secara lebih dalam dan dengan menggunakan contoh sehingga lebih mudah dipahami. Selanjutnya strategi pengelolaan MP-ASI diberikan melalui video mengenai penyiapan MP-ASI dengan memanfaatkan sumber daya pangan lokal, seperti ikan, tahu, tempe, daun kelor, sayur bayam, dan olahan telur. Pada video tersebut juga disajikan contoh menu yang dapat dipraktikkan dalam konsumsi sehari-hari.

Setelah penyuluhan selesai, mitra diberikan *posttest* untuk mengukur perubahan pengetahuan mengenai stunting, pencegahan stunting, dan MP-ASI sehat bergizi sesuai dengan usia balita. Pertanyaan pada *posttest* sama dengan *pretest* sebelumnya sehingga dapat dinilai perubahan pemahaman sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan pada mitra. Mayoritas mitra mampu menjawab pertanyaan secara lebih detail dan lengkap setelah mendapatkan penyuluhan.



Gambar 2. Pelaksanaan penyuluhan pada ibu balita

NI KETUT TANNIS LESTARI/1970121075

Cegah Stunting Melalui Asupan Gizi Optimal

Apa itu Stunting ?
Kondisi balita memiliki **panjang/tinggi badan kurang jika dibandingkan umur.**
Pada kurva WHO **melebihi (-2)** standar deviasi.

Mengapa Stunting Penting Dicegah ?

1. **Gangguan tumbuh kembang** (terutama anak <2 tahun)
2. **Menghambat** perkembangan kognitif & motorik
3. **Meningkatkan risiko** menderita **penyakit tidak menular** (DM, Obesitas)

Faktor Risiko Stunting

- Praktek **pengasuhan** yang kurang baik
- Kurangnya **akses rumah tangga ke makanan bergizi**
- Kurangnya **akses air bersih dan sanitasi**

Pencegahan Stunting Melalui Asupan Gizi Optimal

Lauk 3 dari setengah piring
Buah 1/3 dari setengah piring
Makanan Pokok 1/3 dari setengah piring
Sayuran 2/3 dari setengah piring

Referensi : Buletin Stunting 2018 ; Ringkasan Intervensi Anak Kerdil Stunting 2017 ; <https://www.popmama.com/kid/4-5-years-old/jamima/makanan-untuk-mencegah-stunting-pada-balita/10>

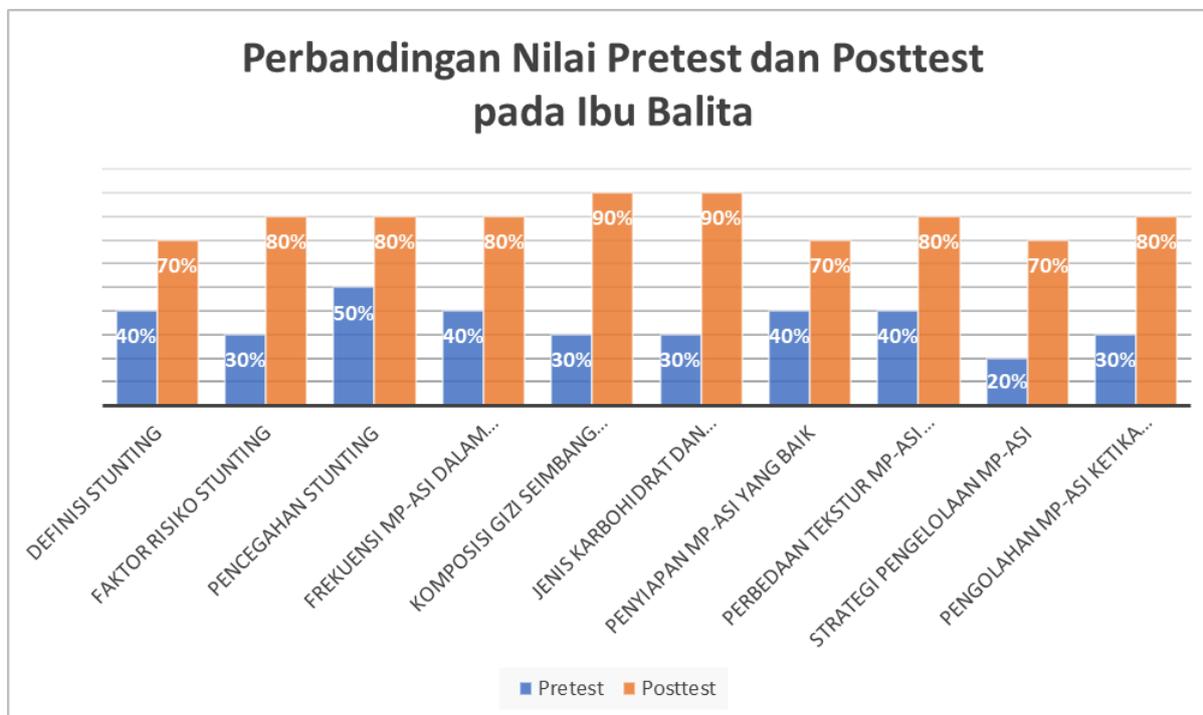
Gambar 3. Poster penyuluhan

Setelah tahap pelaksanaan penyuluhan dilanjutkan dengan proses evaluasi untuk menilai perubahan pengetahuan mitra, dan pengaruhnya terhadap sikap dan perilaku sehari-hari. Evaluasi dilakukan dengan membandingkan nilai *posttest* dan *pretest* untuk menilai perubahan pengetahuan setelah ibu balita mendapatkan penyuluhan. Selain itu juga dilakukan monitoring dan evaluasi secara berkala selama 3 bulan untuk memantau tumbuh kembang balita serta mengendalikan permasalahan yang mungkin masih dialami mitra. Pada tahap monitoring ini dilakukan evaluasi terhadap sikap dan perilaku ibu balita dalam mengelola MP-ASI sehari-hari. Pada bulan kedua didapatkan ibu balita mulai rutin memberikan MP-ASI dengan asupan protein bervariasi dan juga menambahkan sayuran dalam menu makanan sehari-hari. Selain itu, pada bulan ketiga juga dilakukan pengukuran pada pertumbuhan balita dan didapatkan peningkatan pada KMS balita. Hasil positif pada berat badan ini diharapkan akan mempengaruhi panjang badan balita di bulan-bulan selanjutnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penilaian perubahan pengetahuan pada ibu balita adalah dengan membandingkan hasil *posttest* dibandingkan *pretest*. *Pretest* diberikan pada ibu balita sebelum pelaksanaan penyuluhan. *Posttest* diberikan setelah penyuluhan dan diskusi selesai. Jumlah soal *pretest* adalah 10 soal yang terdiri dari 3 soal mengenai stunting, 3 soal mengenai komposisi dan porsi MP-ASI sesuai usia balita, dan 4 soal mengenai cara penyiapan dan pengolahan MP-ASI. Jenis dan jumlah pertanyaan *posttest* sama dengan *pretest*.

Berdasarkan komponen pertanyaan tersebut, selanjutnya dianalisis pertanyaan mana saja yang sudah mampu dijawab dengan benar oleh ibu balita. Selain itu dilakukan juga perbandingan persentase jawaban benar antara *pretest* dan *posttest* untuk menilai perubahan pengetahuan pada ibu balita (Gambar 4).



Gambar 4. Perbandingan nilai *pretest* dan *posttest* pada ibu balita

Berdasarkan analisis terhadap hasil kuesioner yang diberikan sebelum dan setelah penyuluhan (Grafik 1), dapat dilihat bahwa persentase jawaban benar pada *posttest* meningkat dibandingkan *pretest*. Terdapat rata-rata 44% peningkatan nilai *posttest* dibandingkan dengan nilai *pretest*. Berdasarkan hasil ini, kegiatan edukasi gizi sudah mampu meningkatkan pengetahuan ibu balita mengenai stunting, pencegahan stunting, dan pengelolaan MP-ASI sehat bergizi.

Peningkatan pengetahuan ini sejalan dengan kegiatan penyuluhan serupa yang dilakukan di Desa Ban, Karangasem, Bali, yaitu terdapat peningkatan pengetahuan sebesar 30% pada ibu balita mengenai MP-ASI sehat bergizi pada balita sesuai dengan usianya.⁽⁸⁾

Pada pelaksanaan kegiatan pengabdian ini dapat dilihat bahwa mitra mampu menerima materi edukasi mengenai stunting, pencegahan stunting, dan pengelolaan MP-ASI sehat bergizi. Dengan memahami materi ini, mitra mulai mempraktikkan ilmu yang mereka dapat untuk menyiapkan MP-ASI pada balita. Variasi protein dan sayuran mulai rutin diberikan pada anak balita. Efektivitas kegiatan ini dapat dilihat pada peningkatan berat badan anak yang dipantau melalui grafik KMS pada saat anak balita dibawa ke posyandu. Kurva panjang badan anak akan mengikuti pada beberapa bulan setelahnya.

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan promosi kesehatan mengenai pemenuhan kebutuhan gizi anak dalam mencegah stunting masih perlu terus dilaksanakan. Masih terdapat beberapa ibu yang sudah memberikan makanan selain ASI saat usia anak kurang dari 6 bulan. Promosi Kesehatan dapat diberikan dalam bentuk penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan, dalam bentuk *focus-group discussion* untuk membentuk sikap positif, ataupun dalam bentuk pelatihan dan demonstrasi untuk membentuk perilaku positif pada kelompok sasaran. Dengan

kegiatan promosi kesehatan secara rutin dan berkelanjutan diharapkan dapat membentuk sikap dan perilaku positif pada kelompok sasaran, seperti ibu hamil dan ibu balita, mengenai kecukupan gizi pada anak yang menunjang tumbuh kembang secara optimal dalam 1000 hari awal kehidupan.

Keberlanjutan upaya ini sebaiknya dilaksanakan secara integratif dengan UKBM yang sudah ada, seperti pada Posyandu dan Poskesdes. Kegiatan ini dapat melibatkan kelompok sasaran, seperti ibu hamil dan ibu balita, serta kader posyandu dan kader desa agar lebih terampil dalam upaya pencegahan stunting pada balita. Dengan menyuluh kader agar lebih kompeten dan terampil, diharapkan kader dapat secara mandiri melakukan promosi kesehatan pada setiap pelaksanaan posyandu.

UCAPAN TERIMA KASIH

Program pengabdian kepada masyarakat ini merupakan hibah yang didapatkan dari Unit Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (UP2M), Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Warmadewa

DAFTAR PUSTAKA

1. BPS Kabupaten Gianyar. Kecamatan Payangan dalam Angka [Internet]. 2017. Available from: <https://ganyarkab.bps.go.id/publication/2017/09/20/463e1746556d2e021a957633/kecamatan-payangan-dalam-angka-2017.html>
2. Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar. PROFIL KESEHATAN KABUPATEN GIANYAR TAHUN 2022. 2022.
3. Bardosono S, Sastroamidjojo S, Lukito W. Determinants of child malnutrition during the 1999 economic crisis in selected poor areas of Indonesia. *Asia Pac J Clin Nutr*. 2007;16(3):512–26.
4. Budiastutik I, Nugraheni A. Determinants of Stunting in Indonesia: A Review Article. *Int J Heal Res*. 2018;1(1):2620–5580.

5. Beal T, Tumilowicz A, Sutrisna A, Izwardy D, Neufeld LM. A review of child stunting determinants in Indonesia. *Matern Child Nutr.* 2018;14 (4):1–10.
6. IDAI. Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI). UKK Nutrisi dan Penyakit Metabolik Ikatan Dokter Anak Indonesia. 2018. 1–16 p.
7. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Tingkat Nasional, Provinsi, dan Kabupaten/ Kota Tahun 2021. 2021.
8. Kartinawati KT, Pradnyawati LG, Dwipayana IME. Pencegahan Stunting Melalui Penyuluhan Gizi Seimbang Berbasis Kearifan Lokal Di Desa Ban, Karangasem, Bali. *J Jasintek [Internet].* 2022;4(1):28–33. Available from: <https://ejournal.unhi.ac.id/index.php/sewakabhakti/article/view/2861%0Ahttps://ejournal.unhi.ac.id/index.php/sewakabhakti/article/download/2861/1724>