


## Cegah Stunting Melalui Pendampingan Ibu Balita di Posyandu RW 01 Kelurahan Kampung Bandar, Kecamatan Senapelan, Pekanbaru

Imelda Fitri <sup>1</sup>, Syahda Elsavira<sup>2</sup>, Jihan Bela Islami<sup>3</sup>, Dwi Jayanti<sup>4</sup>, Sausan Sabira<sup>5</sup>, Arguna Lenggogeni<sup>6</sup>, Dandy Sayundra<sup>7</sup>, Juliana Rosmasari<sup>8</sup>, Livia Amelia Sari<sup>9</sup>, Vira Aulia Putri<sup>10</sup>, Yoanita Nabila<sup>11</sup>, Oktavia Veronika<sup>12</sup>, Putri Desinta<sup>13</sup>, Ovi Wiranda<sup>14</sup>, Raihana Satira<sup>15</sup>, Yulia Afrina<sup>16</sup>

<sup>1,2,3,6,7,8,9,10,11,16</sup>Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Abdurrab

<sup>4,5</sup>Fakultas Kedokteran Universitas Abdurrab

<sup>12,13</sup>Fakultas Psikologi Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Abdurrab

<sup>14,15</sup>Fakultas Teknik, Universitas Abdurrab

\*Email : [imelda.fitri@univrab.ac.id](mailto:imelda.fitri@univrab.ac.id)

### ABSTRACT

The problem health of stunting needs serious attention. This activity aims to assist and increase the knowledge of mothers at posyandu picking happy days in achieving the goal of preventing stunting in children in order to achieve a state of complete physical and mental well-being and free from chronic diseases. The method used in this activity is in the form of health counseling using a tool in the form of posters. Participants were given material on stunting and continued with a question and answer session, where there was filling out of knowledge questionnaires before dan after health counseling. The activity participants, namely mothers at the posyandu, picked happy days as many as people where the activity lasted 100 minutes. All mother of child were able to understand well to prevent stunting by increase in the average value of knowledge from 5.4 to 7.8 (pre-test and post-test results) of 2.5 points. It is hoped that PKM activities can be carried out continuously, so that prevent of stunting can early detect.

### Keywords

*Toddler Mothe, Prevent, Stunting,*



*BERDAYA : Jurnal Pendidikan dan Pengabdian Kepada Masyarakat*  
Vol 6, No.2, 2024, pp. 203-210  
eISSN 2721-6381

### Article History

Received 8/30/2023 / Accepted 9/20/2023/ First Published: 4/16/2024

**To cite this article:** Fitri, I., Elsavira, S., Islami, J. B., Jayanti, D., Sabira, S., Lenggogeni, A., et al. (2024). Cegah Stunting Melalui Pendampingan Ibu Balita di Posyandu RW 01 Kelurahan Kampung Bandar, Kecamatan Senapelan, Pekanbaru. *BERDAYA: Jurnal Pendidikan Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(2), 202-210. <https://doi.org/10.36407/berdaya.v6i2.1068>



© The Author(s)2024

. This open access article is distributed under a Creative Commons Attribution (CC-BY) 4.0 license

## ABSTRAK

Stunting menjadi masalah kesehatan yang perlu mendapatkan perhatian serius. Tujuan Kegiatan untuk mendampingi dan menambah pengetahuan ibu di Posyandu Memetik Hari Bahagia dalam pencegahan stunting pada balita guna mencapai keadaan yang sejahtera sempurna fisik, mental dan terbebas dari penyakit-penyakit kronis. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah dalam bentuk penyuluhan Kesehatan dengan menggunakan alat bantu berupa poster. Peserta diberikan materi tentang stunting dan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab, dimana terdapat pengisian kuisioner pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan Kesehatan. Peserta kegiatan yaitu ibu-ibu di posyandu memetik hari Bahagia sebanyak 10 orang dimana kegiatan berlangsung selama 100 menit. Ibu balita mampu memahami dengan baik tentang pencegahan stunting dengan adanya peningkatan hasil rata-rata nilai pengetahuan dari 5,4 menjadi 7,8 (hasil pre-test dan post-test) sebesar 2,5 point. diharapkan PKM ini dapat dilakukan secara berkelanjutan, sehingga pencegahan stunting dapat dilakukan secara dini.

## Profil Penulis

Imelda Fitri  
Syahda Elsavira  
Jihan Bela Islami  
Dwi Jayanti  
Sausan Sabira  
Arguna Lenggogeni  
Dandy Sayundra  
Juliana Rosmasari  
Livia Amelia Sari  
Vira Aulia Putri  
Yanita Nabila  
Oktavia Veronika  
Putri Desinta  
Ovi Wiranda  
Raihana Satira

Program Studi Kebidanan,  
Fakultas Farmasi dan Ilmu  
Kesehatan, Universitas  
Abdurrah

\*Email:imelda.fitri@univrab.ac.  
id

Reviewing Editor  
Hendryadi

**Kata Kunci :** Ibu Balita, Pencegahan, Stunting

## PENDAHULUAN

Indonesia telah mengalami banyak peristiwa penting dalam perjalanannya untuk menjadi negara berpenghasilan menengah. Di antaranya penurunan angka kematian anak dan meningkatnya penerimaan anak di sekolah dasar secara signifikan. Kendati demikian, belum ada peningkatan pada status gizi anak-anak. Jutaan anak-anak dan remaja Indonesia tetap terancam dengan tingginya angka anak yang bertubuh pendek (stunting) dan kurus (wasting) serta 'beban ganda' malnutrisi dimana terjadinya kekurangan dan kelebihan gizi. Stunting merupakan kegagalan untuk mencapai potensi pertumbuhan seseorang yang disebabkan oleh malnutrisi kronis dan penyakit berulang selama masa kanak-kanak. Hal ini dapat membatasi kapasitas fisik dan kognitif anak secara permanen dan menyebabkan kerusakan yang lama. Efek dari beban ganda malnutrisi tidak hanya dirasakan oleh masyarakat. Hal ini juga berdampak terhadap Ekonomi. (UNICEF, 2023). Stunting bukan hanya urusan tinggi badan tetapi yang paling berbahaya adalah rendahnya kemampuan anak untuk belajar, keterbelakangan mental, dan yang ketiga munculnya penyakit-penyakit kronis (Rokom, 2023).

Penyebab utama *stunting* diantaranya, asupan gizi dan nutrisi yang kurang mencukupi kebutuhan anak, pola asuh yang salah akibat kurangnya pengetahuan dan edukasi bagi ibu hamil dan ibu menyusui, buruknya sanitasi lingkungan tempat tinggal seperti kurangnya sarana air bersih dan tidak tersedianya sarana MCK yang memadai serta keterbatasan akses fasilitas kesehatan yang dibutuhkan bagi ibu hamil, ibu menyusui dan balita (Kemenkeu, 2022).

*Stunting* jika dikutip dari Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2021 adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badannya di bawah standar yang ditetapkan oleh menteri yang menyelenggarakan urusan pemerintahan di bidang kesehatan. Sedangkan pengertian *stunting* menurut Kementerian Kesehatan (Kemenkes) adalah anak balita dengan nilai z-scorenya kurang dari -2.00 SD/standar deviasi (*stunted*) dan kurang dari -3.00 SD (*severely stunted*). Jadi dapat disimpulkan bahwa *stunting* merupakan gangguan pertumbuhan yang dialami oleh balita yang mengakibatkan keterlambatan pertumbuhan anak yang tidak sesuai dengan standarnya sehingga mengakibatkan dampak baik jangka pendek maupun jangka panjang (Kemenkeu, 2022)

Malnutrisi dapat menyebabkan kemiskinan yang berkelanjutan. Meskipun kemiskinan berkontribusi terhadap gizi buruk, minimnya pengetahuan dan praktik pengasuhan anak dan pemberian makan anak yang tidak memadai juga turut menyebabkan tingginya angka gizi buruk. Kesehatan ibu juga berperan penting. Banyak perempuan yang hamil saat usia remaja, tidak makan dengan benar selama kehamilan sehingga sering melahirkan bayi yang kecil atau berat badan rendah. Bukti-bukti baru telah menemukan bahwa kekurangan gizi ibu dan janin meningkatkan kerentanan populasi terhadap kelebihan gizi dan penyakit tidak menular yang berhubungan dengan diet pada masa remaja dan dewasa (UNICEF, 2014) .

Sekitar 55 juta orang di seluruh negeri atau sekitar 22 persen dari jumlah penduduk – masih mempraktikkan buang air besar sembarangan. Sebuah kebiasaan yang sangat tidak sehat yang mengakibatkan tingginya penyakit diare dan gizi buruk pada masa kanak-kanak (UNICEF, 2014).

### **Sasaran Kegiatan**

Sasaran dalam kegiatan ini adalah ibu-ibu di Posyandu Memetik Hari Bahagia RW 01 Kelurahan Kampung Bandar Kecamatan Senapelan yang berjumlah 10 orang.

### **Masalah yang ingin dipecahkan**

Masalah yang ingin dipecahkan dalam kegiatan ini adalah bagaimana memberikan pendampingan kepada ibu balita dalam mencegah terjadinya *stunting* pada anak.

## **MATERI DAN METODE**

### **Materi**

Solusi Masalah dalam kegiatan ini adalah memberikan pendampingan ibu balita dalam pencegahan stunting pada anak.

### **Metode**

1. Tahap Persiapan
  - a. Tim bertemu dengan mitra untuk menyusun rencana kegiatan dan penentuan jadwal. Mempersiapkan kuesioner dan materi
  - b. Tim mempersiapkan alat dan materi berupa poster tentang pencegahan stunting itu penting.
2. Tahap Pelaksanaan
  - a. Perkenalan oleh Tim, dilanjutkan menyampaikan tujuan kegiatan
  - b. Tim menyampaikan penyuluhan tentang pencegahan stunting
3. Tahap Evaluasi  
Untuk mengukur pencapaian kegiatan PKM yang sudah dilakukan, melalui post-test dan review yang disampaikan saat kegiatan. Sebelum kegiatan post-test dilakukan, terlebih dahulu dilakukan pre-test diawal kegiatan

### **Waktu dan lokasi Pelaksanaan**

Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 14 Agustus 2023 di Posyandu Memetik Hari Bahagia RW 01 Kelurahan Kampung Bandar, Kecamatan Senapelan.

## **HASIL DAN EVALUASI**

Peserta kegiatan adalah ibu balita sebanyak 10 orang, Sebelum kegiatan penyuluhan diberikan, Ibu balita diminta untuk memperkenalkan diri, mengisi daftar hadir dan mengisi kuesioner pre-test terlebih dahulu. Kegiatan dilanjutkan dengan penyampaian materi dengan metode penyuluhan kesehatan dengan alat bantu poster. Setelah penyampaian penyuluhan, ibu balita diberi kesempatan untuk bertanya, dan ibu diminta untuk mengisi kuisisioner post test.

Penyuluhan dilakukan sebagai upaya preventif dan peningkatan pengetahuan terhadap stunting. Asupan gizi yang tidak kuat merupakan salah satu penyebab kegagalan tumbuh kembang anak. Agar mencapai gizi seimbang maka perlu ditambah dengan Makanan Pendamping ASI atau MP-ASI, sementara ASI tetap diberikan sampai bayi berusia 2 tahun. Pada usia 6 bulan, bayi mulai diperkenalkan kepada makanan lain, mula-mula dalam bentuk lumat, makanan lembik dan selanjutnya beralih ke makanan keluarga saat bayi berusia 1 tahun (Bappenas RI, 2012).

Ibu sebaiknya memahami bahwa pola pemberian makanan secara seimbang pada usia dini akan berpengaruh terhadap selera makan anak selanjutnya, sehingga pengenalan kepada makanan yang beranekaragam pada periode ini menjadi sangat penting. Secara bertahap, variasi makanan untuk bayi usia 6-24 bulan semakin ditingkatkan, bayi mulai diberikan sayuran dan buah-buahan, lauk pauk sumber protein hewani dan nabati, serta makanan pokok sebagai sumber kalori. Demikian pula jumlahnya ditambahkan secara bertahap dalam jumlah yang tidak berlebihan dan dalam proporsi yang juga seimbang (Kemenkes RI, 2018)

Meskipun telah berhasil sampai pada akhir fase ASI Eksklusif, lanjutkan menyusui ASI sampai anak berusia 2 tahun. Di usia 6 bulan kehidupannya, anak memasuki fase makan untuk pertama kali. Dalam fase ini, anak akan mengenal makanan pendamping air susu ibu (MP-ASI). Hal yang perlu diperhatikan adalah praktik Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA). Kalau ibu hamil berhasil IMD dan ASI Eksklusif selama 6 bulan, selamat bayinya.. Tapi jika dalam pemberian makanan cair dan lunak dalam fase PMBA tadi itu tidak diberikan makanan yang baik, maka tetap saja gagal (Kemenkes RI, 2017).

Kualitas makanan yang buruk meliputi kualitas micronutrient yang buruk, kurangnya keragaman dan asupan pangan yang bersumber dari pangan hewani, kandungan tidak bergizi, dan rendahnya kandungan energi pada complementary foods. Praktik pemberian makanan yang tidak memadai, meliputi pemberian makan yang jarang, pemberian makan yang tidak adekuat selama dan setelah sakit, konsistensi pangan yang terlalu ringan, kuantitas pangan yang tidak mencukupi, pemberian makan yang tidak berespon. Makanan tambahan yang diberikan berupa makan lumat yang bisa dibuat sendiri berupa bubur tepung atau bubur beras ditambah lauk pauk, sayur, dan buah, sehingga perlu pengetahuan gizi yang baik (Dekker LH ; Marin C ; Plazes MM ; Baylin A, 2010).

Konsumsi makanan bagi setiap orang terutama balita umur 1-2 tahun harus selalu memenuhi kebutuhan. Konsumsi makanan yang kurang akan menyebabkan ketidakseimbangan proses metabolisme di dalam tubuh, bila hal ini terjadi terus menerus akan terjadi gangguan pertumbuhan dan perkembangan. Bukti menunjukkan keragaman diet yang lebih bervariasi dan konsumsi makanan dari sumber hewani terkait dengan perbaikan pertumbuhan linear. Analisis terbaru menunjukkan bahwa rumah tangga yang menerapkan diet yang beragam, termasuk diet yang diperkaya nutrisi pelengkap, akan meningkatkan asupan gizi dan mengurangi risiko stunting. Pemberian tambahan makanan di samping makanan yang dimakan sehari - hari dengan tujuan memulihkan keadaan gizi dan kesehatan. PMT dapat berupa makanan lokal atau makanan pabrik tidak membebani fungsi pencernaan serta memiliki zat-zat gizi yang disesuaikan dengan kebutuhan anak untuk pertumbuhan dan kesehatan yang optimal.

Program Makanan Tambahan Pemulihan (PMT-P) diberikan kepada anak gizi buruk dan gizi kurang yang jumlah harinya tertentu dengan tujuan untuk meningkatkan status gizi anak. Ibu yang memiliki anak di bawah lima tahun yang menderita gizi kurang / gizi buruk diberikan satu paket PMT Pemulihan

Complementary foods atau makanan tambahan yang diberikan pada anak khususnya di negara yang sedang berkembang menurut sebaiknya harus di fortifikasi dengan micro nutrient terutama zat besi, kalsium dan zinc. Sedangkan spesifikasi jenis makanan yang diberikan antara lain dengan persyaratan komposisi gizi mencukupi minimal 1/3 dari kebutuhan 1 hari, yaitu; energi 350-400 kalori dan protein 10-15 gram (Rahayu A ; Yulidasari F ; Putri AO; Anggraini L, 2018).



**Gambar 1.**  
 Tim Pengabdian  
 Membagikan  
 Kuesioner dan Ibu-ibu  
 Mengisi Kuesioner  
 Sumber : Dokumentasi  
 Tim Pelaksana (2023)

### Evaluasi kegiatan

Evaluasi kegiatan dilaksanakan dengan mengukur secara deskriptif dari edukasi yang telah disampaikan. Evaluasi yang dilakukan dengan menyebarkan kuesioner sebelum dan sesudah pelaksanaan. Hasil menunjukkan ada peningkatan rata-rata nilai pengetahuan 5,4 menjadi 7,8. Hal ini menunjukkan bahwa ada peningkatan pengetahuan ibu balita terhadap materi diberikan sebesar 2,5 point (Tabel 1)

Tabel 1. Score Pemahaman tentang Pencegahan Stunting Di Posyandu Memetik Bahagia RW 01 Kelurahan Kampung Bandar, Kecamatan Senapelan

Ibu Balita	Score		
	Pre-test	Post-test	Selisih
1	7	9	2
2	6	9	3
3	3	5	2
4	4	7	3
5	6	9	3
6	6	9	2
7	5	7	2
8	7	10	3
9	5	8	3
10	3	5	2
<b>Rata-Rata</b>	5,2	7,8	2,5

Hasil ini sejalan dengan penelitian pada ibu balita di posyandu Magelang, dimana hasil yang diperoleh memperlihatkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan peserta sebelum dan sesudah pemberian edukasi (Idhayanti RI dkk, 2022). Adanya Komunikasi, Informasi, dan Edukasi (KIE) merubah perilaku ke arah positif. Pemberian pengetahuan dan pemahaman dengan pendekatan kader dan ibu balita sebagai tombak utama dalam mendeteksi dini terjadinya stunting, hal ini sejalan dengan kegiatan pengabdian masyarakat ini, dengan memprioritaskan ibu dalam bentuk sosialisasi pada ibu yang berencana untuk hamil (Purnomo D; Samporno; Hadiwijoyo AA; Utomo AW; Abraham RH; Yabuartha RA, 2021).



**Gambar 2.**

Dokumentasi Tim Pengabdian Dengan Sasaran

Sumber: Dokumentasi Tim Pelaksana (2022)

## SIMPULAN

Kegiatan PKM berupa penyuluhan pencegahan stunting. Hasil dari kegiatan ini cukup baik, seluruh peserta sangat antusias yang dibuktikan dengan keaktifan peserta pada sesi tanya jawab dan mengikuti kegiatan sampai dengan selesai serta sebagian besar memahami tentang pencegahan stunting dengan adanya peningkatan pengetahuan dari hasil test sebelum dan sesudah kegiatan.

### Saran Kegiatan Lanjutan

Diharapkan kegiatan PKM dapat dilakukan secara berkelanjutan dengan topik yang berbeda sehingga terbentuknya pengetahuan dan sikap yang positif ibu balita dalam pencegahan stunting.

## REFERENSI

- Bappenas RI (2012) 'Pedoman Perencanaan Program Gerakan Sadar Gizi dalam Rangka Seribu Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK)', in *Bappenas RI*. Jakarta, p. 42.
- Dekker LH; Marin C; Plazes MM; Baylin A (2010) 'Stunting associated with poor socioeconomic and maternal nutrition status and respiratory morbidity in Colombian schoolchildren', *Food and Nutrition Bulletin*, 31(2), pp. 242–250. doi: 10.1177/156482651003100207.
- Idhayanti RI dkk (2022) 'Cegah Tantrum Pada Anak Melalui Pendampingan Ibu Balita', *Link*, 18(1), pp. 37–42. doi: 10.31983/link.v18i1.8050.
- Kemendes RI (2017) 'Gizi, Investasi Masa Depan Bangsa', *Warta Kesmas*, pp. 6–9.
- Kemendes RI (2018) 'Buletin Stunting', *Kementerian Kesehatan RI*, 301(5), pp. 1163–1178.
- Purnomo D; Sampoerno; Hadiwijoyo AA; Utomo AW; Abraham RH; Yabuartha RA (2021) 'Pendampingan dan Penguatan Masyarakat dalam Pencegahan Stunting

Melalui Pembelajaran Lapangan Terpadu', *Magistrorum Et Scholarium*, 02(02), pp. 214-244. Available at: <https://ejournal.uksw.edu/jms/article/view/5812>.

Rahayu A ; Yulidasari F ; Putri AO; Anggraini L (2018) *Study Guide - Stunting dan Upaya Pencegahannya, Buku stunting dan upaya pencegahannya*. Yogyakarta: CV Mine.

Rokom (2023) 'Prevalensi Stunting di Indonesia', *Kemenkes*.

UNICEF, I. (2023) 'Gizi, Membatasi Beban Ganda Malnutrisi di Indonesia'.

Accepted author version posted online: 4/16/2024

Hendyadi (Reviewing editor)

#### **FUNDING**

Tidak ada informasi mengenai sumber pendanaan kegiatan ini

#### **COMPETING INTERESTS**

Tidak ada konflik kepentingan untuk diungkapkan.