

Original Research Paper

Sosialisasi Pencegahan Stunting Dan Gizi Buruk Pada Masyarakat Pesisir Desa Cendi Manik, Sekotong, Lombok Barat

Eni Suyantri¹, Baiq Sri Handayani¹, Tri Ayu Lestari¹, Heru Setiawan¹, Ramdani Kurniawan², X.Zardht Alex Hidayat², Sri Aprilia Nur Larasati², Safariyanti Manisa², Harsa Naunik Qudraty², Putu Linda Agustini², Lia Umami², Rena Purnamawati², Hasita Pebrianti², Dian Dwi Permatasari²

¹Program Studi Pendidikan Biologi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Mataram

²Mahasiswa Program Studi Pendidikan Biologi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Mataram

DOI: <https://doi.org/10.29303/jpmpi.v7i3.9152>

Sitasi: Suyantri, E., Handayani, B. S., Lestari, T. A., Setiawan, H., Kurniawan, R., Hidayat, X. Z. A., Larasati, S. A. N., Manisa, S., Qudraty, H. N., Agustini, P. L., Umami, L., Purnamawati, R., Pebrianti, H., & Permatasari, D. D. (2024). Sosialisasi Pencegahan Stunting Dan Gizi Buruk Pada Masyarakat Pesisir Desa Cendi Manik, Sekotong, Lombok Barat. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 7 (3)

Article history

Received: 7 July 2024

Revised: 28 August 2024

Accepted: 10 September 2024

*Corresponding Author:

Eni Suyantri, Program Studi Pendidikan Biologi FKIP Universitas Mataram, Mataram, Indonesia;

Email:

enisuyantri@unram.ac.id

Abstract: Stunting dan gizi buruk merupakan permasalahan yang masih harus diselesaikan di Pulau Lombok. Diperlukan sinergi antar lembaga dan instansi untuk mengatasi permasalahan stunting dan gizi buruk. Kalangan akademisi, dosen dan mahasiswa adalah salah satunya. Melalui kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat, Tim Studi Independent melaksanakan sosialisasi pencegahan stunting dan gizi buruk kepada masyarakat pesisir Desa Cendi Manik Sekotong Lombok Barat. Kegiatan sosialisasi bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada masyarakat Desa Cendi Manik akan pentingnya pemenuhan gizi seimbang dan kebersihan lingkungan dalam upaya pencegahan stunting dan gizi buruk. Sosialisasi diberikan kepada ibu-ibu wali murid PAUD Permata Hati Desa Cendi Manik yang disampaikan dengan metode ceramah dan diskusi. Materi sosialisasi yang disampaikan yaitu terkait Pola Asuh Anak Usia Dini, Pola Makan yang Baik melalui slogan Isi Piringku serta pentingnya Air, Sanitasi dan Kebersihan. Selain kegiatan sosialisasi tersebut, diselenggarakan juga Lomba Mewarnai yang diikuti oleh seluruh murid PAUD Permata Hati yang bertujuan untuk mengenalkan makanan sehat berupa sayuran dan buah-buahan. Baik wali murid maupun murid PAUD Permata Hati mengikuti kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dengan antusias.

Keywords: Stunting; Gizi Buruk; Masyarakat Pesisir.

Pendahuluan

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang terjadi akibat asupan gizi yang kurang selama periode waktu yang cukup lama, biasanya karena pola makan yang tidak memenuhi kebutuhan gizi. Hal ini mengakibatkan gangguan dalam perkembangan fisik dan kognitif anak di masa depan. Menurut UNICEF, stunting didefinisikan sebagai persentase anak-anak usia 0 hingga 59 bulan

yang memiliki tinggi badan di bawah standar minus dua (stunting sedang dan berat) dan minus tiga (stunting kronis), berdasarkan standar pertumbuhan anak yang dikeluarkan oleh WHO. Schmidt menyatakan bahwa stunting adalah masalah kekurangan gizi dalam jangka waktu panjang yang menyebabkan pertumbuhan tinggi badan anak lebih pendek dari standar usia mereka (Schmidt dan Charles, 2014).

Salah satu penyebab stunting adalah gizi buruk pada ibu dan anak. Kekurangan asupan gizi pada ibu, baik sebelum hamil, selama kehamilan, maupun selama 1.000 hari pertama kehidupan anak, dapat menghambat pertumbuhan mereka, yang berkontribusi pada tingginya angka stunting di Indonesia. Masalah ekonomi juga memiliki peran penting. Keluarga dengan pendapatan rendah memiliki akses terbatas terhadap makanan bergizi, sehingga anak-anak mereka tidak mendapatkan nutrisi yang memadai. Ketimpangan ekonomi memperburuk situasi ini karena hanya sedikit orang yang memiliki akses terhadap sumber daya dan peluang (Kemkes, 2022).

Menurut data dari Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS, 2018), angka kejadian stunting secara nasional rata-rata mencapai 30,8%, sementara di NTB sebesar 33,49%. Tingginya angka stunting dan gizi buruk ini menunjukkan kondisi kesehatan balita di NTB sangat memprihatinkan dan membutuhkan perhatian serius, karena akan berdampak pada kualitas generasi penerus dan kesehatan masyarakat secara keseluruhan. Dari data tersebut, dapat disimpulkan bahwa 1 dari 3 anak di NTB rentan mengalami stunting dan gizi buruk (Asmawati, et al, 2021).

Kondisi sanitasi dan lingkungan juga memiliki peran penting. Infeksi dan penyakit seperti diare dan penyakit parasit dapat mengganggu penyerapan nutrisi dan pertumbuhan anak. Sanitasi yang buruk serta akses terbatas terhadap air bersih dan fasilitas sanitasi yang memadai turut berkontribusi pada masalah stunting, terutama di daerah pedesaan (Lestari, 2023).

Akses terbatas terhadap pelayanan kesehatan menjadi masalah lainnya. Keterbatasan fasilitas kesehatan, terutama di daerah pedesaan, dapat menghambat identifikasi dan penanganan dini masalah gizi buruk pada anak. Kurangnya pengetahuan dan kesadaran tentang pentingnya pemeriksaan gizi rutin juga mempengaruhi upaya pencegahan dan penanganan gizi buruk (Lestari, 2023).

Untuk mengatasi masalah ini, diperlukan upaya dan program terintegrasi lintas sektor yang berkesinambungan, serta didukung dengan penganggaran dan kebijakan yang jelas dari para pemimpin daerah. Selain itu, keterlibatan perguruan tinggi dalam program pengabdian masyarakat oleh dosen dan mahasiswa juga penting. Salah satu kelompok masyarakat yang perlu mendapatkan

sosialisasi tentang pencegahan stunting dan gizi buruk adalah masyarakat pesisir. Masyarakat pesisir yang tinggal di daerah pantai, mayoritas sebagai nelayan, memiliki karakteristik yang berbeda dengan masyarakat lainnya. Perbedaan ini disebabkan oleh keterkaitan erat dengan kondisi ekonomi wilayah, latar belakang budaya, serta ketersediaan sarana dan prasarana penunjang (Eliska, et al, 2021).

Metode

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat sosialisasi pencegahan stunting dan gizi buruk pada anak balita dilaksanakan oleh Tim Studi Independent Program Studi Pendidikan Biologi FKIP Universitas Mataram di Kawasan Pesisir Dusun Madak Belek, Desa Cendi Manik, Kecamatan Sekotong, Kabupaten Lombok Barat yang bekerja sama dengan PAUD Permata Hati. Kegiatan dilaksanakan dengan memberikan sosialisasi pencegahan stunting dan gizi buruk kepada wali murid PAUD Permata Hati serta mengadakan lomba mewarnai sebagai bentuk pengenalan makanan bergizi kepada anak-anak PAUD.

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dilaksanakan pada Hari Kamis, 11 Mei 2023 WITA di PAUD Permata Hati dengan narasumber dari Tim Studi Independent Program Studi Pendidikan Biologi FKIP Universitas Mataram. Adapun tahapan yang dilakukan dalam pelaksanaan sosialisasi pencegahan stunting anak balita yaitu:

1. Tahap pertama yaitu tahap permohonan izin untuk melaksanakan kegiatan sosialisasi pencegahan stunting dan gizi buruk kepada Kepala Sekolah PAUD Permata Hati. Setelah mendapatkan izin dari Kepala Sekolah, Tim Studi Independen kemudian membuat surat undangan yang ditujukan kepada wali murid PAUD Permata Hati untuk dapat mengikuti sosialisasi Pencegahan Stunting dan Gizi Buruk.
2. Tahap kedua, yaitu persiapan sosialisasi seperti menyiapkan tempat untuk acara serta mempersiapkan alat dan bahan yang digunakan seperti pemasangan spanduk, snack, kursi, LCD, sound system dan alat penunjang lainnya.
3. Tahap ketiga, pelaksanaan sosialisasi pencegahan stunting dan gizi buruk pada anak balita serta lomba mewarnai oleh Tim Studi Independent

Hasil dan Pembahasan

Stunting adalah masalah gizi kronis pada balita yang ditandai dengan tinggi badan anak yang lebih pendek dari anak dengan usia yang sama (Yadika, et al., 2019). Menurut World Health Organization (WHO) stunting adalah kondisi dimana nilai Z-score tinggi badan menurut umur TB/U berdasarkan standar pertumbuhan mencapai kurang dari -2 standar deviasi (SD). Untuk mencegah hal itu terjadi Tim Studi Independent melakukan kegiatan sosialisasi guna memberikan edukasi kepada masyarakat pesisir Dusun Madaq Belek Desa Cendi Manik Sekotong Lombok Barat. Kegiatan sosialisasi diawali dengan pembukaan yang disampaikan oleh Ketua Tim Studi Independent. Ketua Tim menyampaikan ucapan terima kasih kepada PAUD Permata Hati atas diperkenalkannya Tim Studi Independent melaksanakan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat di PAUD Permata Hati.



Gambar 1. Pembukaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat oleh Ketua Tim Studi Independent

Sosialisasi pencegahan stunting dan gizi buruk disampaikan oleh Tim Studi Independent. Tujuan dari sosialisasi ini diharapkan berguna dalam memberikan edukasi dan pemahaman kepada masyarakat pesisir tentang pentingnya pencegahan stunting dan gizi buruk sejak dini.

1) Pola Asuh Anak Usia Dini

Pola asuh anak merupakan suatu proses yang bertujuan untuk memajukan dan mendukung perkembangan holistik anak, mencakup aspek fisik, emosional, sosial, keuangan, dan intelektualnya dari masa bayi hingga dewasa.

Para ibu penting memahami pola asuh anak yang baik, seperti kebutuhan gizi yang baik saat hamil, memeriksakan kandungan empat kali dalam masa kehamilan, memberikan ASI eksklusif selama 6

bulan dan memberikan MPASI sampai usia 2 tahun. Tanda-tanda anak sehat ditunjukkan dengan:

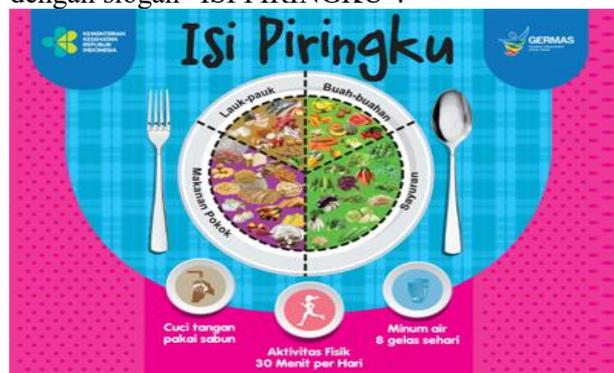
- Berat badan naik sesuai garis pertumbuhan, mengikuti pita hijau KMS atau naik ke pita warna di atasnya.
- Anak bertambah tinggi
- Kemampuan bertambah sesuai umur.
- Jarang sakit.

Menurut Kemenkes (2018) Pola asuh anak yang baik dapat dilakukan dengan beberapa hal berikut:

- Lakukan pola asuh sesuai dengan kondisi anak dengan penuh kasih sayang
- Berikan contoh yang baik dan terapkan nilai agama dalam kehidupan sehari-hari
- Ajarkan perbedaan baik dan buruk, perilaku sopan santun, saling menghargai dan menyayangi.
- Luangkan waktu bersama anak, misal: bermain, bercerita dan lain-lain.
- Perhatikan dan dengarkan pendapat anak dan bantu anak mengatasi masalah.
- Melatih dan mengenal kelebihan dan kekurangan anak dan tidak membandingkan dengan yang lain.
- Ajarkan anak disiplin, mandiri dan percaya diri sesuai kemampuan anak.
- Berikan pujian atau penghargaan jika berhasil melakukan yang hal baik.
- Menerapkan pola hidup bersih dan sehat.
- Lindungi anak dari pengaruh negatif media.

2) Pola Makan yang Baik

Beberapa tahun lalu, slogan empat Sehat Lima Sempurna yang dicanangkan oleh Kemenkes merupakan salah satu upaya pencegahan stunting dan gizi buruk. Terbaru, slogan tersebut digantikan dengan slogan "ISI PIRINGKU".



Gambar 2. Leaflet Isi Piringku

Isi Piringku merupakan pedoman yang disusun oleh Kementerian Kesehatan mengampanyekan konsumsi makanan yang sesuai dengan pedoman gizi seimbang. Dalam satu piring setiap kali makan, setengah piring diisi dengan sayur dan buah, sedangkan setengah lainnya diisi dengan makanan pokok dan lauk pauk. Selain itu, Isi Piringku juga memuat ajakan untuk mengkonsumsi 8 gelas air setiap hari, melakukan aktivitas fisik 30 menit setiap hari, dan mencuci tangan dengan air dan sabun sebelum dan setelah makan (Kemenkes, 2022).

Bersama dengan kampanye #KerenDimakan, Kementerian Kesehatan ingin mengajak masyarakat meningkatkan konsumsi sayur dan buah. Sayur dan buah memiliki banyak manfaat yang penting bagi kesehatan kita, namun berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (2018), hanya sekitar 4,5% penduduk Indonesia yang mengonsumsi sayur dan buah sesuai dengan rekomendasi Kementerian Kesehatan dan Organisasi Kesehatan Dunia, yaitu 5 porsi sayur dan buah setiap harinya (Kemenkes, 2022).

3) Air, Sanitasi dan Kebersihan

Air bersih merupakan kebutuhan dasar bagi manusia sehingga ketersediaannya amatlah penting. Tangan melakukan banyak hal seperti memegang hewan peliharaan, membersihkan kotoran, menyiapkan makanan, memberi makan anak, menyusui bayi dan lain-lain, jika tidak dicuci maka dapat memindahkan kuman penyakit. Kulit tangan kita selalu lembab karena secara alami mengandung lemak. Oleh karena itu kuman/kotoran mudah menempel di tangan kita dan akan berpindah ke benda/makanan yang kita pegang. Kuman-kuman penyakit senang berada di tempat yang kotor.

Cuci tangan harus pakai sabun dengan air mengalir, karena dengan memakai sabun dapat membersihkan tangan dari kotoran yang mengandung kuman penyakit. Cuci tangan pakai sabun dengan air mengalir dapat mencegah Penyakit diare, infeksi saluran pernafasan atas hingga lebih dari 50%, menurunkan 50% insiden avian influenza, hepatitis A, kecacingan, penyakit kulit dan mata. Terdapat 5 waktu penting Cuci Tangan Pakai Sabun:

- a. Sebelum makan
- b. Setelah BAB
- c. Sebelum menjamah makanan
- d. Sebelum menyusui
- e. Setelah beraktifitas

Berikut adalah 6 langkah cuci tangan yang benar yaitu:

- a. Basahi tangan, gosok sabun pada telapak tangan kemudian usap dan gosok kedua telapak tangan secara lembut dengan arah memutar
- b. Usap dan gosok juga kedua punggung tangan secara bergantian
- c. Gosok sela-sela jari tangan hingga bersih
- d. Bersihkan ujung jari secara bergantian dengan posisi saling mengunci



Gambar 3. Leaflet Sumber Makanan Sehat Isi Piringku

- e. Gosok dan putar kedua ibu jari secara bergantian
- f. Letakkan ujung jari ke telapak tangan kemudian gosok perlahan. Bilas dengan air bersih dan keringkan



Gambar 4. Leaflet Mencuci Tangan

Buang air besar sembarangan bukan hanya merendahkan martabat manusia, tetapi juga berisiko besar terhadap kesehatan anak dan masyarakat. Buang air besar sembarangan dan air limbah yang tidak diolah dapat mencemari pasokan air dan mendukung penyebaran penyakit diare seperti kolera. Seperempat dari semua anak di bawah usia 5 tahun di Indonesia menderita diare, yang merupakan penyebab utama kematian anak di negara ini (UNICEF).

Sanitasi yang dikelola dengan aman diakui sebagai prioritas utama dalam meningkatkan kesehatan, gizi, dan produktivitas masyarakat, dan merupakan target eksplisit Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDG) keenam. Oleh karena itu, mencapai SDG 6 memerlukan strategi yang lebih dekat untuk menjangkau anak-anak dan keluarga Indonesia yang paling miskin dengan menyediakan akses yang lebih mudah untuk memperoleh pasokan air, sanitasi dan kebersihan (WASH) yang dikelola dengan aman (UNICEF).

Wali murid sangat antusias mengikuti sosialisasi Pencegahan Stunting dan Gizi Buruk. Beberapa wali murid bertanya terkait pencegahan stunting sehingga diskusi berjalan sangat lancar.



Gambar 5. Penyuluhan materi oleh Tim Studi Independent

Setelah melaksanakan sosialisasi pencegahan stunting dan gizi buruk yang begitu intens dan interaktif bersama para orang tua murid kegiatan selanjutnya adalah lomba mewarnai. Lomba mewarnai yang diikuti seluruh siswa PAUD Permata Hati merupakan bentuk pengenalan makanan bergizi kepada anak-anak. Kegiatan ini berupaya untuk mengenalkan kepada anak-anak pentingnya mengkonsumsi makanan yang sehat seperti sayur, buah-buahan dan lain-lain.



Gambar 6. Lomba mewarnai yang diikuti oleh siswa PAUD Permata Hati.

Lomba mewarnai sangat menarik antusias anak-anak PAUD Permata Hati. Antusiasme ditunjukkan dengan respon anak-anak yang menyelesaikan lomba mewarnai dengan baik. Hasil lomba mewarnai ini diharapkan anak-anak lebih suka mengkonsumsi makanan bergizi berupa sayuran dan buah-buahan. Terdapat 3 pemenang dalam lomba ini yaitu 2 siswa perempuan dan 1 siswa laki-laki. Setelah itu dilanjutkan dengan kegiatan pemberian hadiah kepada para pemenang.



Gambar 7. Pembagian juara lomba mewarnai kepada siswa PAUD Permata Hati.

Selain lomba mewarnai, tim Studi Independent juga membagikan makanan bergizi. Makanan bergizi tersebut ialah biskuit dan bubur kacang hijau.



Gambar 8. Foto bersama dengan guru dan siswa PAUD Permata Hati.

Kesimpulan

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dalam Sosialisasi Pencegahan Stunting dan gizi buruk yang dilaksanakan oleh Tim Studi Independent diharapkan dapat memberikan edukasi terhadap masyarakat sehingga apa yang menjadi tujuan pencapaian untuk mencegah terjadinya stunting khususnya di Dusun Madak Belek, Desa Cendi Manik dapat terealisasi dengan baik. Upaya pencegahan harus dilakukan secara optimal dan perlu didukung oleh semua kalangan baik kalangan masyarakat, pemerintah dan keluarga.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada PAUD Permata Hati yang telah berkenan memfasilitasi Kegiatan Pengabdian Tim Studi Independent. Penulis juga berterima kasih kepada wali murid PAUD Permata Hati yang telah berkenan turut hadir dalam kegiatan sosialisasi. Tak lupa ucapkan terima kasih juga penulis sampaikan kepada Dosen Pembimbing Lapangan Studi Independent.

Daftar Pustaka

- Asmawati, Ambar Sari, D., Ihromi, S., Nurhayati, Pacitra, S., Danela Luthfiah, T., & Rizal, H. (2021). Cegah Stunting Dan Gizi Buruk Pada Balita Dengan Edukasi Gizi Bagi Tumbuh Kembang Anak Di Desa Banyumulek Kabupaten Lombok Barat. *Jurnal Agro Dedikasi Masyarakat (JADM)*, 2(2), 7–12. <http://journal.ummat.ac.id/index.php/jadm>
- Eliska, Harahap, R. A., Agustina, D. 2021. Gizi Masyarakat Pesisir. Medan. Merdeka Kreasi.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. Pola Asuh Anak Usia 29 hari – 6 Tahun. Diakses melalui <https://ayosehat.kemkes.go.id/flyer-2016--anak-usia-29-6tahun15x21cm>. Diakses pada tanggal 20 Mei 2024.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS). Diakses melalui <https://dinkesjatengprov.go.id/v2018/storag/e/2019/09/Hasil-Riskesdas-2018-1.pdf>. Diakses pada tanggal 20 Mei 2024.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2022. Isi Piringku: Pedoman Makan Kekinian Orang Indonesia. Diakses melalui <https://ayosehat.kemkes.go.id/isi-piringku-pedoman-makan-kekinian-orang-indonesia>. Diakses pada tanggal 20 Mei 2024.
- Lestari, T. R. P., 2023. *Stunting di Indonesia: Akar Masalah dan Solusinya. Bidang Kajian Kesejahteraan Rakyat*. Pusat Analisis Kepalembaan Badan Keahlian DPR RI. Vol. XV, No. 14/II/Pusaka/Juli/2023.
- Schmidt dan Charles, W. 2014. Beyond Malnutrition: The Role Of Sanitation In

- Stunted Growth. *Environmental Health Perspectives*. 122 (11): A298.
- UNICEF., WHO., dan World Bank Group. (2017). Levels and Trends In Child Malnutrition. Diakses melalui <https://data.unicef.org/wpcontent/uploads/2017/05/JME-2017-brochure-1.pdf>. Diakses pada tanggal 20 Mei 2024.
- UNICEF. Tanpa tahun Air, Sanitasi dan Kebersihan (WASH). Diakses melalui <https://www.unicef.org/indonesia/id/air-sanitasi-dan-kebersihan-wash>. Diakses pada tanggal 20 Mei 2024.
- WHO. 2012. Resolution WHA65.6. Maternal, infant and young child nutrition. In: Sixty-fifth World Health Assembly, Geneva, 21–26 May. Resolutions and decisions, annexes. World Health Organization: Geneva.
- Yadika, A. D. N., Berawi, K. N., & Nasution, S. H. 2019. Pengaruh stunting terhadap perkembangan kognitif dan prestasi belajar. *Jurnal Majority*, 8(2), 273-282.