

**PENYULUHAN PENCEGAHAN STUNTING  
DI PEKON MARGOYOSO KECAMATAN SUMBEREJO KABUPATEN TANGGAMUS**

**Putri Amalia<sup>1\*</sup>, Gusti Ayu Rai Saputri<sup>1</sup>, Dwi Susanti<sup>1</sup>, Annisa Primadiamandi<sup>1</sup>,  
Fadhila Noviyanti<sup>2</sup>, dan Fadhilah Aini<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi Farmasi Universitas Malahayati, Bandar Lampung

<sup>2</sup>Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Malahayati, Bandar Lampung

\*)Email Korespondensi: [putriamalia@malahayati.ac.id](mailto:putriamalia@malahayati.ac.id)

**ABSTRACT**

*Stunting is still a major problem in the public health sector in Indonesia. Stunting is a chronic nutritional problem caused by inadequate nutritional intake over a long period of time which does not meet the needs of a child's growth. Stunting occurs between the first 1,000 days of life (HPK) of the fetus and two years after birth. Stunting inhibits physical growth, mental development and children's health. In addition, it makes children more susceptible to diseases, both communicable and non-communicable. Mothers have an important role in the growth and development of children from before pregnancy to after birth. Community service activities in Pekon Margoyoso, Sumberejo District, Tanggamus Regency are carried out through outreach which aims to increase mothers' understanding and knowledge regarding stunting prevention. The method of delivering material for community service activities is in the form of lectures, discussions and questions and answers regarding the causes, impacts and ways to prevent stunting. The results of this activity show that the delivery of material is effective in increasing the understanding and knowledge of mothers in Pekon Margoyoso, Sumberejo District, Tanggamus Regency regarding stunting prevention.*

**Keywords:** Nutritional intake, Nutritious food, Stunting

**ABSTRAK**

*Stunting* masih menjadi masalah utama dalam bidang kesehatan masyarakat di Indonesia. *Stunting* merupakan masalah gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang tidak cukup dalam jangka waktu cukup lama yang tidak memenuhi kebutuhan pertumbuhan anak. *Stunting* terjadi antara 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) awal janin dan dua tahun setelah melahirkan. *Stunting* menghambat pertumbuhan fisik, perkembangan mental, dan kesehatan anak. Selain itu, menyebabkan anak lebih rentan terhadap penyakit baik menular ataupun tidak menular. Ibu mempunyai peranan penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak mulai dari sebelum kehamilan hingga setelah melahirkan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Pekon Margoyoso Kecamatan Sumberejo Kabupaten Tanggamus dilakukan melalui penyuluhan yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan pengetahuan ibu-ibu terkait pencegahan *stunting*. Metode penyampaian materi pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk ceramah, diskusi, dan tanya jawab seputar faktor penyebab, dampak, dan cara pencegahan *stunting*. Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa penyampaian materi efektif dalam peningkatan pemahaman dan pengetahuan ibu-ibu di Pekon Margoyoso Kecamatan Sumberejo Kabupaten Tanggamus terkait pencegahan *stunting*.

**Kata kunci:** Asupan gizi, Makanan bergizi, *Stunting*

**1. PENDAHULUAN**

Kehidupan manusia dimulai saat sel sperma (ayah) dan sel telur (ibu) bertemu. Ini dikenal sebagai masa konsepsi. Interaksi antara kemampuan dasar atau pembawaan seseorang dengan lingkungannya terjadi selama perkembangan atau pertumbuhan mereka. Proses pertumbuhan dan perkembangan akan dilewati setiap manusia selama daur kehidupannya. Pertumbuhan adalah perubahan yang bersifat kuantitatif seperti peningkatan bentuk, jumlah sel, dan jaringan intraseluler bersama dengan peningkatan

ukuran dan bentuk fisik sehingga dapat diukur dengan mudah. Pengukuran standar internasional untuk mengamati pertumbuhan anak seperti tinggi, lingkaran kepala, dan berat badan (Wahyuni, 2019). Perkembangan adalah peningkatan kemampuan tubuh untuk melakukan berbagai fungsi dan struktur yang lebih kompleks yang diiringi dengan peningkatan sel, jaringan, dan organ tubuh. Perkembangan anak dapat dilihat dari apakah anak sudah bisa berjalan, bagaimana cara bermain, berbicara, dan bersikap (Kamaruddin, 2022).

Setiap orang tua dan calon orang tua pasti ingin memiliki anak yang tumbuh sehat dan berkembang dengan baik, maka para orang tua harus memperhatikan pertumbuhan dan perkembangan anak sejak dalam kandungan hingga dewasa. Pada saat inilah merupakan fase yang sangat penting yang disebut dengan fase emas atau golden age. Fase emas adalah fase saat otak anak mengalami perkembangan yang paling cepat dan pesat dalam pertumbuhannya, kurang lebih 80% otak anak mengalami perkembangan pada usia 0-6 tahun yang akan mempengaruhi kesehatan di masa yang akan datang sehingga para orang tua harus memperhatikan kecukupan asupan gizi anak untuk tumbuh kembang (Azijah dan Asyifa, 2020). Asupan gizi yang tidak tercukupi dari 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) awal dikandung hingga 2 tahun setelah dilahirkan menyebabkan gangguan kesehatan salah satunya yaitu *stunting*. Kekurangan asupan gizi, seperti karbohidrat, protein, vitamin, dan mineral menyebabkan gangguan pada pertumbuhan dan perkembangan anak bahkan dapat menyebabkan kematian (Gerakan 1.000 HPK, 2013; Sudarto, dkk., 2018).

*Stunting* adalah salah satu gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak yang ditandai dengan panjang atau tinggi badan anak yang kurang dari standar. Ini juga dapat digunakan sebagai indikator malnutrisi kronis, yang menunjukkan bahwa balita telah kekurangan gizi selama bertahun-tahun (Rahayu, dkk., 2018). Menurut Kemenkes, RI, (2018) *stunting* disebabkan oleh banyak faktor seperti kondisi sosial ekonomi (kemiskinan), pola makan yang tidak baik, kesehatan, kebersihan, dan lingkungan. Jika kekurangan asupan gizi terjadi sejak bayi dalam kandungan, maka *stunting* pada masa awal setelah bayi lahir tidak terlihat dan keadaan *stunting* akan terlihat setelah bayi berusia 2 tahun.

Anak *stunting* akan menunjukkan tanda-tanda tumbuh kembang yang berbeda, seperti lebih rentan terhadap infeksi penyakit, mengalami gangguan berbicara, mengalami penurunan kecerdasan atau tidak maksimal (Rahayu, dkk., 2018), dan kesulitan dalam belajar, yang mengakibatkan penurunan kemampuan kognitif dan motorik. Hal ini menyebabkan lebih sedikit kesempatan untuk melanjutkan pendidikan tinggi, yang dapat mengakibatkan penurunan produktivitas dan pendapatan di masa depan. Selain itu, *stunting* dapat meningkatkan kemungkinan terkena sindrom metabolik atau penyakit tidak menular seperti diabetes, obesitas, stroke, penyakit jantung dan lain sebagainya (Siswati, 2018).

Kekurangan asupan gizi dapat diatasi dengan mengonsumsi makanan yang mengandung karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral atau obat-obatan yang mengandung asupan gizi seperti vitamin dan mineral. Vitamin adalah bahan organik tertentu yang sangat dibutuhkan dalam jumlah kecil dan tidak dapat dibuat oleh tubuh sehingga harus diperoleh dari makanan. Vitamin berperan penting untuk metabolisme sel, pertumbuhan normal, dan memelihara kesehatan. Mineral adalah senyawa non-organik atau unsur-unsur sederhana seperti natrium, kalsium, besi, magnesium, dan lainnya yang diperlukan tubuh untuk melakukan metabolisme (Poedjiadi, A., 2006). Sumber vitamin dan mineral dapat diperoleh dengan mengonsumsi berbagai makanan seperti buah-buahan, sayur-sayuran, kacang-kacangan, biji-bijian, daging, telur, ikan, hati, keju, susu, dan lainnya. Selain itu, dapat dipenuhi dengan mengonsumsi suplemen multi vitamin atau suplemen kesehatan. Hal tersebut sesuai dengan upaya Kementerian Kesehatan dalam menanggulangi masalah gizi antara lain yaitu pemberian tablet tambah darah untuk remaja putri, calon pengantin, ibu hamil, promosi asi eksklusif, promosi makanan pendamping-asi, promosi makanan berfortifikasi termasuk garam beryodium, promosi dan kampanye tablet tambah darah, suplemen gizi mikro (taburia), suplemen gizi makro (pmt), kelas ibu hamil, promosi dan kampanye gizi seimbang dan perubahan perilaku,

pemberian obat cacing, tata laksana gizi kurang/buruk, suplementasi vitamin A dan jaminan kesehatan nasional.

Selain itu, kementerian kesehatan juga mencanangkan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) yang terfokus pada tiga kegiatan yaitu : (1) meningkatkan aktifitas fisik, (2) konsumsi sayur dan buah, dan (3) deteksi dini penyakit sehingga terbentuklah generasi yang sehat, cerdas, dan tangguh (Kemenkes, RI, 2018).

Tujuan dari penyuluhan ini untuk memberikan pengetahuan tentang pencegahan *stunting* kepada orang tua yang memiliki bayi dan balita, calon pengantin, ibu hamil, dan lainnya agar dapat menciptakan generasi yang sehat dan produktif sesuai dengan program pemerintah/kementerian Kesehatan RI.

Berdasarkan observasi dan wawancara dengan perangkat pekon Margoyoso dan masyarakat desa, ditemukan beberapa permasalahan di wilayah pekon Margoyoso. Permasalahan tersebut diantaranya sebagai berikut yaitu kurangnya pengetahuan masyarakat akan pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat, mulai dari penggunaan jamban sehat serta kurangnya pengetahuan masyarakat akan pentingnya pencegahan *stunting* guna penurunan angka kejadian *stunting* yang ada di pekon tersebut.

Luas dan Batas wilayah Desa Margoyoso serta peta lokasi wilayah penyuluhan sebagai berikut :

Batas Desa

- Sebelah Utara : Berbatasan dengan Desa Margodadi dan Argopeni
- Sebelah Selatan : Berbatasan dengan Desa Persiapan Tanjung Sari
- Sebelah Timur : Berbatasan dengan Desa Dadapan
- Sebelah Barat : Berbatasan dengan Desa Talang Beringin dan Gunung Megang



**Gambar 1. Peta Lokasi Wilayah Penyuluhan**

## 2. METODE PELAKSANAAN

Obsevasi dilakukan untuk meninjau kondisi lingkungan yang ada di Pekon Margoyoso Kecamatan Sumberejo Kabupaten Tanggamus. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan, maka pelaksanaan penyuluhan dilaksanakan dengan metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab. Penyuluhan kepada orang tua yang memiliki bayi dan balita, calon pengantin, ibu hamil, dan lainnya di Pekon Margoyoso Kecamatan Sumberejo Kabupaten Tanggamus dilaksanakan pada tanggal 04 Agustus 2023 pukul 09:00 - 11:00 WIB.

Pemberian penjelasan terkait penyuluhan pencegahan *stunting* disampaikan dengan bahasa yang mudah dipahami oleh masyarakat dan dilakukan diskus bersama dengan orang tua yang memiliki bayi dan balita, calon pengantin, ibu hamil, dan lainnya. Untuk mengetahui tingkan pengetahuan terkait materi yang telah disampaikan, maka dilakukan sesi tanya jawab.

### 3. HASIL & PEMBAHASAN

Penyuluhan pencegahan *stunting* di Pekon Margoyoso Kecamatan Sumberejo Kabupaten Tanggamus berjalan dengan lancar. Peserta yang hadir sekitar 34 orang ibu-ibu. Berikut gambar pelaksanaan penyuluhan :



**Gambar 2. Penyuluhan Pencegahan *Stunting* di Pekon Margoyoso Kecamatan Sumberejo Kabupaten Tanggamus**

Sasaran penyuluhan ini adalah orang tua yang memiliki bayi dan balita, calon pengantin, ibu hamil, dan lainnya dengan tujuan meningkatkan pemahaman ibu-ibu terkait pencegahan *stunting* . Tujuan khusus penyuluhan ini agar masyarakat terutama ibu-ibu memahami terkait penyebab *stunting* sehingga dapat dilakukan pencegahan *stunting* sejak dini dengan mencukupi asupan gizi yang dapat diperoleh dengan mudah dan ada disekitar lingkungan tempat tinggal masyarakat maupun dengan konsumsi suplemen gizi (makro dan mikro), multi-vitamin dan lainnya.

Penyuluhan ini berlangsung dengan baik yang dilakukan dengan metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab. Untuk mempermudah pemahaman masyarakat terutama ibu-ibu, maka digunakan kalimat yang mudah dipahami dan dimengerti, serta dilaksanakan dengan candaan dan gurauan sehingga suasana yang terbentuk tidak membosankan. Hal tersebut mendorong ibu-ibu lebih aktif dan antusias terhadap materi yang disampaikan. Untuk mengetahui tingkan pemahaman ibu-ibu terhadap pengetahuan terkait materi yang telah disampaikan dan perkiraan keberhasilan dari program penyuluhan ini, maka dilakukan sesi tanya jawab. Untuk meningkatkan antusias ibu-ibu dalam menjawab pertanyaan, maka dilakukan pemberian bingkisan. Hal tersebut dijadikan indikator peningkatan pemahaman dan pengetahuan ibu-ibu yang awalnya tidak mengetahui terkait pencegahan *stunting*. Dengan demikian, pemahaman dan pengetahuan tentang materi penyuluhan pencegahan *stunting* meningkat, yang dianggap cukup baik.

### 4. KESIMPULAN

Dari seluruh rangkaian aktivitas pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat terkait penyuluhan pencegahan *stunting* di Pekon Margoyoso Kecamatan Sumberejo Kabupaten Tanggamus, dapat disimpulkan bahwa kegiatan pelaksanaan acara berlangsung dengan baik yang didukung dengan antusias ibu-ibu dalam sesi tanya jawab yang secara tidak langsung maupun langsung menunjukkan adanya peningkatan pemahaman dan pengetahuan ibu-ibu terkait materi yang telah disampaikan.

## 5. DAFTAR PUSTAKA

- Azijah, I. dan Asyifa R. A. 2020. *Pertumbuhan dan Perkembangan Anak : Bayi, Balita, dan Usia Prasekolah*. Bogor: Lindan Bestari.
- Kamaruddin, I., Iseu S.A., Prasanti A., Elita E.M., M. Nur D.K., Fitri W., Dea A.C., Agus P.M., St. Masithah, Anis L.M., Diaz C.R.K., Mardiana. 2022. *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Tasikmalaya: Get Press.
- Kementerian Kesehatan. 2018. *Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan.
- Kementrian Kesehatan RI. 2018. *Warta KESMAS : Cegah Stunting Itu Penting*. Edisi 02. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.  
[https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir\\_519d41d8cd98f00/files/Warta-Kesmas-Edisi-02-2018\\_1136.pdf](https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Warta-Kesmas-Edisi-02-2018_1136.pdf).
- Menteri Koordinasi Bidang Kesejahteraan Rakyat. 2013. *Pedoman Perencanaan Program Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi Dalam Rangka Seribu Hari Pertama Kehidupan (Gerakan 1.000 HPK)*. Jakarta: Kementerian Koordinasi Bidang Kesejahteraan Rakyat.
- Poedjiadi, A. 2006. *Dasar-Dasar Biokimia*. Jakarta: UI Press.
- Rahayu, A., Fahrini Y., Andini O.P., dan Lia A. 2018. *Buku Referensi Study Guide-Stunting dan Upaya Pencegahannya Bagi Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*. Yogyakarta: CV. Mine.
- Siswati, T. 2018. *Stunting*. Yogyakarta: Husada Mandiri.
- Sudargo, T., Harry F., Nur A.K., dan Felicia R. 2018. *Pola Makan dan Obesitas*. Yogyakarta: UGM Press.
- Sudargo, T., Tira A., dan Aulia A. 2018. *1.000 Hari Pertama Kehidupan*. Yogyakarta: UGM Press.
- Wahyuni, S. S. 2019. *Pertumbuhan dan Perkembangan anak Kontemporer*. *Journal Of Education*.  
[https://www.academia.edu/40526810/Pertumbuhan\\_dan\\_Perkembangan\\_anak\\_Kontemporer](https://www.academia.edu/40526810/Pertumbuhan_dan_Perkembangan_anak_Kontemporer).