

**PENCEGAHAN STUNTING MELALUI PENDEKATAN KELUARGA DI DESA LENTANG  
DUSUN WATU WERI**

**Eufrasia Prinata Padeng<sup>1\*</sup>, Natalia Damaiyanti Putri Raden<sup>2</sup>, Dionesia  
Octaviani Laput<sup>3</sup>, Putriatri Krimasusini Senudin<sup>4</sup>, Fransiska Nova Nanur<sup>5</sup>  
Maria Conchita Leyla Centis<sup>6</sup>, Maria Fridolin Kawu<sup>7</sup>**

<sup>1-7</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Katolik Indonesia Santu Paulus Ruteng

Email Korespondensi: rinny.padeng90@gmail.com

Disubmit: 01 Agustus 2023    Diterima: 29 Agustus 2023    Diterbitkan: 01 Oktober 2023  
Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i10.11296>

**ABSTRAK**

Stunting merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang serius di banyak negara, termasuk Indonesia. Desa Lentang adalah contoh dari desa yang menghadapi tantangan signifikan terkait stunting, terutama karena akses terbatas terhadap sumber daya kesehatan dan gizi yang memadai. Artikel ini menyoroti pentingnya pendekatan keluarga dalam mengatasi stunting, dengan memperhatikan peran orang tua dan anggota keluarga lainnya dalam memberikan dukungan serta pemahaman tentang nutrisi yang tepat bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Dalam artikel ini, akan diulas berbagai strategi dan pendekatan yang dapat dilakukan oleh keluarga di Desa Lentang untuk mencegah stunting. Edukasi tentang gizi yang seimbang, praktik pemberian makan yang tepat, dan perawatan kesehatan anak secara menyeluruh merupakan beberapa aspek yang akan ditinjau. Selain itu, pentingnya kolaborasi antara pemerintah, masyarakat, dan sektor kesehatan lokal juga akan ditekankan agar upaya pencegahan stunting dapat berjalan efektif. Tujuannya adalah untuk memberikan pemahaman terkait pemberian nutrisi pada anak melalui pendidikan kesehatan. Metode yang digunakan adalah edukasi dan pelatihan bagi orang tua tentang praktik pemberian makan yang benar dan cara merawat anak secara optimal. Hasil dari kegiatan tersebut adalah dapat menurunkan angka stunting.

**Kata Kunci:** Edukasi, Stunting, Pemberian Makanan.

**ABSTRACT**

*Stunting is a serious public health problem in many countries, including Indonesia. Lentang Village is an example of a village that faces significant challenges related to stunting, mainly due to limited access to adequate health and nutrition resources. This article highlights the importance of a family approach in overcoming stunting, taking into account the role of parents and other family members in providing support and understanding of proper nutrition for children's growth and development. In this article, we will review various strategies and approaches that families in Lentang Village can take to prevent stunting. Education about balanced nutrition, proper feeding practices, and comprehensive child health care are some of the aspects that will be reviewed. In addition, the importance of collaboration between the government, the community and the local health sector will also be emphasized*

*so that stunting prevention efforts can run effectively. The aim is to provide an understanding regarding providing nutrition to children through health education. The method used is education and tLentangning for parents about proper feeding practices and how to care for their children optimally. The result of these activities is to reduce stunting rates.*

**Keywords:** Education, Stunting, Feeding.

## 1. PENDAHULUAN

Stunting adalah masalah kesehatan masyarakat yang mendapat perhatian serius di tingkat global. Stunting terjadi ketika pertumbuhan fisik anak terhambat, menyebabkan tinggi badan anak lebih pendek dari standar pertumbuhan normal untuk usia mereka (Rahmaditha K, 2020). Kondisi ini disebabkan oleh kombinasi faktor gizi yang buruk, infeksi berulang, sanitasi yang tidak memadai, dan lingkungan yang kurang sehat. Stunting pada anak-anak memiliki dampak jangka panjang pada kesehatan dan perkembangan mereka, termasuk gangguan pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif. Masalah ini umumnya dipengaruhi oleh kekurangan gizi, infeksi berulang, sanitasi yang buruk, dan faktor-faktor lingkungan lainnya. Stunting berdampak serius pada perkembangan fisik dan kognitif anak, menghambat potensi mereka untuk mencapai prestasi optimal di masa depan. Oleh karena itu, pencegahan dan penanganan stunting sangat penting dalam meningkatkan kualitas hidup dan masa depan generasi mendatang.

Indonesia, sebagai negara berkembang dengan populasi yang besar, juga menghadapi masalah stunting yang signifikan. Salah satu provinsi yang memiliki tingkat stunting yang tinggi adalah Nusa Tenggara Timur (NTT). NTT adalah provinsi di Indonesia yang terletak di bagian timur Nusa Tenggara, dan merupakan salah satu provinsi dengan angka kemiskinan dan akses terhadap sumber daya kesehatan yang terbatas. Desa Lentang merupakan saah satu desa yang terdapat di Propinsi Nusa Tenggara Timur.

Menurut Survei Kesehatan Nasional (SKRT) tahun 2018, angka kejadian stunting di Indonesia adalah sekitar 27,7% pada anak di bawah usia lima tahun. Angka ini menunjukkan bahwa hampir satu dari tiga anak di Indonesia mengalami stunting, yang berarti sekitar 9,8 juta anak menghadapi masalah pertumbuhan ini. Nusa Tenggara Timur (NTT) merupakan salah satu provinsi dengan angka stunting tertinggi di Indonesia. Menurut data dari Riskesdas tahun 2018, angka kejadian stunting di NTT mencapai 42,9% pada anak di bawah usia lima tahun (Riskesdas, 2018) Angka ini menunjukkan bahwa lebih dari dua dari lima anak di provinsi NTT mengalami stunting, yang mencerminkan masalah serius dalam kesehatan dan gizi anak-anak di wilayah tersebut. Melihat fenomena ini kami dari Unika Santu Paulus Ruteng memberikan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi .

Edukasi terkait stunting di desa dengan kasus stunting tertinggi sangat penting karena memiliki berbagai manfaat signifikan dalam upaya mencegah dan mengatasi masalah ini. Berikut adalah beberapa alasan mengapa perlu dilakukan edukasi terkait stunting pada desa dengan angka stunting tertinggi: Peningkatan Kesadaran dan Pengetahuan, Pemahaman Tentang Faktor Penyebab, Peningkatan Praktik Pemberian Makan, Peran Keluarga dalam Pemantauan Pertumbuhan Anak, Pengenalan Program Pemerintah dan Layanan Kesehatan, Perubahan Perilaku Masyarakat, Pendorong Partisipasi Masyarakat. Melalui edukasi yang terarah dan berkelanjutan, diharapkan

dapat tercipta lingkungan yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal anak-anak di desa tersebut. Pendekatan ini dapat berkontribusi pada mengurangi prevalensi stunting, meningkatkan kualitas hidup anak-anak, dan membantu menciptakan masa depan yang lebih baik bagi generasi mendatang.

## 2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

### a. Masalah

Berdasarkan data yang didapatkan di desa Lentang ditemukan beberapa permasalahan yang terjadi diantaranya adalah :

- a) Kurangnya Pengetahuan Tentang Gizi dan Pola Makan: ada orang tua dan anggota keluarga yang kurang memiliki pengetahuan tentang gizi dan pola makan yang sehat untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Praktik pemberian makan yang tidak tepat dan kurangnya variasi dalam makanan sehingga menyebabkan kekurangan nutrisi yang dapat menyebabkan stunting.
- b) Kondisi Ekonomi yang Buruk: Tingkat kemiskinan dapat menyebabkan keterbatasan dalam akses terhadap makanan bergizi dan sumber daya kesehatan lainnya. Kurangnya akses terhadap sumber daya ini dapat mempengaruhi status gizi anak-anak
- c) Sanitasi dan Kebersihan Lingkungan yang Buruk: Kondisi sanitasi yang buruk dan kebersihan lingkungan yang tidak memadai dapat meningkatkan risiko infeksi dan penyakit pada anak-anak. Infeksi yang berulang dapat mempengaruhi penyerapan nutrisi dan pertumbuhan anak, berkontribusi pada terjadinya stunting.
- d) Kurangnya Kesadaran dan Pemahaman Tentang Stunting: Kurangnya pemahaman tentang dampak jangka panjang stunting pada perkembangan anak dapat menyebabkan kurangnya perhatian terhadap masalah ini.

Untuk mengatasi masalah stunting di Desa Lentang, pendekatan holistik dan berkelanjutan sangat penting. Upaya pencegahan dan penanganan stunting perlu melibatkan partisipasi aktif masyarakat, pendekatan edukasi yang tepat, peningkatan akses terhadap layanan kesehatan, serta dukungan dari pemerintah dan lembaga kesehatan setempat. Kolaborasi lintas sektor juga menjadi kunci untuk mencapai hasil yang optimal dalam mengurangi angka stunting di Desa Lentang dan memastikan anak-anak tumbuh dengan sehat dan berpotensi mencapai kesuksesan di masa depan.

## 3. KAJIAN PUSTAKA

Stunting adalah kondisi gagal pertumbuhan pada anak di bawah usia lima tahun, di mana tinggi badan anak lebih pendek dari standar pertumbuhan normal untuk usia mereka. Kondisi ini disebabkan oleh kekurangan gizi kronis pada periode pertumbuhan yang kritis, biasanya dimulai sejak masa kehamilan hingga usia dua tahun. Stunting tidak hanya mempengaruhi pertumbuhan fisik anak, tetapi juga berdampak negatif pada perkembangan kognitif dan kesehatan jangka panjang. Faktor-faktor risiko stunting meliputi asupan gizi yang buruk, kekurangan nutrisi mikro, infeksi berulang, sanitasi yang buruk, pola pemberian makan yang tidak tepat, serta status sosial-

ekonomi dan lingkungan yang kurang sehat (World Health Organization (WHO)., 2020)

Unicef 2019 mengemukakan beberapa cara untuk mengatasi stunting (United Nations Children's Fund (UNICEF)-, 2019) :

- a. Pendidikan Gizi dan Kesehatan: Edukasi tentang gizi yang sehat dan praktik pemberian makan yang tepat adalah langkah awal untuk mengatasi stunting. Pendidikan ini dapat diberikan kepada orang tua, anggota keluarga, dan tenaga kesehatan.
- b. Pemberian Makanan Tambahan: Pada anak yang berisiko stunting, pemberian makanan tambahan dengan nutrisi yang lengkap dan seimbang dapat membantu meningkatkan status gizi mereka.
- c. Pemantauan Pertumbuhan Anak: Pemantauan rutin pertumbuhan anak oleh tenaga kesehatan dan keluarga sangat penting untuk mendeteksi dini stunting dan mengambil tindakan yang tepat.
- d. Peningkatan Akses Terhadap Sumber Daya Kesehatan: Peningkatan akses terhadap layanan kesehatan, termasuk layanan antenatal dan pelayanan anak, dapat membantu mencegah dan mengatasi stunting.
- e. Sanitasi dan Kebersihan Lingkungan: Upaya untuk meningkatkan sanitasi dan kebersihan lingkungan akan mengurangi risiko infeksi dan penyakit, yang dapat mempengaruhi status gizi anak.

Keluarga memiliki peran sentral dalam mengatasi stunting karena keluarga adalah lingkungan utama bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Peran keluarga dalam mengatasi stunting meliputi:

- a. Praktik Pemberian Makan yang Tepat: Keluarga harus memberikan makanan yang bergizi dan seimbang kepada anak-anak mereka. Pemberian makanan padat nutrisi dan asupan gizi yang cukup sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak
- b. Pemantauan Pertumbuhan Anak: Keluarga perlu secara rutin memantau pertumbuhan anak dengan memerhatikan grafik pertumbuhan dan mencari bantuan medis jika ada tanda-tanda stunting.
- c. Pendidikan Gizi dan Kesehatan: Keluarga perlu mendapatkan edukasi tentang gizi yang sehat dan praktik kesehatan yang benar untuk mendukung tumbuh kembang anak dengan optimal
- d. Dukungan Emosional dan Kesejahteraan Keluarga: Lingkungan keluarga yang stabil, penuh dukungan, dan emosional dapat membantu mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan anak
- e. Kolaborasi dengan Tenaga Kesehatan: Keluarga harus bekerja sama dengan tenaga kesehatan dalam mengatasi stunting, seperti mengikuti program pencegahan stunting dan mendapatkan bantuan medis yang tepat.

#### 4. METODE

Upaya pencegahan dan penanganan stunting melalui pendidikan kesehatan dapat dilakukan dengan berbagai cara. Kampanye edukasi untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya gizi yang seimbang dan asupan nutrisi yang memadai dapat dilakukan. Selain itu, pelatihan bagi orang tua dan pengasuh anak tentang praktik pemberian makan yang benar dan cara merawat anak secara optimal dapat membantu mengurangi angka stunting.

Pendidikan kesehatan juga harus ditargetkan pada tenaga kesehatan di tingkat dasar, termasuk bidan, petugas kesehatan desa, dan guru, untuk

meningkatkan pemahaman mereka tentang pentingnya mendeteksi dini stunting dan memberikan intervensi yang tepat.

Jumlah Peserta dalam kegiatan ini adalah sebesar 15 orang yang mencakup ibu bidan, orang tua dan kader kesehatan.

Langkah Pelaksanaannya adalah :

- a. Melakukan survei awal di Desa Lentang
- b. Mengambil data terkait stunting
- c. Perencanaan program dan tujuan
- d. Dilanjutkan dengan pelaksanaan edukasi pendidikan kesehatan terkait penanganan dan pencegahan stunting.
- e. Monitoring dan Evaluasi
- f. Dokumentasi dan Publikasi Hasil

## 5. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Kegiatan dilakukan di desa Lentang Kabupaten Mangga Lentang Nusa Tenggara Timurlada Tahun 2022. Kegiatan berlangsung selama 2 hari. Kegiatan dimaksud sekalian berjalan antara Pendidikan kesehatan dan pelatihan pembuatan makanan pendamping ASI. Adapun hasil dari kegiatan ini adalah :

- a. Pendidikan kesehatan  
Hasil pengabdian menunjukkan peningkatan pengetahuan masyarakat tentang stunting dan faktor penyebabnya. Sebanyak 90% responden menyatakan telah mendapatkan informasi baru tentang pentingnya nutrisi yang baik bagi tumbuh kembang anak. Selain itu, 80% responden menyadari bahwa pola pemberian makan yang buruk dapat menyebabkan stunting.
- b. Perubahan perilaku masyarakat  
Program pendidikan kesehatan juga berdampak pada perubahan perilaku masyarakat. Sebanyak 70% responden menyatakan telah mengadopsi praktik pemberian makan yang lebih sehat dan variasi dalam konsumsi makanan. Selain itu, 60% responden telah meningkatkan perawatan kesehatan anak dengan lebih aktif memantau pertumbuhan anak dan mencari bantuan medis jika diperlukan.
- c. Kolaborasi lintas sektor  
Kolaborasi lintas sektor antara lembaga pendidikan, tenaga kesehatan, dan pemerintah lokal terbukti efektif dalam meningkatkan efisiensi dan dampak program. Pemerintah desa menyediakan fasilitas untuk kegiatan pengabdian dan mendukung penyebaran informasi melalui saluran-saluran pemerintah.



Gambar 1

## 6. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian dalam pendidikan kesehatan terkait stunting di Desa Lentang telah memberikan hasil positif dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku masyarakat terkait gizi dan kesehatan anak. Dalam rangka mencapai kesuksesan yang berkelanjutan, perlu adanya dukungan dan komitmen dari berbagai pihak, termasuk pemerintah, masyarakat, dan lembaga pendidikan. Program pendidikan kesehatan dapat terus ditingkatkan dan didukung dengan pendekatan yang berbasis bukti untuk mengurangi angka stunting dan menciptakan generasi yang sehat dan berkualitas di Desa Lentang dan wilayah-wilayah lainnya.

## 7. DAFTAR PUSTAKA

- Rahmaditha K. (2020). Permasalahan Stunting Dan Pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 225-229.
- Riskesdas. (2018). *Riset Kesehatan Dasar*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- United Nations Children's Fund (Unicef)-. (2019). *Improving Child Nutrition - The Achievable Imperative For Global Progress*. <https://Data.Unicef.Org/Resources/Improving-Child-Nutrition-The-Achievable-Imperative-For-Global-Progress/>
- World Health Organization (Who). (2020). *Stunting*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/stunting>