

## Edukasi Pencegahan Stunting Dengan Metode Penyuluhan Di Puskesmas Sijamapolang Kabupaten Humbang Hasundutan

### *Stunting Prevention Education Using Counseling Methods At The Sijamapolang Community Health Center, Humbang Hasundutan Regency*

Lasria Simamora<sup>1</sup>, Lumianna Simorangkir\*, Erny Syarifah Rajagukguk<sup>2</sup>,  
Henny Rista<sup>3</sup>, Deby Cintya Yun<sup>4</sup>

STIKes Mitra Husada Medan, Kota Medan

Korespondensi Penulis : [lasriasimamora@gmail.com](mailto:lasriasimamora@gmail.com)

#### Article History:

Received: 30 September 2023

Revised: 31 Oktober 2023

Accepted: 22 November 2023

**Keywords:** Prevention,  
Stunting, Counseling:

**Abstract:** *In the working area of the Sijamapolang Community Health Center, Humbang Hasundutan Regency, stunting is still relatively common. Stunting is important to handle because it concerns the quality of human resources. Stunting, apart from being a risk of hampering physical growth and susceptibility to disease, also causes barriers to cognitive development which will affect the level of intelligence and productivity of children in the future. Stunting can be caused by various factors, including low nutritional intake in the first 1,000 days of life, from the fetus to a two-year-old baby. Apart from that, poor sanitation facilities, lack of access to clean water, and lack of environmental cleanliness are also causes of stunting. Poor hygiene conditions mean that the body has to fight extra hard against sources of disease, thus hampering the absorption of nutrients. Basically, stunting can be prevented from an early age. Of course, this can be done by increasing the family's insight or knowledge, especially mothers, regarding stunting prevention. By looking at the problems of these partners, the Community Partnership program aims to provide knowledge and information to the community so they can prevent and overcome the problem of stunting. The results achieved in this activity, namely, participants have knowledge about: the definition of stunting and its characteristics, the causes of stunting, the impacts of stunting, how to prevent and overcome stunting*

#### Abstrak

Di wilayah kerja puskesmas Sijamapolang, Kabupaten Humbang Hasundutan, relatif masih banyak ditemukan stunting. Stunting menjadi penting untuk ditangani karena menyangkut kualitas sumber daya manusia. Stunting selain beresiko pada hambatan pertumbuhan fisik dan kerentanan terhadap penyakit, juga menyebabkan hambatan perkembangan kognitif yang akan berpengaruh pada tingkat kecerdasan dan produktivitas anak di masa depan. Adapun *stunting dapat disebabkan* oleh berbagai faktor, diantaranya yaitu rendahnya asupan gizi pada 1.000 hari pertama kehidupan, yakni sejak janin hingga bayi umur dua tahun. Selain itu, buruknya fasilitas sanitasi, minimnya akses air bersih, dan kurangnya kebersihan lingkungan juga menjadi penyebab *stunting*. Kondisi kebersihan yang kurang terjaga membuat tubuh harus secara ekstra melawan sumber penyakit sehingga menghambat penyerapan gizi. Pada dasarnya stunting dapat dilakukan pencegahan sejak dini. Tentunya ini bisa dilakukan dengan meningkatkan wawasan atau pengetahuan keluarga, khususnya ibu tentang pencegahan stunting. Dengan melihat permasalahan mitra ini, maka program Kemitraan Masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan informasi kepada masyarakat agar dapat mencegah dan mengatasi masalah stunting. Hasil yang dicapai pada kegiatan ini, yaitu, peserta memiliki pengetahuan tentang: definisi stunting dan ciri-cirinya, penyebab terjadinya stunting, dampak yang ditimbulkan stunting, cara mencegah dan mengatasi stunting

**Kata Kunci:** Pencegahan, Stunting, Penyuluhan

\* Lasria Simamora, [lasriasimamora@gmail.com](mailto:lasriasimamora@gmail.com)

## PENDAHULUAN

*Stunting* (pendek) merupakan gangguan pertumbuhan linier yang disebabkan adanya malnutrisi asupan zat gizi kronis atau penyakit infeksi kronis maupun berulang yang ditunjukkan dengan nilai z-score tinggi badan menurut umur (TB/U) kurang dari -2 SD. *Stunting* merupakan suatu keadaan retardasi pertumbuhan linier yang berkaitan dengan adanya proses perubahan patologis. Pertumbuhan fisik berhubungan dengan faktor lingkungan, perilaku dan genetik, kondisi sosial ekonomi, pemberian ASI, dan kejadian BBLR merupakan faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian *stunting*. Status gizi buruk berdampak terhadap menurunnya produksi zat anti bodi dalam tubuh. Penurunan zat anti bodi ini mengakibatkan mudahnya bibit penyakit masuk ke dalam dinding usus dan mengganggu produksi beberapa enzim pencernaan makanan dan selanjutnya penyerapan zat-zat gizi yang penting menjadi terganggu, keadaan ini dapat memperburuk status gizi anak (Tando, Naomy Marie. 2016). *Stunting* atau pendek merupakan salah satu indikator status gizi kronis yang menggambarkan terhambatnya pertumbuhan karena malnutrisi jangka panjang. Menurut Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 1995/MENKES/SK/XII/2010 tentang Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak, pendek dan sangat pendek adalah status gizi yang didasarkan pada indeks panjang badan menurut umur (PB/U) atau tinggi badan menurut umur (TB/U) yang merupakan padanan istilah *stunting* (pendek) dan *severely stunting* (sangat pendek) (Kemenkes RI 2011). Adapun *stunting* dapat disebabkan oleh berbagai faktor, diantaranya yaitu rendahnya asupan gizi pada 1.000 hari pertama kehidupan, yakni sejak janin hingga bayi umur dua tahun. Selain itu, buruknya fasilitas sanitasi, minimnya akses air bersih, dan kurangnya kebersihan lingkungan juga menjadi penyebab *stunting*. Kondisi kebersihan yang kurang terjaga membuat tubuh harus secara ekstra melawan sumber penyakit sehingga menghambat penyerapan gizi (P2PTM Kemenkes RI. 2018).

Selain penyebab tersebut diatas, *stunting* dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti penelitian Supariasa & Purwaningsih (2019) yang menyatakan bahwa penyebab adanya kejadian *stunting* berdasarkan faktor yang paling mempengaruhi sesuai urutan yaitu: pendapatan keluarga, pemberian ASI eksklusif, besar keluarga, pendidikan ayah balita, pekerjaan ayah balita, pengetahuan gizi ibu balita, ketahanan pangan keluarga, pendidikan ibu balita, tingkat konsumsi karbohidrat balita, ketepatan pemberian MP-ASI, tingkat konsumsi lemak balita, riwayat penyakit infeksi balita, sosial budaya, tingkat konsumsi protein balita, pekerjaan ibu balita, perilaku kadarzi, tingkat konsumsi energi balita, dan kelengkapan imunisasi balita.

Demikian juga penelitian oleh Mizobe et al., (2013) tentang Faktor-faktor yang

Mempengaruhi Kejadian *Stunting* pada Anak Balita di Wilayah Pedesaan dan Perkotaan, didapatkan bahwa faktor yang mempengaruhi terjadinya *stunting* pada anak balita yang berada di wilayah pedesaan dan perkotaan adalah pendidikan ibu, pendapatan keluarga, pengetahuan ibu mengenai gizi, pemberian ASI eksklusif, umur pemberian MP-ASI, tingkat kecukupan zink dan zat besi, riwayat penyakit infeksi serta faktor genetik.

Pada dasarnya *stunting* dapat dilakukan pencegahan sejak dini. Tentunya ini bisa dilakukan dengan meningkatkan wawasan atau pengetahuan keluarga, khususnya ibu tentang pencegahan *stunting*.

Berdasarkan uraian diatas penulis bertujuan melakukan penyuluhan tentang pencegahan *stunting* yang dilakukan pada ibu yang mempunyai Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Sijamapolang Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2022.

## **METODE**

Metode pelaksanaan yang digunakan dalam kegiatan penyuluhan adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Prosedur Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian

### 1. Tahap Perencanaan

Pada tahap ini dibentuk pembagian tugas, sehingga dapat dijalankan oleh setiap anggota sesuai tanggung jawab masing-masing. Kemudian menentukan tanggal pelaksanaan kegiatan, jumlah peserta dan tempat pelaksanaan. Jumlah peserta yang direncanakan adalah 35 ibu yang mempunyai balita. Pada tahap ini juga rencanakan jika peserta tidak hadir pada saat penyuluhan, maka akan dikunjungi langsung oleh tim, untuk di lakukan penyuluhan secara individu.

### 2. Tahap persiapan

Setiap panita mulai melaksanakan tugasnya masing-masing. Lasria Simamora sebagai ketua panitia bertanggungjawab dan mengarahkan panitia yang lain dalam melakukan persiapan dan laporan serta publikasi kegiatan. Lumianna Simorangkir sebagai anggota melaksanakan penyuluhan. Erny Syarifah bertugas untuk mengurus surat ijin kegiatan ke puskesmas dan presensi peserta penyuluhan, dokumentasi. Henny Rista bertugas untuk membuat pretest dan post test, Deby Cintya Yun bertugas mempersiapkan kuesioner pretest dan post test.

### 3. Tahap pelaksanaan

Pada tahap ini tim pelaksana kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat menjelaskan materi tentang: defenisi stunting dan ciri-cirinya, penyebab terjadinya stunting, dampak yang ditimbulkan stunting, cara mencegah dan mengatasi stunting. Sebelum dilakukan penyuluhan kesehatan, peserta melakukan pre-test tentang masalah stunting yang bertujuan untuk menilai pengetahuan peserta sebelumnya. Adapun kategori pengetahuan yang digunakan dalam pengabdian ini adalah pengetahuan Baik, Cukup dan Kurang. Kemudian dilanjutkan dengan penyuluhan dilanjutkan dengan sesi diskusi. Penyuluhan ini dilaksanakan dengan metode ceramah interaktif dan tanya jawab.

### 4. Tahap evaluasi

Dilakukan dengan cara post test pengetahuan peserta yang bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan akhir peserta setelah dilakukan penyuluhan.

## HASIL

Kegiatan dilaksanakan di ruang pertemuan puskesmas Sijamapolang, pada tanggal 5 Agustus 2023, dimulai pukul 09.30 WIB s/d selesai. Jumlah peserta yang direncanakan, sebanyak 30 ibu yang mempunyai Balita. Namun pada saat kegiatan, 2 peserta tidak hadir, sehingga dilakukan kunjungan langsung ke rumah. Kegiatan berlangsung sesuai dengan perencanaan, dan peserta aktif pada saat sesi diskusi tanya jawab.



Gambar 2. Kegiatan saat penyuluhan dan pemberian roti balita (dari pihak puskesmas)

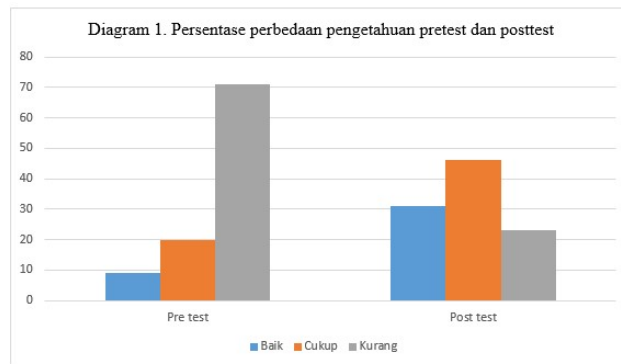


Gambar 3. Kegiatan saat penyuluhan di rumah

Hasil dari kegiatan ini menunjukkan ada peningkatan pengetahuan peserta yang dinilai dari rata-rata nilai pretest dan nilai post test, yang di tunjukkan pada tabel berikut.

**Tabel. 1 Distribusi frekuensi pengetahuan ibu tentang stunting**

No	Kategori pengetahuan	Pretest		Post test	
		Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
1	Baik	3	9	11	31
2	Cukup	7	20	16	46
3	Kurang	25	71	8	23
	Total	35	100	35	100



Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa ada peningkatan pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan dimana sebelum dilakukan kegiatan, mayoritas peserta berpengetahuan kurang. Sementara pada diagram terlihat perubahan yang signifikan antara pengetahuan kurang pada saat pretest dan post test.

## **DISKUSI**

Hasil pretest didapatkan bahwa peserta mayoritas berpengetahuan kurang sebanyak 25 (71%), dan minoritas berpengetahuan baik sebanyak 3 (9%). Sementara itu, hasil post test menunjukkan bahwa, terjadi peningkatan yang signifikan pada kategori pengetahuan baik menjadi 11 orang (31%) dan pengetahuan cukup sebanyak 16 (46%). Pengabdian ini sejalan dengan pengabdian yang dilakukan oleh Syamsul Bahri Akbar (2021) yang menyatakan bahwa peserta mengalami perubahan pengetahuan, dimana peserta memiliki pengetahuan tentang stunting dan ciri-cirinya; Peserta memiliki pengetahuan tentang penyebab terjadinya stunting; Peserta memiliki pengetahuan tentang dampak yang ditimbulkan stunting; Peserta memiliki pengetahuan cara mencegah dan mengatasi stunting; Peserta memiliki pengetahuan cara meningkatkan kualitas pelayanan gizi pada anak.

Pengetahuan adalah suatu hasil dari rasa keingintahuan melalui proses sensoris, terutama pada mata dan telinga terhadap objek tertentu. Pengetahuan merupakan domain yang penting dalam terbentuknya perilaku terbuka atau *open behavior* (Donsu, J, D, T. 2017). Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap suatu objek

dari indra yang dimilikinya (Notoatmodjo,S. 2012).

Secara biologis ibu adalah sumber hidup anak.Tingkat pendidikan ibu banyak menentukan sikap dan menghadapi berbagai masalah, misal memintakan vaksinasi untuk anaknya, memberikan oralit waktu diare, atau kesedian menjadi peserta KB. Anak-anak dari ibu yang mempunyai latar pendidikan lebih tinggi akan mendapat kesempatan hidup serta tumbuh lebih baik. Salah satunya adalah keterbukaan mereka dalam menerima perubahan atau hal baru untuk pemeliharaan kesehatan anak. Pendidikan tinggi dapat mencerminkan pendapatan yang lebih tinggi dan ayah akan lebih memperhatikan gizi anak. Suami yang lebih terdidik akan cenderung memiliki istri yang juga berpendidikan. Ibu yang berpendidikan diketahui lebih luas pengetahuannya tentang praktik perawatan anak. Keluarga dengan pendidikan yang lebih tinggi , yang hidup dalam rumah tangga yang kecil, berpeluang untuk menghuni rumah yang lebih layak, dapat menggunakan fasilitas pelayanan kesehatan yang lebih baik, dan mahir menjaga lingkungan yang bersih.

Pengetahuan orang tua memang berpengaruh dalam kesehatan seorang balita, terutama berkaitan dengan status gizi anak tersebut. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Pormes dkk, (2014) menyatakan bahwa ada hubungan antara pengetahuan orang tua tentang gizi dengan kejadian stunting Pengetahuan tentang gizi pada orang tua dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu diantaranya adalah umur dimana semakin tua umur seseorang maka proses perkembangan mentalnya menjadi baik, intelegensi atau kemampuan untuk belajar dan berpikir abstrak guna, menyesuaikan diri dalam situasi baru, kemudian lingkungan dimana seseorang dapat mempelajari hal-hal baik juga buruk tergantung pada sifat kelompoknya, budaya yang memegang peran penting dalam pengetahuan, pendidikan merupakan hal yang mendasar untuk mengembangkan pengetahuan, dan pengalaman yang merupakan guru terbaik dalam mengasah pengetahuan (Notoatmodjo 2012).

## **KESIMPULAN**

Ada peningkatan pengetahuan ibu tentang stunting seperti pengetahuan tentang defenisi stunting dan ciri-cirinya, penyebab terjadinya stunting, dampak yang ditimbulkan stunting, cara mencegah dan mengatasi stunting.

## **PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS**

Kegiatan pengabdian ini dapat terlaksana karena adanya bantuan, kerjasama dan partisipasi dari berbagai pihak. Sehingga dalam kesempatan ini, tim pengabdian mengucapkan terimakasih kepada Pimpinan STIKes Mitra Husada Medan, Pimpinan Prodi kebidanan STIKes

Mitra Husada Medan, Pimpinan Puskesmas Sijamapolang dan semua pihak yang terlibat selama kegiatan yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

## DAFTAR REFERENSI

- Almatsier, S. 2011. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Andriani Merianna., Wirjatmadi B. 2012. *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Arikunto, Suharsimi (Ed). 2012. *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Dewi, VNL. 2013. *Asuhan Neonatus Bayi Dan Anak Balita*. Jakarta: Salemba Medika.
- Dinas Kesehatan Aceh. 2020. *Profil Kesehatan Aceh*.
- Kemendes RI. 2010. "Buku Kesehatan Ibu Dan Anak."
- . 2014. "Permenkes RI No.25 Tahun 2014 Tentang Upaya Kesehatan Anak."
- . 2020. "Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No.2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak." : 14.
- . 2021. "Buku KIA Kesehatan Ibu Dan Anak."
- Kemendes RI. 2011. "KEPMENKES RI Tentang Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak." *Jurnal de Peditria* 95(4): 41.
- Kementerian Kesehatan RI. 2015. Kementerian Kesehatan RI. Sekretariat r Jenderal. Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun *Buku Ajar Imunisasi*. <http://www.depkes.go.id/resources/download/info-publik/Renstra-2015.pdf>.
- Kemendagri Kesehatan. 2020. "Situasi Stunting Di Indonesia." *Jendela data dan informasi kesehatan* 208(5): 1–34.
- Khairani, Nurul, and Santoso Ujang Effendi. 2020. "Analisis Kejadian Stunting Pada Balita Ditinjau Dari Status Imunisasi Dasar Dan Riwayat Penyakit Infeksi." *PREPOTIF : Jurnal Kesehatan Masyarakat* 4(2): 228–34.
- Marmi. 2013. *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Mizobe, Hoyo et al. 2013. "Structures and Binary Mixing Characteristics of Enantiomers of 1-Oleoyl-2,3-Dipalmitoyl-Sn-Glycerol (S-OPP) and 1,2-Dipalmitoyl-3-Oleoyl-Sn-Glycerol (R-PPO)." *JAACS, Journal of the American Oil Chemists' Society* 90(12): 1809–17.
- Muqni, Asry Dwi, Veni Hadju, and Nurhaedar Jafar. 2012. "Status Gizi Anak Balita Di Kelurahan Tamamaung Makassar the Correlation of Birth Weight Among Maternal and Child Health Toward the Nutrition Status of Children Under Five."
- Notoatmodjo. 2012a. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012b. *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- P2PTM Kemendes RI. 2018. "1 Dari 3 Balita Indonesia Derita Stunting." <http://p2ptm.kemdes.go.id/artikel-sehat/1-dari-3-balita-indonesia-derita-stunting#:~:text=Penyebab dari stunting adalah rendahnya,lingkungan juga menjadi>

penyebab stunting.

- Pangkong, M. 2017. "Hubungan Antara Pemberian Asi Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 13-36 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Sonder." *Kesmas* 6(3): 1–8.
- Pemerintah Indonesia. 2012. "PP RI No.33 Tahun 2012 Tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif."
- Pemerintah Kabupaten Humbang Hasundutan. 2020. "Upah Minimum Provinsi." <https://www.bps.go.id/linkTableDinamis/view/id/917>.
- Proverawati, A dan Wati, E K. 2011. *Ilmu Gizi Untuk Perawat Dan Gizi Kesehatan*. Yogyakarta: Yulia Medika.
- Putri Ariani. 2017. *Ilmu Gizi Dilengkapi Dengan Standar Penilaian Status Gizi Dan Daftar Komposisi Bahan Makanan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Syamsul Bakhri Gaffar, dkk. 2021. PKM Pencegahan Stunting melalui Pendidikan Keluarga. Universitas Negeri Makassar.
- Supariasa, Dewa Nyoman, and Heni Purwaningsih. 2019. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Stunting Pada Balita Di Kabupaten Malang." *Karta Rahardja, Jurnal Pembangunan dan Inovasi* 1(2): 55–64. <http://ejurnal.malangkab.go.id/index.php/kr>.
- Tando, Naomy Marie. 2016. *Asuhan Kebidanan Neonatus, Bayi Dan Anak Balita*. Jakarta: EGC.
- Zurhayati, Zurhayati, and Nurul Hidayah. 2015. "Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita." *JOMIS (Journal of Midwifery Science)* 6(1): 1–10.