

Community Service

Nutrition Counseling and Stunting Care with Pregnant Women and Toddler Mothers in Temiyang Village, Kroya District, Indramayu Regency**Rizal Teguh Pratama**Universitas Wiralodra Indramayu
E-mail: rizalteguhpr19@gmail.com**Dina Agustin**Universitas Wiralodra Indramayu
E-mail: agustindina136@gmail.com**Hanifah Aenin**Universitas Wiralodra Indramayu
E-mail: hanifahaeninn@gmail.com

Copyright © 2025 by Authors, Published by Kawakib: Journal of Multidisciplinary Research.

Received : November 19, 2024
Accepted : December 23, 2024Revised : December 14, 2024
Available online : January 28, 2025**How to Cite:** Rizal Teguh Pratama, Dina Agustin, & Hanifah Aenin. (2025). Nutrition Counseling and Stunting Care with Pregnant Women and Toddler Mothers in Temiyang Village, Kroya District, Indramayu Regency. *Kawakib: Journal of Multidisciplinary Research*, 1(2), 16–22. Retrieved from <https://kawakib.kjii.org/index.php/i/article/view/10>**Abstract**

Stunting is a chronic nutritional problem resulting from a lack of nutritional intake over a long period of time, resulting in impaired growth in children or what is called a condition of failure to thrive in the womb until the baby is 2 years old. Clean and Healthy Living Behavior is one of the indirect factors that causes a person's nutritional and health status, especially for toddlers. Efforts to prevent and reduce stunting rates can be done by implementing a healthy and clean lifestyle and also getting used to eating foods with balanced nutrition. The aim of holding community service with the Real Work Lecture program with the theme of nutrition education and stunting care is so that people are more aware of the dangers of stunting, understand balanced nutrition and can help reduce stunting rates in the future. The method used is to provide outreach on nutrition and clean and healthy lifestyles targeting pregnant women and mothers of toddlers. From the results of observations in Temiyang Village, there are still many people who do not know how to process waste properly and lack self-awareness of the environment as well as mothers' lack of knowledge about managing balanced nutrition, especially in the First 1000 Days of Life.

Keywords: Clean and Healthy Lifestyle, Socialization, Stunting, Stunting Prevention, Balanced Nutrition.

Penyuluhan Gizi dan Peduli Stunting Bersama Ibu Hamil dan Ibu Balita di Desa Temiyang Kecamatan Kroya Kabupaten Indramayu

Abstrak

Stunting merupakan masalah gizi kronis akibat kurangnya asupan gizi dalam jangka waktu panjang sehingga mengakibatkan terganggunya pertumbuhan pada anak atau yang dinamakan kondisi gagal tumbuh dimasa dalam kandungan hingga bayi berusia 2 tahun. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat merupakan salah satu faktor tidak langsung penyebab status gizi dan kesehatan seseorang terutama pada balita. Upaya untuk pencegahan dan menekan angka stunting dapat dilakukan dengan menerapkan pola hidup sehat dan bersih dan juga membiasakan memakan makanan dengan gizi seimbang. Tujuan diadakannya pengabdian masyarakat dengan program Kuliah Kerja Nyata dengan tema penyuluhan gizi dan peduli stunting adalah agar masyarakat lebih sadar akan bahaya dari stunting, mengerti akan gizi seimbang dan dapat membantu menekan angka stunting di masa depan. Metode yang digunakan adalah dengan mengadakan sosialisasi penyuluhan gizi dan pola hidup bersih dan sehat dengan sasaran ibu hamil dan ibu balita. Dari hasil observasi di Desa Temiyang, masih banyak masyarakat yang masih belum tahu bagaimana cara mengolah sampah yang baik dan kurangnya kesadaran diri terhadap lingkungan serta kurangnya pengetahuan ibu tentang pengelolaan gizi seimbang terutama pada 1000 Hari Pertama Kehidupan.

Kata Kunci: Pola Hidup Bersih dan Sehat, Sosialisasi, Stunting, Pencegahan Stunting, Gizi Seimbang.

PENDAHULUAN

Keterlambatan tumbuh pada anak berusia di bawah lima tahun (balita) dikarenakan kekurangan gizi kronis dengan ciri panjang atau tinggi badannya berada di bawah standar anak seusianya, dapat disebut dengan stunting. Apabila panjang atau tinggi badan anak berada di bawah minus dua dari standar deviasi (-2SD) panjang atau tinggi anak seumurnya, maka anak tersebut dapat digolongkan sebagai anak stunting. Stunting dapat disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya ialah kurangnya asupan makanan yang tepat, ketersediaan pangan di tingkat rumah tangga yang kurang sesuai, pola asuh anak yang tidak sehat, sanitasi lingkungan yang kurang bersih, pelayanan kesehatan yang tidak baik, rendahnya pengetahuan ibu tentang gizi, dan ekonomi keluarga yang menjadikan akses kepada makanan sehat masih rendah.

Di Indonesia, stunting adalah salah satu masalah gizi terbesar pada bayi di bawah lima tahun. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 menunjukkan penurunan prevalensi stunting balita di tingkat nasional sebesar 6,4% selama 5 tahun, yaitu dari 37,2% (2013) menjadi 30,8% (2018). Proporsi status gizi; pendek dan sangat pendek pada baduta, mencapai 29,9% atau lebih tinggi dibandingkan target RPJMN 2019 sebesar 28% (Kementerian Kesehatan, 2021). Menanggapi hal ini, maka diperlukan usaha untuk melakukan perubahan perilaku upaya pencegahan stunting dengan cara seperti pelaksanaan sosialisasi, pendidikan, pelatihan, dan penyuluhan kepada masyarakat serta demo mengenai pembuatan makanan dengan gizi seimbang.

Untuk melakukan sosialisasi gizi dan makanan sehat dapat menggunakan slogan 4 sehat 5 sempurna. Prinsip 4 sehat 5 sempurna diperkenalkan oleh Bapak Gizi Indonesia Prof. Poorwo Soedarmo yang terinspirasi dari Basic Four Amerika Serikat yang mulai diperkenalkan pada era 1940-an adalah menu makanan yang

terdiri dari makanan pokok, lauk pauk, sayuran dan buah-buahan, serta minum susu untuk menyempurnakan menu tersebut (Peraturan Menkes RI, 2014).

Selain memperhatikan gizi dan makanan sehat, perlu juga untuk memperhatikan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat atau PHBS. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat menjadi salah satu faktor tidak langsung penyebab status gizi dan kesehatan seseorang terutama pada balita (Purwanto & Rahmad, 2020). PHBS sendiri merupakan suatu kampanye masyarakat untuk lebih peduli dan mengutamakan kesehatan supaya bisa mewujudkan kehidupan yang lebih bersih dan berkualitas. Membiasakan pola hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari terutama pada anak-anak dapat dilakukan dengan cara menerapkan perilaku yang mudah seperti enam langkah mencuci tangan dengan baik dan benar.

Desa Temiyang merupakan salah satu desa yang termasuk dalam Lokasi Stunting di Kecamatan Kroya Kabupaten Indramayu. Hal ini disebabkan oleh pola asuh dari masyarakat yang kurang optimal sehingga berdampak pada pemenuhan gizi yang menjadi kurang maksimal. Pemenuhan gizi oleh masyarakat disini perlu diperhatikan untuk membantu menurunkan permasalahan stunting yang ada. Berdasarkan kenyataan tersebut, muncul inspirasi untuk mengadakan sebuah edukasi dasar kepada ibu hamil dan ibu balita tentang gizi dan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat).

Dalam kegiatan ini, terdapat 2 program yaitu program utama dan program pendukung. Program utama yaitu pembuatan profil desa, *website* desa, SDGs, Desa Bebas *Stunting*, Desa Digital, Desa Desa Sadar Hukum. Sedangkan program pendukung yaitu penyuluhan gizi dan peduli stunting ini yang bertujuan untuk mengeksplorasi kemampuan analisis mahasiswa terhadap kebutuhan masyarakat.

Melalui edukasi yang dilakukan, diharapkan dapat memberikan pemahaman dan pengetahuan tentang stunting kepada ibu hamil dan ibu balita serta meningkatkan kesadaran supaya selalu menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) untuk membantu mengurangi stunting.

METODE

Kegiatan penyuluhan ini Lokasi kegiatan yang telah dilaksanakan yaitu di Halaman Kantor Desa Temiyang Kecamatan Kroya Kabupaten Indramayu. Metode yang digunakan pada saat kegiatan adalah pendekatan secara langsung melalui sosialisasi/ceramah tentang pentingnya gizi pada ibu hamil dan ibu balita.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Stunting merupakan kondisi dimana gagal atau terganggunya pertumbuhan pada anak waktu masa dalam kandungan hingga anak usia 2 tahun yang tinggi dan beratnya tidak sesuai dengan standar yang ditentukan atau ditetapkan oleh WHO. Pada saat ini Indonesia masih memiliki persentase angka stunting yang masih tinggi dan kasus stunting ini menjadi perhatian khusus di dunia kesehatan (Apriluana & Fikawati, 2018).

Berdasarkan hasil dari observasi yang dilakukan oleh pelaksana program di Desa Temiyang Kecamatan Kroya Kabupaten Indramayu yang menunjukkan

bahwa:

1. Hubungan antara makanan dengan gizi seimbang dengan keadaan stunting yang dialami balita Makanan dengan gizi seimbang adalah hal yang memiliki peranan penting dalam pencegahan terjadinya stunting pada balita. Masih sedikit masyarakat yang paham dan mengerti mengenai pentingnya gizi pada anak. Hubungan gizi seimbang dengan masalah stunting yang ada di wilayah Desa Temiyang terdapat hubungan salah satunya adalah kurangnya peranan dan pengetahuan orang tua dalam memperhatikan gizi yang seimbang bagi anak, sehingga anak dapat memiliki risiko gizi yang buruk.
2. Hubungan antara Pola hidup bersih dan sehat dengan keadaan stunting pada balita Hubungan perilaku hidup bersih dan sehat dengan masalah stunting yang ada di Wilayah Desa Temiyang salah satunya adalah peran orang tua dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kegiatan sehari-hari masih belum maksimal dan anak-anak yang masih belum mengerti pentingnya pola hidup bersih. Stunting disebabkan oleh beberapa factor yang tidak langsung terlihat, seperti gizi seimbang dan beberapa indikator PHBS. Namun demikian, masih terdapat faktor lain yang juga mempengaruhi status stunting, antara lain kesadaran pola asuh bayi dan anak, serta pola asuh lingkungan yang disebabkan oleh tingkat pengetahuan orang tua, serta kualitas dan kuantitas makanan yang kurang baik.

Faktor penyebab terjadi banyaknya kasus stunting adalah kurangnya pengetahuan ibu tentang pengelolaan makanan dan gizi seimbang terutama pada 1000 Hari Pertama Kehidupan dan Pola Hidup Bersih dan Sehat pada anak maupun pada ibu, lingkungan yang buruk dapat menimbulkan banyak penyakit dan terutama dapat mempengaruhi pertumbuhan balita dan berdampak pada gizi balita. Balita terkena stunting memiliki dua dampak buruk, yaitu dampak jangka pendek, yang meliputi metabolisme tubuh anak menjadi terhambatnya atau terlambatnya pertumbuhan pada anak tidak hanya fisik tetapi juga secara intelektual. Dalam jangka panjang adalah kekebalan pada anak yang rentan terkena penyakit seperti stroke, gangguan jantung, diabetes dan produktivitas rendah yang menghasilkan kualitas kerja yang kurang baik (Kemenkes RI, 2016).

Masih kurangnya pengetahuan mengenai bagaimana cara mengolah sampah rumah tangga yang baik, dan tidak adanya sarana dan prasarana seperti tempat pembuangan sampah sementara dan tempat pembuangan sampah akhir yang jauh, merupakan beberapa kondisi yang dialami masyarakat di Desa Temiyang. Selain itu kurangnya pengetahuan ibu tentang pengelolaan makanan dan gizi seimbang terutama pada 1000 Hari Pertama Kehidupan yang dapat menyebabkan anak menderita gizi buruk.

Melihat kondisi yang telah disebutkan di atas, pelaksana program melakukan kegiatan sosialisasi yang mengusung tema mengenai kebersihan lingkungan (PHBS) dan menjelaskan mengenai penyuluhan gizi seimbang. Dengan sasaran kegiatan sosialisasi tersebut adalah ibu hamil dan ibu balita. Sosialisasi tersebut berhasil dilaksanakan dengan sangat baik dalam penyampaian materi yang

Nutrition Counseling and Stunting Care with Pregnant Women and Toddler Mothers in Temiyang Village, Kroya District, Indramayu Regency

Rizal Teguh Pratama, Dina Agustin, Hanifah Aenin

diberikan oleh pelaksana program serta reaksi ibu-ibu yang sangat antusias dalam menjawab pertanyaan yang telah diberikan. Dengan dipilihnya sasaran sosialisasi ibu hamil dan ibu balita di Desa Temiyang, diharapkan ibu-ibu bisa dapat merubah pola pikir dan kebiasaan untuk hidup bersih dan sehat sejak dini untuk menambah pengetahuan mereka mengenai pentingnya gizi.



Gambar 1. Penyampaian Materi mengenai Pola Hidup Bersih dan Sehat (gizi)



Gambar 2. Materi dari Ahli Gizi UPTD Puskesmas Temiyang

KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil observasi yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa gizi seimbang dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) menjadi faktor penting untuk mencegah terjadinya stunting pada balita. Hal ini dikarenakan PHBS merupakan salah satu indikator penyebab status gizi dan kesehatan pada balita yang tidak tersalurkan dengan baik. Serta peran orang tua dalam pemilihan

makanan dan pengetahuan gizi juga faktor yang berhubungan dengan kejadian stunting pada balita, karena stunting juga dapat dikatakan sebagai gangguan pertumbuhan linier yang disebabkan oleh adanya malnutrisi asupan zat gizi kronis atau penyakit infeksi kronis berulang. Melihat faktor-faktor tersebut, upaya yang tepat dilakukan sebagai percepatan penurunan angka stunting dilakukan dengan memberikan sosialisasi dan menyampaikan materi mengenai PHBS dengan tidak membuang sampah sembarangan, mencuci tangan dengan sabun yang baik dan benar, menggunakan jamban dengan baik, mengonsumsi makanan sehat, serta berolahraga secara teratur. Selain itu, penerapan pola hidup bersih dan sehat di sekolah-sekolah perlu diterapkan dengan menempatkan fasilitas untuk mencuci tangan di depan kelas dan meningkatkan akses terhadap air bersih, serta menjaga kebersihan lingkungan sekolah karena edukasi sejak dini mengenai gizi dan kebersihan dapat mencegah risiko munculnya anak stunting pada generasi di masa yang akan datang.

DAFTAR PUSTAKA

- Aden Ruslani, & Didik Himmawan. (2022). Pemberdayaan Petani Melalui Pembuatan Pupuk Kompos Dengan Pemanfaatan Limbah Organik Di Desa Kedokangabus Kabupaten Indramayu. *ENGAGEMENT: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 7-13. <https://doi.org/10.58355/engagement.v1i1.5>
- Anung Setiani, Putri Ayu Ramadhani, & Didik Himmawan. (2022). Penyuluhan Kesehatan Lingkungan Rumah Secara Door To Door Dalam Upaya Di Desa Kedokangabus Kecamatan Gabus Wetan Indramayu. *Community: Jurnal Hasil Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 8-17. <https://doi.org/10.61166/community.v1i1.4>
- Apriluana, G., & Fikawati, S. 2018. Analisis Faktor-Faktor Risiko terhadap Kejadian Stunting pada Balita (0-59 Bulan) di Negara Berkembang dan Asia Tenggara. 247-256.
- Didik Himmawan, Ahmad Khotibul Umam, & Rodotul Janah. (2023). Pemberdayaan Anak-Anak Di Desa Jambe Kecamatan Kertasemaya Kabupaten Indramayu. *Diplomasi : Jurnal Demokrasi, Pemerintahan Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 1(1), 42-52. <https://doi.org/10.58355/dpl.v1i1.9>
- Kementerian Kesehatan. 2021. Petunjuk Teknis Penyusunan dan Pelaksanaan Strategi Komunikasi Perubahan Perilaku Percepatan Pencegahan Stunting (Buku 1). In Kementerian Kesehatan RI, 11 (1). https://promkes.kemkes.go.id/download/fpkk/files49505JuknisImplementasiKPPStunting_ISBN_13072021.pdf%0Astunting.go.id
- LailaTul Qodriyah, Dion Sadoni, & Didik Himmawan. (2022). Peran Ekonomi Kreatif Pada Usaha Rengginang Dalam Menunjang Desa Wisata Di Desa Kedokangabus. *Community: Jurnal Hasil Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 18-23. <https://doi.org/10.61166/community.v1i1.2>
- Purwanto, D., & Rahmad, R. E. 2020. Pengaruh Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Terhadap Stunting Pada Balita di Desa Jelbuk Kabupaten Jember.

JIWAKERTA: Jurnal Ilmiah Wawasan Kuliah Kerja Nyata, 1(1) 10–13.
<https://doi.org/10.32528/jiwakerta.v1i1.3697>

Peraturan Menkes RI. 2014. PERATURAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA NOMOR 41 TAHUN 2014. 139.

Peraturan Menkes RI. 2016. Pemantauan Status Gizi (PSG) dan Penjelaskannya. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes RI, Jakarta

Roehan Abdusyiam, & Didik Himmawan. (2022). Pemberdayaan Ibu Rumah Tangga Dalam Penanaman Dan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga Di Desa Rancamulya Kabupaten Indramayu. *Community: Jurnal Hasil Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 1–7.
<https://doi.org/10.61166/community.v1i1.1>

Vika Azkiya Dihni. 2022. Komposisi Sampah di Indonesia mayoritas Sisa Makanan.
(<https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/02/08/komposisi-sampah-diindonesia-mayoritas-sisa-makanan> diakses 29 November 2022)