

## OPTIMALISASI EDUKASI PENCEGAHAN STUNTING DENGAN “KAMU PENTING” (KELAS ASYIK MENGUPAYAKAN PENCEGAHAN STUNTING) DI KELURAHAN SRENGSENG KECAMATAN KEMBANGAN TAHUN 2023

Fadhillah Safriani, Rospita Nur Aini, Micca Miftahul Jannah  
Puskesmas Kecamatan Kembangan  
[dillabesi@gmail.com](mailto:dillabesi@gmail.com)

### **Abstract**

*In Presidential Decree 72 of 2021, the stunting rate is targeted to fall to 14 percent in 2024. Based on the 2022 Indonesian Nutrition Status Survey (SSGI), the decline in stunting rates nationally is 21.6 percent, while for DKI Jakarta, the prevalence of stunting is 14.4 percent. . The number of stunted toddlers in the Srengseng sub-district area in 2022 will be 25 toddlers. After validating the measurements, it was found that 22 toddlers were stunted (short) and 2 toddlers were of normal height and 1 toddler had changed domicile. Stunting is a condition of failure to thrive where a toddler has less length or height compared to age. Preliminary tests carried out by the author on mothers under five and pregnant women showed that mothers' knowledge regarding stunting was still low. This is fundamental for preventive interventions. Efforts made to optimize nutritional interventions in preventing stunting in the Srengseng sub-district area are through the "KAMU PENTING" innovation (Fun Class for Stunting Prevention). The formation of the "KAMU PENTING" class aims to increase mothers' understanding regarding stunting by providing learning modules at each meeting. After monitoring and evaluation, there was an increase in mothers' knowledge regarding the nutritional problem of stunting, an increase in the weight and height of toddlers and a change in the behavior of eating animal protein in toddlers.*

**Keywords :** *Stunting, stunting prevention, education, Innovation, KAMU PENTING*

### **Abstrak**

Di dalam Perpres 72 tahun 2021 menargetkan angka Stunting turun menjadi 14 persen di tahun 2024. Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 penurunan angka stunting secara nasional berada pada 21,6 persen, sedangkan untuk DKI Jakarta prevalensi stunting berada di angka 14.4 persen. Jumlah balita stunting di wilayah kelurahan Srengseng tahun 2022 sebanyak 25 balita. Setelah dilakukan validasi pengukuran ditemukan sebanyak 22 balita yang *stunted* (*pendek*) dan 2 balita yang memiliki tinggi badan normal serta 1 balita yang pindah domisili. Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh dimana balita memiliki panjang atau tinggi badan yang kurang jika dibandingkan dengan umur. Uji pendahuluan yang penulis lakukan pada ibu balita dan ibu hamil didapatkan hasil bahwa masih rendahnya pengetahuan Ibu terkait stunting. Hal tersebut menjadi hal yang mendasar untuk dilakukan intervensi bersifat preventif. Upaya yang dilakukan dalam mengoptimalkan intervensi gizi dalam pencegahan stunting di wilayah kelurahan Srengseng adalah melalui inovasi KAMU PENTING (Kelas Asyik Mengupayakan Pencegahan Stunting). Pembentukan kelas “KAMU PENTING” bertujuan untuk meningkatkan pemahaman ibu terkait stunting dengan membuat kelas edukasi dan pembekalan modul pembelajaran tiap pertemuan serta media penunjang berupa *e-book* dengan sasaran 10 ibu balita. Setelah dilakukan monitoring dan evaluasi terjadi peningkatan pengetahuan ibu terkait stunting, peningkatan berat badan dan tinggi badan balita dan terdapat perubahan perilaku makan protein hewani yang baik pada balita.

**Kata kunci:** Stunting, Pencegahan Stunting, Edukasi, Inovasi, KAMU PENTING

## Pendahuluan

Pemerintah Indonesia dalam perpres 72 tahun 2021 menargetkan angka *stunting* turun menjadi 14 persen di tahun 2024. Hasil dari Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 menunjukkan bahwa terjadi penurunan angka *stunting* secara nasional yang berada pada 21,6 persen, sedangkan untuk DKI Jakarta prevalensi *stunting* berada di angka 14,4 persen. Walaupun angka *stunting* ini menurun, namun angka tersebut masih dinilai tinggi, mengingat WHO menargetkan angka *stunting* tidak boleh lebih dari 20 persen. Hal inilah yang membuat *stunting* menjadi perhatian serius pemerintah. Menurut WHO (2015), *stunting* adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badannya berada di bawah standar. Sedangkan menurut Kemenkes RI (2022), *Stunting* (kerdil) merupakan kondisi dimana balita memiliki panjang atau tinggi badan yang kurang jika dibandingkan dengan umur. kondisi ini diukur dengan menghitung panjang atau tinggi badan yang lebih dari minus 2 standar deviasi median standar pertumbuhan anak dari WHO.

Pada tahun 2022, jumlah balita *stunting* di wilayah Puskesmas Kelurahan Srengseng sebanyak 25 balita. Dari 25 balita *stunting* tersebut, dilakukan validasi adalah sebanyak 24 balita. Terdapat 1 balita yang sudah pindah. Hasil dari 24 balita *stunting* yang divalidasi, ditemukan sebanyak 22 balita yang *stunting* dan 2 balita yang memiliki tinggi badan normal (Sumber data EPPGBM Puskesmas Kecamatan Kembangan 2022). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh penulis melalui tes pengetahuan menggunakan kuesioner kepada 22 Ibu balita *stunting* di Kelurahan Srengseng, didapatkan hasil bahwa 20 dari 22 Ibu balita *stunting* memiliki pengetahuan yang rendah terkait kesehatan dan masalah gizi *stunting* serta pencegahannya. Penulis juga melakukan survey pengetahuan kepada 10 Ibu balita lainnya melalui wawancara, diketahui bahwa 8 dari 10 ibu balita tidak mengetahui terkait kesehatan dan masalah gizi *stunting*. Selain Ibu balita, penulis juga menjadikan Ibu hamil sebagai responden studi pendahuluan melalui wawancara dan

didapatkan hasil bahwa 5 dari 10 Ibu hamil tidak mengetahui masalah gizi *stunting* dan pencegahannya.

Pengetahuan gizi yang rendah diketahui dapat menghambat usaha perbaikan gizi. Tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang tentang kebutuhan akan zat-zat gizi berpengaruh terhadap jumlah dan jenis bahan makanan yang dikonsumsi. Pengetahuan gizi merupakan salah satu faktor yang dapat berpengaruh terhadap konsumsi pangan dan status gizi. Ibu yang cukup pengetahuan gizinya akan memperhatikan kebutuhan gizi anaknya agar dapat tumbuh dan berkembang secara optimal (Delmi, 2012). Menurut Indra (2013), Salah satu penyebab gangguan gizi adalah kurangnya pengetahuan gizi dan kemampuan seseorang menerapkan informasi tentang gizi dalam kehidupan sehari-hari. Tingkat pengetahuan gizi ibu memengaruhi sikap dan perilaku dalam memilih bahan makanan, yang lebih lanjut akan memengaruhi keadaan gizi keluarganya.

Melihat fenomena tersebut, penulis melakukan inovasi yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan Ibu balita dan Ibu hamil serta mengoptimalkan intervensi gizi spesifik melalui edukasi pencegahan *stunting* dengan pendekatan kelompok di wilayah kelurahan Srengseng. Penulis berharap dengan adanya kegiatan yang dilakukan ini dapat memberikan kontribusi dalam pelaksanaan pelaksanaan Program Pemerintah khususnya di wilayah Puskesmas Kelurahan Srengseng dalam menurunkan kejadian *stunting*.

## Metode Pelaksanaan

Dalam upaya pencegahan *stunting* di wilayah Kelurahan Srengseng melalui inovasi “KAMU PENTING (Kelas Asyik Mengupayakan Pencegahan *Stunting*)” dilakukan perencanaan kegiatan sebagai berikut:

1. Membuat media promosi kesehatan dalam bentuk *e-book* edukasi “Kenali *Stunting* dan Pencegahannya” yang dapat diakses setiap waktu dan berisi materi tentang definisi, dampak serta bahaya *stunting* serta cara pencegahannya. Penelitian yang dilakukan oleh Nasrul (2020) menjelaskan bahwa penggunaan *e-book* di era digital ini memiliki beberapa kelebihan yaitu

lebih praktis karena mudah dibawa kemana-mana, ramah lingkungan dan tahan lama serta mudah untuk didistribusikan melalui teknologi *smartphone*.

2. Membuat modul pembelajaran “Pencegahan *Stunting*” (Modul Penting) yang dapat diakses setiap waktu dan berisi materi gizi dan kesehatan serta teknis pembelajaran ibu balita selama 4 kali pertemuan. Modul ini dapat digunakan sebagai acuan kegiatan pada kelas, sehingga kegiatan kelas bisa berjalan secara terjadwal dan sistematis. Modul ini juga dapat dijadikan acuan bagi tenaga kesehatan lain sebagai media Pendidikan kesehatan baik didalam maupun diluar gedung puskesmas seperti di posyandu maupun tempat publik lainnya.
3. Membentuk Kelas “KAMU PENTING” di wilayah Srengseng. Terbentuk 1 kelas di RW 7 Kelurahan Srengseng . Peserta Kelas terdiri dari 3 Ibu yang memiliki balita stunting dan 7 Ibu yang memiliki balita dengan status gizi baik. Tujuan membuat kelas yaitu ibu balita fokus terhadap materi yang akan disampaikan, waktu yang lebih terjadwal dan teknis

yang lebih sistematis membuat ibu balita lebih mudah menerima materi. Didalam kelas juga dilakukan praktik langsung sehingga ibu balita bisa lebih mudah mengaplikasikan pengetahuan yang didapat di rumah nantinya. Pada pertengahan tahun 2023, inovasi KAMU PENTING ini sudah direplikasi dan terbentuk di setiap kelurahan se-kecamatan Kembangan.

4. Membuat form monitoring dan evaluasi pengukuran antropometri balita, perilaku makan dan status kesehatan balita (terlampir di modul penting). Tujuannya untuk melihat pertumbuhan balita dan status gizi, serta melakukan evaluasi makan protein hewani dan melihat status kesehatan selama pertemuan kelas berlangsung.

### Hasil Pelaksanaan

Kelas KAMU PENTING menghasilkan dampak yang baik pada petugas dan ibu balita wilayah Srengseng, diantaranya :

Terdapat peningkatan pengetahuan ibu balita antara sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan “KAMU PENTING” (Kelas Asyik Mengupayakan Pencegahan *Stunting*).



Grafik 1. Pengetahuan Responden

Berdasarkan grafik diatas, terjadi peningkatan pengetahuan pada Ibu balita yang mengikuti kelas “KAMU PENTING” dari Ibu balita yang awalnya tidak memiliki pengetahuan yang tinggi menjadi 9 Ibu balita memiliki pengetahuan yang tinggi atau meningkat sebesar 90% dan tidak terdapat Ibu balita yang pengetahuannya rendah. Menurut hasil penelitian Aghadiati *et.al* (2023), ada hubungan pengetahuan ibu dengan kejadian *stunting*

dengan nilai  $p=0,001$  ( $p<\alpha=0,05$ ) dimana terdapat 14,5% balita pendek dengan ibu pengetahuan kurang dan 53,2% balita sangat pendek dengan ibu pengetahuan kurang. Balita yang *stunting* dengan kategori sangat pendek lebih banyak terjadi pada ibu yang memiliki pengetahuan kurang.

Adanya perubahan berat badan dan tinggi badan pada balita yang mengikuti kelas “KAMU PENTING”



Grafik 2. Peningkatan Berat Badan Balita

Berdasarkan data grafik diatas menunjukkan bahwa adanya perubahan Berat



Grafik 3. Peningkatan Tinggi Badan Balita

Berdasarkan data grafik diatas menunjukkan bahwa adanya perubahan Tinggi Badan balita setelah mengikuti kelas “KAMU PENTING”, ditandai dengan terdapatnya jumlah balita yang tinggi badannya naik sebanyak 8 Balita (termasuk 3 balita stunting),

Badan balita setelah ikut kelas “KAMU PENTING”, ditandai dengan meningkatnya jumlah balita yang naik berat badannya sebanyak 8 Balita, sementara yang tidak naik berat badannya atau tetap ada 2 balita. Rata-rata kenaikan berat badan yaitu sebesar 250 gr. Tidak terdapat balita yang Berat badannya turun.

Adanya peningkatan tinggi badan pada balita yang mengikuti kelas “KAMU PENTING” sesudah diberikan intervensi.

sementara yang tidak mengalami kenaikan tinggi badan ada 2 balita. Rata-rata kenaikan tinggi badan yaitu sebesar 0.5 cm. Terdapatnya perbaikan perilaku makan protein hewani sesuai dengan anjuran.



Grafik 4. Perubahan perilaku makan

Dari grafik diatas diketahui bahwa setelah mengikuti kelas “KAMU PENTING”, terdapat perubahan perilaku makan Protein Hewani sebanyak 8 responden (80%) telah rutin melakukan perilaku makan sesuai yang dianjurkan atau meningkat sebesar 60%.

Penelitian Swarinastiti dkk (2018) menyatakan terdapat hubungan bermakna sumber protein nabati dengan kejadian *stunting*. Balita yang mengonsumsi jenis protein nabati

yaitu kedelai memiliki resiko 4,49 kali lebih tinggi mengalami *stunting*. Makanan sumber nabati mengandung lebih rendah zat gizi mikro daripada sumber protein hewani, sehingga asupan makanan sumber hewani yang lebih tinggi berkaitan dengan penurunan *stunting* (Kaimila et al, 2019). Selain itu protein nabati memiliki asam fitat tinggi yang menghambat penyerapan zat besi dan seng (Schonfeldt et al, 2012).

Makanan sumber protein hewani mempunyai komposisi asam amino esensial yang lebih tinggi dibandingkan protein nabati dan meningkatkan penyerapan mineral seperti besi dan seng (Schonfeldt et al, 2012). Asupan seng dan besi membantu meningkatkan pertumbuhan balita. Seng dapat meningkatkan konsentrasi plasma IGF 1 yang memicu kecepatan pertumbuhan (Liu, 2018). Asam amino pada makanan sumber protein hewani dibutuhkan untuk sintesis dari beberapa hormon dalam tubuh, seperti hormon tiroid terdiri dari 1 asam amino. Hormon lain yang mempengaruhi pertumbuhan yaitu human growth hormon

(HGH), biasa disebut growth hormon atau hormon pertumbuhan (Soetjiningsih, 2016).

Penulis sudah melakukan sosialisasi Inovasi KAMU PENTING ini kepada Petugas Gizi di setiap Puskesmas Pembantu se-Kecamatan Kembangan. Inovasi ini sudah direplikasi dan terbentuk di setiap kelurahan se-kecamatan Kembangan. Khususnya di wilayah Srengseng hingga saat ini sudah terbentuk 3 kelas KAMU PENTING. Adapun hasil kegiatan yang sudah dilakukan di setiap kelurahan se-kecamatan Kembangan disajikan dalam bentuk tabel dibawah ini.



## Kesimpulan dan Saran

Kegiatan kelas edukasi melalui inovasi KAMU PENTING ini merupakan upaya tenaga kesehatan gizi (Nutrisionis) dalam rangka mencegah kejadian *stunting* di wilayah Kelurahan Srengseng khususnya hingga diseluruh wilayah kelurahan lain di Kecamatan Kembangan. Inovasi sudah direplikasi dan dilakukan secara kontinu yang memiliki dampak baik yaitu terjadi peningkatan pengetahuan ibu balita, status pertumbuhan balita dan perilaku makan protein hewani pada balita. Dengan demikian diharapkan inovasi ini mampu menurunkan angka *Stunting* di Kecamatan Kembangan dan semakin mendapat dukungan dari semua lintas sektor terkait.

## Daftar Pustaka

Aghadiati, et al., 2023. Hubungan Pengetahuan Ibu Terhadap Kejadian Stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Suhaid. *Journal of Healthcare Technology and Medicine* Vol. 9 No. 1 April 2023

Universitas Ubudiyah Indonesia e-ISSN : 2615-109X.

Dinkes Kesehatan Jakarta, 2022. Profil Kesehatan. Tersedia (<https://dinkes.jakarta.go.id/berita/profil/profil-kesehatan>).

Indra, D, Wulandari, 2013, Prinsip-Prinsip Dasar Ahli Gizi, Dunia Cerdas. Jakarta

Kaimila, Y., Divala, O., Agapova, S. E., Stephenson, K.B., Thakwalakwa, C., Trehan, I., Manary, M.J & Maleta, K.M. (2019). “Consumption of Animal Source Protein is Associated with Improved Height for Age Z Scores in Rural Malawian Children Aged 12-36 Months”. *Nutrients* 2019, 11, 480

Kementerian Kesehatan Indonesia. Survei Status Gizi Indonesia, 2022. Tersedia(<https://layanandata.kemkes.go.id/katalog-data/ssgi/ketersediaan-data/ssgi-2022>).

Liu, E., Pimpin, L., Shulkin, M., Kranz, S., Duggan, C.P., Mozaffarian, D & Fawzi,

- W.W. (2018). “Effect of Zinc Supplementation on Growth Outcomes in Children under 5 Years of Age”. Institutional Centers of Clinical and Translational Research, Boston Children’s Hospital, 300 Longwood Ave, Boston, MA 02115, USA. Nutrients.
- Nasrul Makdis, 2020. PENGGUNAAN E-BOOK PADA ERA DIGITAL. Al-Maktabah Vol.19, Mei 2020.
- Peraturan Presiden Nomor 72 Tahun 2021 Tentang Percepatan Penurunan Stunting. Tersedia (<https://peraturan.bpk.go.id/Details/174964/perpres-no-72-tahun-2021>)
- Schonfeldt, H.C., Gibson Hall, N. (2012). „Dietary Protein Quality and Malnutrition in Afrika. Department of Animal and Wildlife Sciences University of Pretoria South Afrika“. British Journal of Nutrition 108, S69-S76.
- Soetjiningsih. (2016). Tumbuh Kembang Anak. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Swarinastiti, D., Hardaningsih, G & Pratiwi, R. (2018). “Dominasi Asupan Protein Nabati Sebagai Faktor Resiko Stunting Anak Usia 2-4 Tahun” Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. Jurnal Kedokteran Diponegoro Vol 7, No 2.
- WHO. Stunting in nutshell [internet]. World Health Organization. 2015 [cited 2021 Jun 10]. Available from: <https://www.who.int/news/item/19-11-2015-stunting-in-a-nutshell>