

**PENYULUHAN TENTANG PENTINGNYA PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU  
TENTANG STATUS GIZI UNTUK MENURUNKAN ANGKA KEJADIAN  
STUNTING DI PUSKESMAS DELI TUA**

***Counseling On The Importance Of Improving Mothers' Knowledge About Nutritional  
Status To Reduce The Incidence Of Stunting At The Deli Tua Community Health  
Center***

**Hengki Frengki Manullang<sup>1</sup>, Fithri Handayani Lubis<sup>1</sup>**

<sup>1</sup> Dosen Institut Kesehatan Deli Husada Delitua

email: [hengkyheny@hahoo.com](mailto:hengkyheny@hahoo.com), [fithri.handa@gmail.com](mailto:fithri.handa@gmail.com)

**Abstract**

*A number of variables contribute to stunting in children. Family and household factors, the administration of breast milk (ASI), the administration of complementary food for breast milk (MP-ASI), and a history of infection are the factors that induce stunting, according to the World Health Organization (WHO). The mother's ignorance regarding healthy eating and lifestyle choices is one of the related family issues. Stunting in children can be caused by a multitude of things. The World Health Organization identifies a history of infection, conditions within the home and family, the availability of breast milk (ASI), and the provision of supplemental foods (MP-ASI) as the causes of stunting. When it comes to diet and health, one of the family aspects that matters is moms' lack of information. By educating themselves on the signs, consequences, and preventative measures of stunting, mothers may help keep their children healthy and so lower the prevalence of the condition. Stunting rates at the Deli Tua Community Health Center are statistically related to mothers' levels of education and their awareness of their children's nutritional status. The Deli Tua Community Health Center has the potential to enhance the utilization of posyandu and train cadres to combat stunting, with the aim of highlighting the importance of IEC in this respect. The Community Health Center is expected to play a crucial role in educating the community, particularly mothers, on stunting prevention and treatment. Mothers whose toddlers are stunted should make an effort to improve their own nutrition and way of life, and they should also seek out more information about stunting.*

**Keywords :** *maternal education level, maternal knowledge about nutritional status, stunting*

**Abstrak**

Stunting pada anak dapat disebabkan oleh banyak hal. Organisasi Kesehatan Dunia mengidentifikasi riwayat infeksi, kondisi dalam rumah dan keluarga, ketersediaan air susu ibu (ASI), dan penyediaan makanan tambahan (MP-ASI) sebagai penyebab stunting. Ketidaktahuan ibu tentang gizi dan kesehatan merupakan faktor keluarga yang signifikan. Stunting pada anak dapat disebabkan oleh banyak hal. Organisasi Kesehatan Dunia mengidentifikasi riwayat infeksi, kondisi dalam rumah dan keluarga, ketersediaan air susu ibu (ASI), dan penyediaan makanan tambahan (MP-ASI) sebagai penyebab stunting. Ketidaktahuan ibu tentang gizi dan kesehatan merupakan faktor keluarga yang signifikan. Dengan mendidik diri mereka sendiri tentang tanda-tanda, konsekuensi, dan tindakan pencegahan stunting, ibu dapat membantu menjaga anak-anak mereka tetap sehat dan dengan demikian menurunkan prevalensi kondisi tersebut. Di Pusat Kesehatan Deli Tua, kami menemukan korelasi antara tingkat stunting dan pendidikan ibu dan pemahaman tentang status gizi. Untuk lebih menekankan pada KIE tentang stunting, Puskesmas Deli Tua diharapkan dapat memperluas pemanfaatan posyandu dan membentuk kader pencegahan stunting. Selain itu, Puskesmas diharapkan dapat membekali masyarakat, khususnya ibu-ibu, untuk menanggulangi stunting melalui edukasi. Ibu-ibu yang bayinya mengalami stunting harus mengambil tindakan untuk memperbaiki gizi dan gaya hidup mereka sendiri, serta secara aktif mencari sumber daya yang terkait dengan stunting.

**Kata Kunci:** tingkat pendidikan ibu, pengetahuan ibu tentang status gizi, stunting

## I. PENDAHULUAN

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan pada tahun 2021 bahwa stunting memengaruhi 149,2 juta orang di seluruh dunia, atau 22% dari populasi. Di negara-negara berpenghasilan rendah seperti Indonesia, stunting merupakan masalah umum. Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) yang dilakukan pada tahun 2022 menunjukkan bahwa kejadian stunting turun dari 24,4% pada tahun 2021 menjadi 21,6% pada tahun 2022. Stunting memengaruhi persentase anak balita yang lebih kecil di Provinsi Sumatera Utara dibandingkan dengan wilayah lain di negara ini. Stunting dilaporkan sebesar 21,1% di Sumatera Utara dalam Survei Status Gizi Indonesia (SGI) 2022, turun 4,7% dari 25,8% pada tahun sebelumnya. Sementara itu, di Kabupaten Dairi angka stunting tercatat sebesar 28,6%, turun 5,6% dari tahun 2021 yang sebesar 34,2%. Di sisi lain, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menargetkan prevalensi stunting sebesar 25,37 persen atau lebih pada tahun 2023. Anak-anak dapat mengalami stunting karena berbagai penyebab. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), ada sejumlah variabel yang dapat menyebabkan terjadinya stunting. Variabel tersebut meliputi kondisi tempat tinggal dalam keluarga, akses terhadap ASI, ketersediaan zat gizi tambahan, dan riwayat infeksi. Salah satu contoh aspek keluarga yang dapat berdampak adalah kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi dan kesehatan. Stunting dapat berkurang jika ibu-ibu diberikan edukasi tentang gejala, dampak, dan metode pencegahan kondisi tersebut. Hal ini akan membantu mereka dalam membuat keputusan perawatan kesehatan yang lebih baik. Memberikan informasi yang cukup kepada ibu-ibu akan meningkatkan pemahaman mereka tentang pentingnya pencegahan stunting. Keakraban seorang ibu dengan stunting dapat bervariasi sesuai dengan tingkat pendidikannya (Kemenkes RI, 2019).

Pada dasarnya, pendidikan adalah segala sesuatu yang dilakukan seseorang untuk meningkatkan pengetahuan, pandangan, dan perilakunya demi masa kini dan masa depan. Olsa ED (2018) menyatakan bahwa tamatnya pendidikan dasar, menengah, dan tinggi merupakan tolok ukur keberhasilan pendidikan. Jika seseorang berpendidikan rendah, maka akan lebih sulit baginya untuk memperoleh arahan, namun jika berpendidikan tinggi, maka akan memperoleh pengetahuan yang lebih tinggi karena akan memperoleh informasi yang lebih banyak. Ibu yang berpendidikan rendah akan lebih sulit menerima arahan dalam hal pemberian gizi yang cukup kepada anaknya. Selain itu, ibu tersebut sering kali tidak percaya akan pentingnya pemberian gizi yang cukup kepada anaknya maupun pentingnya pelayanan kesehatan lain yang mendukung tumbuh kembang anaknya (Kusumawati, 2021).

Tingkat pendidikan dan pemahaman ibu mempengaruhi faktor lain yang menyebabkan perilaku stunting. Penelitian yang dilakukan di Kecamatan Nanggalo, Kota Padang oleh Olsa ED, dkk. (2018) menemukan bahwa sikap dan pengetahuan ibu tentang prevalensi stunting pada anak yang baru masuk sekolah dasar saling berhubungan. Hal tersebut dikemukakan dalam konteks penelitian yang dilakukannya di Kecamatan Nanggalo. Menurut penelitian yang dilakukan di Nigeria, terdapat korelasi yang cukup besar antara tingkat pendidikan ibu dengan prevalensi stunting pada anak usia di bawah tiga tahun. Perempuan dengan tingkat pendidikan yang tinggi lebih mungkin membuat pilihan yang akan meningkatkan status gizi dan kesehatan anak secara keseluruhan (Wright K, et al, 2018).

## II. METODE

Sambutan disampaikan oleh ketua tim kepada hadirin setelah pembacaan teks sebagai pembuka acara. Di Puskesmas Deli Tua, seluruh ibu yang anaknya tinggal di sekitar Puskesmas diundang untuk hadir dan mengikuti demonstrasi serta arisan yang bertujuan untuk mengedukasi masyarakat tentang pentingnya meningkatkan pemahaman ibu tentang status gizi anak guna menekan angka stunting. Selain itu, mereka juga diberi kesempatan untuk mengikuti sesi tanya jawab. Sebagai sarana untuk mengamalkan ilmu yang telah diperoleh dari keikutsertaan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, diharapkan masyarakat dapat menyampaikan demonstrasi yang telah dilakukan kepada sahabat atau keluarga terdekat. Sebagai penutup kegiatan pengabdian masyarakat ini, panitia juga menyelenggarakan doa bersama secara berjamaah.

## III. HASIL

### 1. Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian

Agar dapat memberikan gambaran singkat tentang pelaksanaan kegiatan ini, maka dapat dijabarkan menjadi tiga langkah. Sebelum dilakukan penyuluhan, langkah pertama yang

dilakukan adalah mengetahui tingkat kesadaran orang tua terhadap pencegahan penularan TBC dalam keluarga. Hal ini dilakukan sebelum dilakukan penyuluhan. Tahap kedua adalah pemberian informasi kepada masyarakat tentang pencegahan penularan TBC dalam keluarga. Setelah proses penyuluhan selesai, tahap ketiga adalah mengetahui tingkat pengetahuan yang dimiliki masyarakat.

## 2. Analisis Hasil Kegiatan

Seperti yang terlihat dari banyaknya pertanyaan yang diajukan selama konsultasi dan sesi tanya jawab mengenai Pentingnya Peningkatan Pengetahuan Ibu Tentang Status Gizi Untuk Menurunkan Angka Kejadian Stunting di Puskesmas Deli Tua, ibu yang menjadi responden dalam kegiatan PKM ini menyatakan bahwa mereka tertarik dan penasaran dengan topik tersebut. Selain itu, jawaban yang menggembirakan diperoleh dari ibu yang menjadi responden kegiatan ini. Lebih jauh, beberapa individu ini menyuarakan keinginan agar kegiatan serupa dapat dilakukan secara berkala.

## IV. PEMBAHASAN

Menurut Kanah (2020), status gizi merupakan suatu kondisi yang diklasifikasikan berdasarkan derajat kebutuhan tubuh terhadap kalori dan zat gizi lain yang diperoleh dari konsumsi makanan dan memiliki pengaruh yang nyata terhadap tubuh. Salah satu unsur yang dapat dideteksi pada individu adalah status gizinya. Ada sejumlah faktor langsung yang memengaruhi, antara lain jumlah dan jenis makanan yang dikonsumsi, serta status infeksi. Status gizi juga dapat diartikan sebagai kondisi fisik individu atau kelompok individu yang ditentukan oleh satu atau kombinasi parameter gizi tertentu (Supriasa, I. D., dkk., 2019).

United Nations Children's Fund (UNICEF) mengidentifikasi tiga faktor utama yang berkontribusi terhadap perkembangan masalah gizi pada balita. Faktor-faktor tersebut disebut sebagai penyebab langsung, penyebab tidak langsung, dan penyebab dasar. Konsumsi zat gizi yang tidak mencukupi dan tertular penyakit infeksi merupakan penyebab langsung. Konsumsi makanan yang tidak mencukupi atau konsumsi makanan yang tidak menyediakan zat gizi yang dibutuhkan tubuh dapat menyebabkan kekurangan asupan zat gizi. Sementara itu, penyakit virus menyebabkan kerusakan pada fungsi berbagai organ, yang mengakibatkan tubuh tidak mampu menyerap nutrisi dengan benar. Faktor tidak langsung mencakup hal-hal seperti tantangan ketersediaan pangan, praktik pengasuhan anak, sanitasi, dan layanan kesehatan dasar. Bencana alam dan krisis politik, sosial, dan ekonomi lainnya merupakan faktor penyebab utama. Status gizi anak di bawah usia lima tahun rentan terhadap krisis ini karena dapat memengaruhi ketersediaan pangan, pola asuh keluarga, dan ketersediaan fasilitas kesehatan dan sanitasi (Majestika, 2018).

Malnutrisi selama tahun-tahun pembentukan anak dapat bermanifestasi sebagai stunting, suatu kondisi di mana tinggi badan seseorang di bawah rata-rata untuk usianya. Untuk mengetahuinya, Anda harus mengukur tinggi badan atau panjang badan anak, membandingkannya dengan usianya, lalu mencari tahu artinya dengan membandingkan hasilnya dengan nilai standar yang relevan. Anak yang mengalami stunting adalah mereka yang tinggi badannya lebih dari dua standar deviasi lebih rendah dari kriteria pertumbuhan rata-rata untuk anak-anak dengan usia dan jenis kelamin yang sama, sebagaimana ditetapkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) (Purbowati et al., 2021).

Gizi yang tidak memadai, terutama pada anak-anak yang mengalami stunting, dapat membatasi perkembangan fisik mereka, yang dapat menimbulkan dampak buruk jangka panjang. Anak-anak yang bertubuh pendek lebih mungkin tumbuh menjadi orang dewasa dengan ciri-ciri seperti kesehatan yang buruk, tingkat pendidikan dan bakat yang lebih rendah, dan peningkatan risiko terkena penyakit tidak menular. Kapasitas produksi masa depan suatu negara dipengaruhi, antara lain, oleh fakta bahwa anak-anak yang mengalami stunting merupakan sumber potensial sumber daya manusia berkualitas rendah yang diakui secara umum (UNICEF, 2020).

Kondisi yang dikenal dengan istilah stunting terjadi ketika tinggi badan seseorang jauh lebih rendah dibandingkan tinggi badan rata-rata orang seusianya. Sebagian besar, stunting disebabkan oleh kekurangan gizi yang terus-menerus dan penyakit yang berulang yang terjadi pada seribu hari pertama kehidupan (HPK) (Kusumawati dkk, 2021).

Apabila kekurangan gizi terjadi dalam jangka waktu yang lama, mulai dari janin dalam kandungan hingga awal kehidupan anak (seribu hari pertama kelahiran), maka bayi akan

mengalami kekurangan gizi. Sanitasi lingkungan sekitar yang kurang memadai, kurangnya akses terhadap makanan yang sehat dan bergizi, kurangnya konsumsi vitamin dan mineral yang seharusnya dibutuhkan oleh ibu hamil, serta kurangnya asupan makanan dari sumber hewani merupakan faktor-faktor yang menyebabkan kondisi ini. Banyak orang yang beranggapan bahwa kondisi tubuh anak yang kecil merupakan faktor keturunan (genetik) yang diturunkan dari kedua ibu. Akibatnya, masyarakat hanya menerima begitu saja tanpa melakukan upaya apa pun untuk mencegahnya. Padahal, jika dibandingkan dengan faktor perilaku, lingkungan sosial, ekonomi, budaya, dan layanan kesehatan, faktor genetika merupakan faktor kesehatan yang paling kecil pengaruhnya terhadap kesehatan seseorang. Bisa dikatakan bahwa stunting merupakan masalah yang masih dapat dicegah dan diatasi. (Hizriyani dkk, 2021).

Seseorang memperoleh pengetahuan melalui pendidikan, pengalaman, dan informasi yang diterimanya dari media massa. Banyaknya informasi yang dimiliki seseorang akan memengaruhi sikap dan cara pandangnya. Seseorang akan kesulitan mengambil keputusan jika tidak memiliki pengetahuan yang memadai, dan akan sulit pula baginya untuk menemukan solusi atas permasalahan yang sedang terjadi. Untuk mencegah anak-anaknya mengalami masalah gizi, ibu yang memiliki pengetahuan yang baik akan mampu memengaruhi sikap dan perilakunya dalam menentukan jumlah makanan yang dikonsumsi anak-anaknya (Notoatmodjo, 2021).

## 5. KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Dalam hal ini, informasi memiliki dampak yang signifikan terhadap prevalensi stunting. Memperoleh pengetahuan dapat dilakukan melalui berbagai cara, termasuk tetapi tidak terbatas pada brosur, poster, penyuluhan, dan tentu saja internet. Misalnya, penyebaran informasi, komunikasi, dan edukasi tentang stunting melalui media sosial, pembuatan blog, situs web, dan platform daring lainnya merupakan contoh bagaimana internet dapat digunakan secara efektif untuk memberikan edukasi tentang stunting. Hal ini dimungkinkan oleh kemajuan teknologi yang telah terjadi dalam beberapa tahun terakhir.

Puskesmas dapat membentuk kader stunting dengan bermitra dengan organisasi masyarakat dan pemerintah daerah untuk meningkatkan pengetahuan ibu. Hal ini akan memungkinkan Puskesmas untuk dengan mudah menjangkau masyarakat untuk memberikan informasi dan konseling edukasi tentang stunting. Hal ini akan memungkinkan ibu yang memiliki balita untuk memiliki pemahaman yang baik tentang stunting dan dapat mencegah situasi stunting.

### Saran

- 1) Perlu ditingkatkan pendistribusian materi, metode, dan teknologi yang digunakan dalam pelaksanaan penyuluhan Pentingnya Peningkatan Pengetahuan Ibu Tentang Status Gizi Untuk Menurunkan Angka Kejadian Stunting di Puskesmas Deli Tua agar tercapai tujuan peningkatan pemahaman masyarakat, khususnya ibu yang memiliki balita dapat dibuat lebih menarik dengan menggunakan gambar atau video yang dapat memberikan gambaran umum tentang cara mencegah penularan TBC dalam keluarga. Hal ini dapat dilakukan dengan menyajikan informasi dengan cara yang unik.
- 2) Perlu dilakukan edukasi kepada masyarakat umum, khususnya ibu yang memiliki balita dengan riwayat stunting dan mengikuti kegiatan ini, tentang pentingnya berbagi informasi yang diperoleh selama mengikuti kegiatan ini. Tujuannya adalah untuk menjamin bahwa informasi yang diterima juga dapat bermanfaat bagi masyarakat secara keseluruhan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Kanah, P. (2020). Hubungan pengetahuan dan pola konsumsi dengan status gizi pada mahasiswa kesehatan. *Medical Technology and Public Health Journal*, 4 (2). <https://doi.org/10.33086/mtphj.v4i2.1199>
- Kementerian Kesehatan RI. Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022. 2023;1–7.
- Kusumawati E, Rahardjo S, Sari HP. Model Pengendalian Faktor Risiko *Stunting* pada Anak Bawah Tiga Tahun. *Kesmas Natl Public Heal J*. 2015; 9(3):249.
- Majestika, Septikasari. (2018). Status Gizi dan Faktor yang Mempengaruhi. Yogyakarta.UNY Pres. 21-24
- Notoatmodjo, S. (2021). Ilmu Perilaku Kesehatan. PT Rineka Cipta
- Olsa ED, Sulastris D, Anas E. (2018). Hubungan Sikap dan Pengetahuan Ibu Terhadap Kejadian *Stunting* pada Anak Baru Masuk Sekolah Dasar di Kecamatan Nanggalo. *J Kesehat Andalas*. 2018;6(3):523.
- Supriasa, D. N., & Purwaningsih, H. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian *stunting* pada balita di kabupaten malang . *E-jurnal Inovasi dan Pembangunan Daerah*.
- UNICEF, (2020), Situasi Anak Di Indonesia - Tren, Peluang, Dan Tantangan Dalam Memenuhi Hak-Hak Anak. *Unicef Indonesia*, 8–38.
- WHO. (2021). *Childhood Stunting: Context, Causes and Consequences WHO Conceptual Framework*. WHO. 2021;9(2):27-45.