

PENGABDIAN MASYARAKAT

Mencegah Stunting pada 1000 Hari Pertama Kehidupan pada Masyarakat Kelurahan Pasar Merah Barat

Bincar Robinson¹, Shahrul Rahman²

¹ Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

² Departemen Penyakit Dalam, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Email korespondensi: binsarhutasuhut51@gmail.com

Abstrak: Masalah gizi di Indonesia seperti masalah kekurangan gizi dan kelebihan gizi. Beban gizi ganda ataupun *Double Burden of Malnutrition* (DBM) adalah keadaan ko-eksistensi antara kekurangan gizi maupun kelebihan gizi makronutrien ataupun mikronutrien pada sepanjang kehidupan. Stunting ialah kondisi gagal pada pertumbuhan pada anak akibat kekurangan gizi kronis sehingga anak akan terlalu pendek pada seusianya. Asupan energi dan zat gizi yang tidak atau kurang memadai, maupun penyakit infeksi adalah salah satu faktor faktor yang sangat berperan pada masalah stunting. Pemerintah di Indonesia sudah meluncurkan “Gerakan 1.000 Hari Pertama Kehidupan” yang dikenal juga sebagai 1.000 HPK (Hari Pertama Kehidupan) Gerakan yang bertujuan untuk mempercepat perbaikan gizi untuk memperbaiki kehidupan anak-anak di Indonesia pada masa mendatang. Tumbuh kembang anak sangat perlu diperhatikan setelah dua tahun, karena tumbuh kejar masih akan berkembang sampai usia anak usia pubertas. Ada tiga fase dalam tumbuh kembang, fase pertama perlambatan tajam pada komponen bayi mempresentasikan pada pertumbuhan fetal, fase kedua perlambatan perlahan komponen anak yang dimulai dari paruh kedua pada masa bayi dan berlanjut sampai maturitas, dan fase ketiga pubertas dimana pertumbuhan anak akan berlanjut. Pada tiap fase regulator hormon berbeda, sehingga intervensi gizi yang diberikan harus spesifik. Bisa di disimpulkan perbaikan pada dalam tumbuh kembang anak setelah masa gagal tumbuh awal masih bisa diintervensi untuk mencegah gagal tumbuh pada anak.

Kata Kunci: Stunting, Tumbuh Kejar, 1000 HKPE

PENDAHULUAN

Pemerintah di Indonesia meluncurkan "Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan" yang di kenal juga sebagai 1000 HPK. Masa 1000 Hari Pertama Kelahiran (HPK), yang
 JURNAL IMPLEMENTA HUSADA
Jurnal.umsu.ac.id/index.php/JIH

berawal sejak saat konsepsi hingga anak mencapai usia 2 tahun, merupakan masa paling kritis untuk memperbaiki perkembangan fisik dan kognitif anak.

Kejadian balita Stunting (pendek) adalah

E-ISSN :2722-0877

permasalahan gizi paling sering dihadapi oleh Indonesia, terjadi pada anak-anak laki-laki maupun perempuan. Stunting adalah masalah kesehatan yang perlu untuk ditangani secara serius. Stunting merupakan kondisi dimana tinggi badan yang lebih pendek/rendah dibandingkan dengan tinggi badan orang lain pada seusianya. Stunting atau tinggi/Panjang badan terhadap usia yang rendah digunakan sebagai indikator malnutrisi kronik yang digambarkan riwayat kurang gizi balita dalam jangkawaktu yang lama.^{1,2}

Balita yang berusia dibawah 2 tahun yang mengalami stunting akan memiliki dampak berupa taraf kecerdasan yang tidak maksimal, akan mengakibatkan anak lebih rentan dalam terkena penyakit dan pada masa yang akan datang bisa berisiko menurunnya taraf produktivitas. Pada akhirnya, stunting dapat merusak pertumbuhan ekonomi, meningkatkan kemiskinan dan memperlebar ketimpangan.^{3,4}

Masalah stunting adalah permasalahan gizi yang dihadapi dunia khususnya negara miskin dan berkembang. Stunting adalah kegagalan pertumbuhan yang diakibatkan akumulasi ketidakcukupan nutrisi yang berlangsung lama dimulai dari kehamilan sampai dengan usia 24 bulan. Ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan tingginya kejadian stunting pada balita. Hal yang berhubungan pada kejadian stunting berupa status gizi, masalah kesehatan pada anak, kebiasaan mengkonsumsi makan makanan instan, dan tinggi badan ibu. Ada beberapa hal yang dapat mencegah pencegahan stunting berupa pantangan dalam makanan,

riwayat konsumsi tablet besi selama kehamilan, riwayat antenatal care yang rutin, riwayat penyakit penyerta yang selalu dikontrol selama kehamilan, riwayat pemberian asi eksklusif, sanitasi air yang bersih, dan lingkungan perokok yang dihindari.^{5,6}

Selain itu dalam pencegahan stunting, ada upaya yang perlu dilakukan yaitu pencegahan selama 1000 hari pertama kehidupan dan penanggulangan melalui pengasuhan dan pendidikan berkelanjutan. Dalam upaya kesehatan ibu, maka diperlukan peran lain dalam upaya penyediaan tenaga kesehatan, penyediaan pelayanan kesehatan, ketersediaan farmasi dan alat kesehatan, pembiayaan kesehatan dan didukung oleh manajemen program kesehatan ibu. Prevalensi kejadian balita pendek di Indonesia cenderung statis. Begitu juga dengan prevalensi jumlah balita stunting di Rengat Barat dimana beberapa desa masih dengan prevalensi diatas target nasional tahun 2024 yakni 14%. Atas kejadian ini merupakan suatu pencapaian namun juga suatu tantangan tersendiri dalam mempertahankan penekanan angka stunting. Namun tidak bisa dipungkiri bahwa hal ini tetap menjadi risiko khususnya ibu yang kurang mendapatkan edukasi dan gizi yang kurang selama kehamilan dan melahirkan khususnya pada 1000 hari pertama selama kehidupan.^{7,8}

Melalui program gerakan masyarakat (Germas), terdapat 7 langkah Germas yang jadi panduan dalam menjalani pola hidup yang lebih sehat antara lain berupa :

1) Melakukan aktifitas fisik

E-ISSN :2722-0877

2) Makan buahan dan sayur

3) Cek kesehatan yang berkala

Perlu adanya program yang terintegrasi dan multisectoral agar meningkatkan pendapatan keluarga, pendidikan ibu, pengetahuan gizi ibu, dan pemberian ASI eksklusif untuk menanggulangi kejadian stunting. Ada juga factor sanitasi yang tidak baik memiliki pengaruh terhadap kejadian stunting pada balita dan memiliki risiko mengalami stunting hingga sebesar 5,0kali. Sanitasi yang tidak baik adalah factor dominan terhadap risiko anak untuk mengalami stunting.^{9,10}

Makin tinggi tingkat pendidikan, pengetahuan dan keterampilan maka kemungkinan makin baik tingkat dalam ketahuan pangan keluarga, makin baik pola pengasuhan anak, makin mengerti waktu yang tepat dalam memberikan asi bagi bayi serta orang tua akan mengerti dampak yang ditimbulkan jika bayi mengalami gangguan gizi. Stunting adalah predictor buruknya mutu sumber daya manusia yang diterima secara luas, berikutnya mengurangi kemampuan produktif sesuatu bangsa di masa yang akan datang.⁵

Maka daripada itu tujuan dari jurnal ini adalah memberikan sumbangsih pemikiran berdasarkan ilmu pengetahuan dalam masalah pengembangan kualitas kesehatan manusia, dengan tujuan memberitahukan keadaan masyarakat akan bahaya dari stunting dan cara pencegahan serta deteksi agar tidak terjadi stunting pada masyarakat Pasar Merah Barat melalui edukasi.

METODE

JURNAL IMPLEMENTA HUSADA
Jurnal.umsu.ac.id/index.php/JIH

Kegiatan ini dilaksanakan di kelurahan pasar merah barat pada tanggal 30 agustus 2022. Metode yang digunakan dalam upaya pencegahan stunting adalah dengan meningkatkan edukasi terhadap masyarakat pasar merah barat. Edukasi dilakukan melalui sarana atau media informasi elektronik maupun non- elektronik. Media informasi elektronik digunakan yakni membuat dan menyebarkan video informasi mengenai stunting, sedangkan media informasi non elektronik yang digunakan adalah menyebar brosur informasi mengenai stunting dan banner informasi mengenai stunting. Hal ini dilakukan untuk mengingat masih terdapat masyarakat yang belum mengerti teknologi informasi elektronik.

HASIL

Salah satu bentuk dalam upaya pencegahan stunting adalah dengan pendidikan yang ditujukan kepada ibu dalam perubahan perilaku peningkatan kesehatan dan gizi keluarga. Kegiatan pencegahan stunting melalui edukasi pada masyarakat kelurahan pasar merah barat diawali dengan diskusi yang dilakukan secara terbuka bersama kepala kelurahan pasar merah barat. Diskusi terbuka bertujuan untuk memperoleh pembekalan ilmu mengenai stunting serta data-data yang berkaitan dengan tingkat stunting yang ada di Kelurahan Pasar Merah Barat. Langkah selanjutnya yang dilakukan untuk mengedukasi masyarakat kelurahan pasar merah barat mengenai stunting. Pendidikan kesehatan tidak cukup dengan memberikan informasi secara tertulis maupun ceramah saja, dibutuhkannya beberapa

E-ISSN :2722-0877
metode dan mediayang tepat agar meningkatkan pengetahuan masyarakat. Oleh sebab itu, Langkah selanjutnya kami melakukan penyuluhan dengan cara membuat dan menyebarkan video edukasi mengenai stunting. Pembuatan video tersebut bertujuan agar memberikan informasi kepada calon orang tua ataupun memberikan pengertian dan penyebab stunting, ciri-ciri stunting, dan pencegahan agar tidak terdampak stunting dan informasi penting lainnya.

Tidak hanya melalui penyuluhan melalui penyebaran video edukasi, kami melakukan penyuluhan menggunakan media lain seperti brosur dan banner stunting. Tujuan untuk memberikan informasi kepada calon orang tua ataupun mengenai pengertian dan penyebab stunting, ciri-ciri stunting, akibat dan efek dari stunting, serta pencegahan agar tidak terdapat stunting. Penyebaran brosur stunting dilakukan di posyandu kelurahan pasar merah barat.

Pola asuh orang tua juga ambil peran penting dalam pencegahan stunting. Pola asuh orang tua merupakan interaksi orang tua terhadap anaknya baik dalam hal mendidik maupun memberikan contoh yang baik dengan tujuan agar anak bisa mendapatkan kemampuan sesuai dengan tahap perkembangannya. Pola asuh dari diskusi tersebut kami dapat orang tua merupakan bentuk dan proses dari interaksi yang terjalin antara orang tua dan anak yang bisa memberikan pengaruh terhadap perkembangan dari kepribadian anak.

Pada serangkaian kegiatan ini mempunyai tujuan untuk menekan angka stunting dengan

berfokus pada edukasi masyarakat. Dengan adanya pelaksanaan kegiatan ini kami berharap bisa memberikan sumbangsih pemikiran berdasarkan ilmu pengetahuan dalam masalah pengembangan kualitas dari Kesehatan manusia, dalam artian memberitahukan masyarakat akan bahaya dari stunting dan cara mencegah serta mendeteksi agar tidak terjadi stunting.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat kelurahan pasar merah barat, kami telah melakukan berbagai rangkaian kegiatan dengan meningkatkan edukasi terhadap masyarakat kelurahan pasar merah barat. Edukasi ke masyarakat dilakukan dengan cara media informasi elektronik maupun non elektronik dengan cara menyebar video edukasi, penyebaran brosur dan pembuatan banner mengenai stunting dengan tujuan agar menekankan angka kejadian stunting serta memberikan informasi mengenai stunting kepada masyarakat kelurahan pasar merah barat. Selain hal tersebut juga diperlukan peran pemerintah setempat agar mengadakan program yang terintegrasi yang bisa meningkatkan pendapatan dari keluarga, Pendidikan serta pengetahuan ibu mengenai gizi, pemberian ASI eksklusif agar kejadian stunting pada balita bisa teratasi. Hal ini dikarenakan penanganan dengan merencanakan program dengan tepat sasaran, bisa membantu negara dan mengurangi kemiskinan karena rendahnya pendapatan akibat stunting.

E-ISSN :2722-0877
UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar besarnya kepada pihak yang turut bersedia untuk menambahkan/memperkaya informasi dan pengetahuan untuk dituangkan dalam laporan ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Apriluana, G., & Fikawati, S (2018). Analisis Faktor-Faktor Risiko terhadap Kejadian Stunting pada Balita (0-59 Bulan) di Negara Berkembang dan Asia Tenggara. *Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, 28(4), 247–256. <https://doi.org/10.22435/MPK.V28I4.472>
2. Arsyati, A. M. (2019). Pengaruh Penyuluhan Media Audiovisual Dalam Pengetahuan Pencegahan Stunting Pada Ibu Hamil di Desa Cibatok 2 Cibungbulang. *Promotor*, 2(3), 182–190. <http://ejournal.uikabogor.ac.id/index.php/PRO MOTOR/article/view/1935>
3. Ekayanthi, N. W. D., & Suryani, P.(2019). Edukasi Gizi pada Ibu Hamil Mencegah Stunting pada Kelas Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan*, 10(3),312. <https://doi.org/10.26630/jk.v10i3.1389>
4. Handayani, D.S., Sulastri,A., Mariha, T., & Nurhaeni, N.(2017). Penyimpangan Tumbuh Kembang Anak dengan Orang Tua Bekerja. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 20(1), 48–55. <https://doi.org/10.7454/JKI.V20I1.439>
5. Kemenkes. (2018). Cegah Stunting dengan Perbaikan Pola Makan, Pola Asuh dan Sanitasi – Sehat Negeriku. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilismedia/20180407/18254>
6. . Shahrul Rahman & Elman Boy (2020). Edukasi Kelompok Prolanis Dalam Pencegahan Covid 19. *Jurnal Pandu Husada*. No.1 Vol.3 Bulan Juli. DOI: <https://doi.org/10.30596/jph.v1i3.4943>
7. Rahman S. *Pengobatan Hipertofi Prostat Non Operatif.*; 2019.
8. Rahman S, Pradido R. The anxiety symptoms among chronic kidney disease patients who undergo hemodialysis therapy. *International Journal of Public Health Science (IJPHS)*. 2020;9(4):181-185. doi:10.11591/ijphs.v9i4
9. Ariani R, Rahman S, Annisa, Syhputra E, Sinaga N, Dewi FP. Ragam Penanganan Dan Pencegahan Covid-19 Di Rumah Sakit Dan Klinik Primer (FK UMSU Mengabdi.); 2021.
10. Farmatera B, Kedokteran F, Rahman S, al Anas M. CASE REPORT Treatment of Adult Intussusception with Non-Operative Management: A Case Report. *Vol 6.*; 2021. http://jurnal.umsu.ac.id/index.php/buletin_farmatera
11. Dalimunte NA, Rahman S. Efek Jus Buah Jambu Biji Merah (*Psidium guajava L.*) Terhadap Kadar HDL Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. *JURNAL PANDU HUSADA*. 2020;1(4):232. doi:10.30596/jph.v1i4.5565
12. Rahman S. *Studi Pendahuluan Pengaruh Alpukat Terhadap Profil Lemak Di Poli Penyakit Dalam Klinik Iman.*; 2016.
13. Devi S, Rahman S. HUBUNGAN LAMA MENJALANI TERAPI HEMODIALISIS DENGAN

E-ISSN :2722-0877

KUALITAS HIDUP PASIEN
PENYAKIT GINJAL KRONIK DI
RUMAH SAKIT KHUSUS GINJAL
RASYIDA. Vol 6.; 2022.

Puskesmas.; 2021.

14. Rahman S. Tatalaksana Hemodialisis
Pada Anak Dan Bayi. Vol 47.; 2020.

15. Sri Rejeki A, Rahman S. HUBUNGAN
TINGKAT PENGETAHUAN DAN
SIKAP PESERTA PROLANIS
DIABETES MELLITUS TIPE 2
TERHADAP KEPATUHAN
PROTOKOL KESEHATAN COVID -
19 DI KLINIK IMAN. JURNAL
ILMIAH MAKSITEK. 2021;6.

16. Aslya D, Sinaga S, Rahman S.
PESERTA PROLANIS DIABETES
MELITUS TIPE 2 DI KLINIK IMAN.
Published online 2021.

17. Fadhil M, Murlina N, Yenita, Rahman
S. PROFIL PASIEN DEMAM TIFOID
DAN PENGOBATAN DI BAGIAN
PENYAKIT DALAM RUMAH
SAKIT PIRNGADI MEDAN TAHUN
2016. JURNAL ILMIAH SIMANTEK.
2021;5.

18. Santika K, Rahman S.
FAKTORPENYEBAB PENYAKIT
GINJAL KRONIK PADA PASIEN
YANG MENJALANI TERAPI
HEMODIALISIS DI UNIT
HEMODIALISIS RUMAH SAKIT
KHUSUS GINJAL RASYIDA
MEDAN TAHUN 2019. URNAL
ILMIAH SIMANTEK . 2021;5.

19. Rahman S. CAUSATIVE FACTORS
OF CHRONIC KIDNEY DISEASE IN
PATIENS WITH HEMODIALYSIS
THERAPY Shahrul Rahman. Jurnal
Kesehatan Masyarakat . Published
online 2019.

20. Nurfadly, Rahman S, Hatta muhammad,
Hendra S. 14 Bekal Dasar Dokter