



Nutrition Education to Prevent Stunting in Children of Elementary School of Kartika Bunda

Edukasi Gizi sebagai Bentuk Pencegahan Stunting pada Siswa TK Kartika Bunda

Risti Kurnia Dewi*, Muhammad Agung Satriya

Departemen Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Andalas. Kampus Limau Manis, Padang, 25163, Indonesia

*Corresponding author: ristikurniadewi@ph.unand.ac.id

Received: July 10, 2024

Accepted: December 16, 2024

Published: December 30, 2024

Keywords:

children,
education,
nutrition, stunting

ABSTRACT

Stunting, which is a condition that disrupts growth, is currently still a problem in Indonesia, including Padang City. One way to overcome stunting is through nutrition education which aims to increase participants' knowledge in order to achieve behavioural changes towards a more positive direction. In this community service, the location of the activity was carried out at Permata Bunda Kindergarten, Padang with the main target being parents and teachers. The material presented was about stunting and also balanced nutrition eating behaviour, using lecture delivery methods and the distribution of leaflets and posters. The post-test results showed a significant increase ($p < 0.001$) of 3 points in participants' nutritional knowledge. These results indicate that the nutrition education provided can have a positive impact on participants' nutritional knowledge. In the future, it is hoped that nutrition education can be implemented more widely, increasing public awareness of the importance of nutrition, so that the prevalence of stunting in children can be reduced.

Kata Kunci:

anak-anak, edukasi,
gizi, stunting

ABSTRAK

Stunting merupakan suatu kondisi gangguan pertumbuhan, saat ini masih menjadi permasalahan di Indonesia termasuk di Kota Padang. Salah satu langkah untuk mengatasi stunting ialah melalui edukasi gizi yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan peserta sehingga terjadi perubahan perilaku ke arah yang lebih positif. Pada pengabdian ini, kegiatan dilaksanakan di TK Permata Bunda, Padang dengan sasaran utama ialah orang tua siswa dan guru. Materi yang disampaikan mengenai stunting dan juga perilaku makan gizi seimbang dengan metode penyampaian secara ceramah serta pembagian leaflet dan poster. Hasil post-test menunjukkan adanya kenaikan secara signifikan ($p < 0,001$) sebesar 3 poin pada pengetahuan gizi peserta. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi gizi yang diberikan dapat memberikan dampak positif pada pengetahuan gizi peserta. Tahap selanjutnya, diharapkan edukasi gizi dapat dilaksanakan secara masif. Dengan begitu, masyarakat akan semakin memahami dan sadar akan pentingnya gizi, sehingga prevalensi stunting pada anak dapat berkurang.

PENDAHULUAN

Stunting didefinisikan sebagai suatu kondisi tinggi atau panjang badan seorang anak/balita lebih pendek dibandingkan dengan anak/balita lain seusianya yang didasarkan pada indeks Tinggi Badan menurut Umur (TB/U) (Kemenkes, 2018 dan (WHO, 2014)). Stunting menandakan anak memiliki angka Standar Deviasi (SD) di bawah -2 SD dan biasanya terjadi pada saat anak berada di 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) yang memiliki dampak jangka panjang seperti gangguan kognitif dan perkembangan fisik, mengurangi produktivitas, kelemahan sistem kekebalan tubuh, dan meningkatkan risiko degeneratif saat dewasa seperti Diabetes Melitus (DM) dan penyakit jantung (Li et al., 2023; Mertens et al., 2023; Soliman et al., 2021).

Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi balita stunting di Indonesia adalah 21,5%. Angka ini turun sedikit dari 21,6% pada tahun 2022 menurut Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022. Artinya ditemukan sekitar 1 dari 5 balita di Indonesia mengalami stunting dengan mayoritas ditemukan pada kelompok usia 24-35 bulan. Data ini menunjukkan bahwa selama satu dekade terakhir telah terjadi penurunan angka stunting, namun belum sampai memenuhi target yang ditetapkan oleh pemerintah yaitu 14% di tahun 2024. Sumatera Barat menjadi salah satu provinsi di Indonesia yang mengalami penurunan prevalensi balita stunting pada tahun 2022 berada di angka 25,2% menjadi 23,6% di tahun 2023. Akan tetapi di salah satu kota di Sumatera Barat tepatnya Kota Padang, prevalensi balita yang mengalami stunting meningkat dari 19,5% di tahun 2022 menjadi 24,2% di tahun 2023 (Kemenkes, 2022; Kemenkes, 2023).

Indonesia telah melakukan berbagai upaya dalam mencegah dan menanggulangi stunting baik dari sektor kesehatan dengan melakukan intervensi spesifik, maupun sektor non kesehatan dengan melakukan intervensi sensitif (Bappenas, 2018). Beberapa upaya yang dilakukan untuk mencegah dan menanggulangi stunting adalah pemberian makanan tambahan bagi ibu hamil Kurang Energi Kronik (KEK), suplementasi tablet tambah darah, promosi dan konseling menyusui dan Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA), hingga edukasi mengenai stunting, dampaknya dan pentingnya gizi seimbang (Kemensetneg, 2020). Salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya stunting adalah karena masalah gizi kronis pada anak/balita yang tidak mendapatkan asupan gizi yang adekuat, dan dapat disebabkan karena orang tua/keluarga belum memahami pentingnya memberikan asupan makanan sesuai kebutuhan dan usia balita/anak (Lestari & Kristiana, 2018). Ibu dengan tingkat pendidikan yang rendah umumnya lebih sulit untuk menerima hal-hal baru dan lebih bergantung kepada informasi yang diberikan oleh orang tuanya meskipun informasi tersebut sudah tidak relevan atau tidak ada fakta penelitian yang mendasarinya (Krisnana et al., 2020). Di samping itu Ibu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi dan lebih paham mengenai gizi yang baik, dapat memberikan kebutuhan yang tepat dan makanan yang baik untuk mendukung tumbuh kembang anak. Pemahaman yang baik dari ibu dapat menginisiasi aksi pencegahan yang baik untuk menghadapi ancaman malnutrisi pada anak (Rahmadiyah et al., 2018).

Berdasarkan data prevalensi stunting yang meningkat di Kota Padang dan informasi mengenai faktor penyebab terjadinya stunting, tim melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi kepada orang tua dari siswa/i balita di TK Kartika Bunda, Kota Padang. TK ini dipilih karena berada salah satu wilayah Puskesmas dengan kasus stunting balita yang cukup tinggi, yaitu Puskesmas Andalas. Selain itu, TK Kartika Bunda juga belum pernah menerima edukasi sebelumnya. Edukasi yang diberikan terkait dengan penyebab stunting pada balita, dampak stunting pada balita, dan pentingnya gizi seimbang pada balita. Tujuan dari dilaksanakannya edukasi ini adalah peningkatan skor pengetahuan gizi orang tua siswa siswi TK sebagai salah satu upaya untuk mengatasi stunting pada balita, sehingga nantinya orang tua lebih paham akan pentingnya kebutuhan zat gizi pada anak.

Karena selama ini jarang sekali edukasi mengenai stunting yang diberikan kepada orang tua siswa siswi TK, yang menyebabkan banyaknya praktik pemberian makan yang salah pada anak.

METODE

Kegiatan edukasi dilaksanakan secara luring (tatap muka) pada tanggal 27 April 2024. Kegiatan berlokasi di TK Kartika Bunda, Kota Padang. TK Kartika Bunda Padang dipilih karena sebelumnya belum pernah memperoleh edukasi gizi. Bahkan gurunya pun menyampaikan banyak yang tidak memiliki pengetahuan mengenai gizi. Hal ini terlihat dari bekal yang diberikan pada anak – anak yang sebagian besar tinggi kalori dan gula seperti mie instan ataupun *cookies* komersil.

Peserta pada kegiatan ialah orang tua dari siswa/i TK beserta guru – guru sebanyak 25 peserta. Peserta guru dipilih secara purposif yaitu semua guru TK Kartika Bunda yang berjumlah 4 orang. Sementara orang tua siswa dipilih secara acak oleh kepala sekolah TK Kartika Bunda.

Kegiatan pengabdian dilaksanakan selama 1 hari dengan durasi penyampaian materi selama 3 jam. Selain penyampaian materi, juga disebarkan leaflet serta poster. Hal ini bertujuan untuk lebih meningkatkan pemahaman materi peserta. Pemahaman peserta sendiri diukur menggunakan kuesioner terstruktur terkait pengetahuan gizi yang sebelumnya telah dikembangkan dan telah digunakan oleh peneliti pada kegiatan sebelumnya. Kuesioner tersebut akan diisi oleh peserta sebanyak 2 kali. Saat awal (*pre-test*) untuk mengetahui pengetahuan gizi awal peserta dan saat akhir (*post-test*) untuk melihat perubahan pengetahuan gizi peserta setelah edukasi. Hasil akan dikelompokkan menjadi pengetahuan baik jika skor benar >80%, pengetahuan sedang jika skor benar 60-80%, dan rendah jika skor benar <60%. Pemahaman juga diukur secara deskriptif dengan menghitung delta peningkatan skor pengetahuan yang diperoleh dari pengisian kuesioner. Selanjutnya juga dilakukan uji *paired t-test* untuk melihat seberapa signifikan peningkatan pengetahuan peserta.

Kegiatan pengabdian ini memiliki 3 tahapan pelaksanaan yang secara lengkap disajikan sebagai berikut:

1. Persiapan kegiatan yang terdiri dari peninjauan lokasi dan audiensi dengan mitra yaitu pihak TK Kartika Bunda untuk meminta izin melaksanakan kegiatan edukasi di lokasi mitra, serta mengurus segala perihal administrasi. Kemudian mempersiapkan seluruh perlengkapan penunjang yang diperlukan untuk kegiatan.
2. Pelaksanaan kegiatan edukasi yang terdiri dari: a) *pre-test* yang diberikan kepada peserta, (b) penyampaian materi dengan metode ceramah oleh narasumber mengenai *stunting* dan gizi seimbang yang dibarengi dengan pembagian leaflet dan poster, (c) diskusi dan tanya jawab antara peserta dengan narasumber, dan diakhiri dengan (d) *post-test* untuk menilai efektivitas kegiatan.
3. Penutupan kegiatan dan pelaporan berupa dokumentasi hasil kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

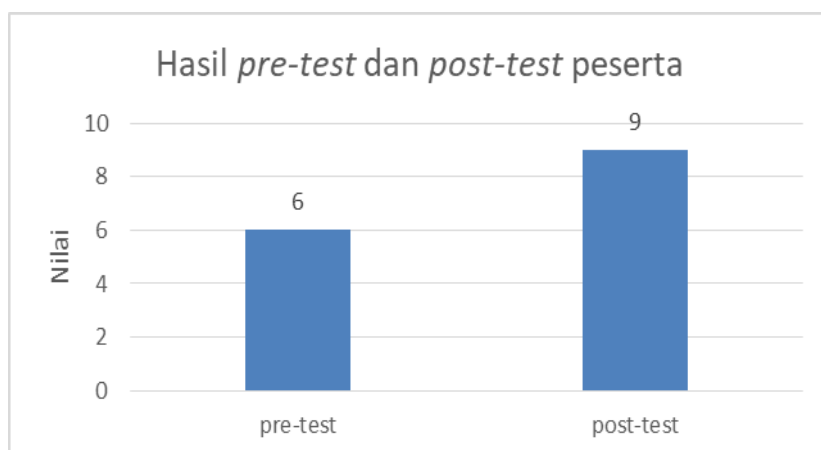
Edukasi merupakan suatu proses menyebarkan informasi baru dengan harapan adanya perubahan perilaku pada khalayak sasaran. Edukasi gizi merupakan suatu bentuk edukasi spesifik terkait informasi – informasi gizi. Masyarakat yang awalnya tidak tahu menjadi tahu dan sadar akan pentingnya gizi. yang bertujuan untuk menyadarkan

masyarakat dan merubah perilaku sasaran ke arah yang lebih baik sehingga masalah gizi dapat dicegah maupun diatasi (Dewi, et al., 2023b) .

Pengabdian ini memilih edukasi gizi sebagai bentuk intervensi utama dalam upaya pengentasan masalah *stunting* pada anak. Edukasi dilaksanakan pada tanggal 27 April 2024 bertempat di TK Permata Bunda, Padang. Sasaran utama pada pengabdian kali ini ialah orang tua siswa TK Permata Bunda. Orang tua memiliki peran yang besar dalam pemenuhan gizi anak. Hal ini dikarenakan anak – anak masih sangat bergantung pada orang tua untuk mempersiapkan makanan. Selain itu, edukasi juga menyasar guru – guru TK Permata Bunda. Guru – guru juga memiliki peran yang besar terhadap gizi anak, karena setengah waktu dari anak – anak dihabiskan di sekolah, sehingga guru juga wajib memiliki pengetahuan gizi yang baik untuk memantau jajanan yang dibeli anak – anak ketika bersekolah.

Edukasi gizi dilaksanakan melalui metode ceramah. Selain itu dibagikan *leaflet* serta poster. Pencampuran metode ketika edukasi diyakini dapat lebih mengefektifkan hasil seperti yang telah ditunjukkan beberapa penelitian terdahulu (Grassi et al., 2016). Materi edukasi yang diberikan berkaitan dengan pengenalan umum *stunting* dan dampak – dampaknya. Selain itu juga disampaikan bagaimana cara pencegahan *stunting*. Pada kesempatan ini juga disampaikan materi mengenai gizi seimbang. Banyak dari orang tua siswa dan guru yang hanya mengetahui tentang 4 sehat 5 sempurna dan tidak mengetahui mengenai gizi seimbang, padahal 4 sehat 5 sempurna sudah tidak lagi relevan dengan perkembangan ilmu saat ini. Materi selanjutnya mengenai MP-ASI dan bagaimana pola pemberian makan yang baik bagi anak – anak. Banyak orang tua yang mengeluhkan bahwa anak-anaknya lebih suka jajanan dan tidak mau mengonsumsi sayur dan buah.

Edukasi yang dilaksanakan diawali dengan pengisian *pre-test* Pada kegiatan ini peserta diberikan 10 pertanyaan mengenai *stunting* dan juga praktik gizi seimbang. Setiap item pertanyaan yang dijawab benar oleh peserta akan diberikan nilai 1 sehingga total skor menjadi 10. Pada akhir kegiatan peserta juga diminta untuk mengisi *post-test*. Hal ini bertujuan untuk melihat efektivitas jalannya edukasi. Hasil analisis *pre-test* dan *post-test* tersaji pada grafik berikut.



Gambar.1 Hasil *pre-test* dan *post-test* peserta

Grafik menunjukkan bahwa rata – rata skor pengetahuan gizi responden sebelum edukasi sebesar 6 poin. Hal ini menunjukkan bahwa sebelum edukasi rata- rata peserta memiliki tingkat pengetahuan gizi yang tergolong sedang. Edukasi ternyata memberikan dampak yang cukup terhadap tingkat pengetahuan peserta, Hal ini ditunjukan melalui adanya peningkatan sebesar 3 poin, sehingga rata – rata akhir *post-test* (setelah edukasi) sebesar 9 poin. Hal ini menunjukkan bahwa setelah edukasi tingkat pengetahuan gizi responden sudah tergolong tinggi (Khomsan, 2022).

Hasil *pre-test* dan *post-test* responden juga diuji beda menggunakan *paired T-test* untuk melihat signifikansi dampak edukasi. Hasil uji *paired T-test* juga menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan ($p < 0,001$) terkait pengetahuan gizi responden sebelum dan sesudah pemberian edukasi. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi yang dilaksanakan ternyata berdampak positif dan efektif dalam peningkatan pengetahuan gizi responden. Hasil ini pun didukung oleh hasil – hasil sebelumnya yang menunjukkan adanya peningkatan secara signifikan terhadap pengetahuan gizi responden setelah edukasi (Dewi et al., 2020; Dewi, et al., 2023b) . Diharapkan responden akan semakin paham pentingnya gizi utamanya dalam pencegahan *stunting* dan semakin sadar akan bahayanya. Lebih jauh lagi diharapkan responden juga mengubah perilakunya ke arah yang lebih positif sehingga tercapai perbaikan gizi.

Penelitian terdahulu telah banyak menunjukkan bahwa edukasi ternyata tidak hanya dapat meningkatkan pengetahuan tapi juga sikap sarannya. Lebih jauh lagi ternyata edukasi juga dapat mengubah perilaku khalayak sasaran (Dewi, et al., 2023a). Hasil tersebut juga terlihat pada peserta edukasi. Tidak hanya pengetahuan saja yang telah meningkat, perubahan sikap peserta ke arah lebih positifpun juga terlihat. Hal ini terlihat dari antusiasme peserta pada saat proses tanya jawab. Peserta pun juga meminta adanya kegiatan lanjutan di kemudian hari. Utamanya terkait pelatihan – pelatihan makanan bergizi seimbang yang disukai anak – anak berbahan pangan lokal. Hal ini menunjukkan adanya keinginan peserta untuk juga berpraktik ke arah yang lebih baik. Praktik yang baik dapat tercapai ketika pengetahuan sudah baik dan sikap juga telah positif. Hasil – hasil tersebut diharapkan semakin mendorong praktik yang baik terutama terkait praktik gizi seimbang anak, sehingga masalah *stunting* dapat teratasi.



Gambar.2. Proses diskusi dengan peserta

KESIMPULAN

Edukasi gizi ternyata secara signifikan efektif meningkatkan pengetahuan gizi responden. Ke depannya, tim pengabdian akan bekerja sama dengan pihak sekolah untuk melaksanakan kegiatan edukasi pada responden yaitu orang tua siswa secara berkala. Diharapkan hal ini dapat menjadi awal dalam perbaikan perilaku gizi responden ke arah yang lebih baik, sehingga masalah gizi dapat teratasi dan dicegah. Pemerintah juga diharapkan semakin gencar dalam melakukan edukasi gizi pada masyarakat dan semakin gencar menyebarkan informasi terkait gizi guna mengatasi permasalahan gizi utamanya *stunting* di Indonesia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih penulis sampaikan pada Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Andalas atas hibah pendanaan yang telah diberikan melalui DIPA FKM Unand dengan Nomor Kontrak 18/SPK/PN-UNAND/FKM/Unand-2024.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, R. K., Firdaus, Izati, A. N., Wahyuni, P. S., & Ismarnaini. (2023). Edukasi Emo-Demo kepada kader kesehatan sebagai upaya promosi 1000 HPK di Wilayah Kerja Puskesmas Pangkalan Kabupaten Lima Puluh Kota. *Logista*, 7(1).
- Dewi, R. K., Mahmudiono, T., Yuniar, C. T., Zebadia, E., Sahila, N., Wijanarko, M. A. V., Haliman, C. D., Adrianus, R., & Tang, S. G. H. (2023). Nutrition education has significant impact on perceived barriers to healthy diet among adults with and without COVID-19 history. *Journal of Public Health in Africa*, 14(11), 2430. <https://doi.org/10.4081/jphia.2023.2430>
- Dewi, R. K., Rahmy, H. A., Firdaus, & Symond, D. (2020). *Pelatihan daring emo demo pada kader kesehatan puskesmas pangkalan dalam rangka penanggulangan anemia pada ibu hamil*. 4(2), 298–304.
- Grassi, E., Evans, A., Ranjit, N., Pria, S. D., & Messina, L. (2016). Using a mixed-methods approach to measure impact of a school-based nutrition and media education intervention study on fruit and vegetable intake of Italian children. *Public Health Nutrition*, 19(11), 1952–1963. <https://doi.org/DOI: 10.1017/S1368980015003729>
- Kemenkes. (2022). Buku Saku Hasil Survey Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022. *Kemenkes*, 1–154.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Profil Kesehatan Indonesia 2018*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia 2023*.
- Kementerian PPN/ Bappenas. (2018). Pedoman Pelaksanaan Intervensi Penurunan Stunting Terintegrasi di Kabupaten/Kota. *Rencana Aksi Nasional Dalam Rangka Penurunan Stunting: Rembuk Stunting, November*, 1–51.
- Kementerian Sekretariat Negara Republik Indonesia. (2020). Peta Jalan Percepatan Pencegahan Stunting Indonesia 2018-2024. *TP2AK Sekretariat Wakil Presiden Republik Indonesia*, 1–24.
- Khomsan, A. (2022). *Screen Shot 2024-08-22 at 16*. IPB Press.
- Krisnana, I., Pratiwi, I. N., & Cahyadi, A. (2020). The relationship between socio-economic factors and parenting styles with the incidence of stunting in children. *Systematic Reviews in Pharmacy*, 11(5), 738–743. <https://doi.org/10.31838/srp.2020.5.106>
- Lestari, W., & Kristiana, L. (2018). Stunting : Studi Konstruksi Sosial Masyarakat Perdesaan Dan Perkotaan Terkait Gizi Dan Pola. *Aspirasi:Jurnal Masalah-Masalah Sosial*, 9(1), 17–33.

- Li, S., Nor, N. M., & Kaliappan, S. R. (2023). Long-term effects of child nutritional status on the accumulation of health human capital. *SSM - Population Health*, 24, 101533. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2023.101533>
- Mertens, A., Benjamin-Chung, J., Colford, J. M., Coyle, J., van der Laan, M. J., Hubbard, A. E., Rosete, S., Malenica, I., Hejazi, N., Sofrygin, O., Cai, W., Li, H., Nguyen, A., Pokpongkiet, N. N., Djajadi, S., Seth, A., Jung, E., Chung, E. O., Jilek, W., ... Consortium, T. K. C. G. (2023). Causes and consequences of child growth faltering in low-resource settings. *Nature*, 621(7979), 568–576. <https://doi.org/10.1038/s41586-023-06501-x>
- Rahmadiyah, D. C., Setiawan, A., & Fitriyani, P. (2018). Responsive Feeding-Play (Resfeed-Play) Intervention on Children Aged 6-24 Months with Malnutrition. *Jurnal Ners*, 13(1), 24–30. <https://doi.org/10.20473/jn.v13i1.4610>
- Soliman, A., Sanctis, V., Alaaraj, N., Ahmed, S., Alyafei, F., Hamed, N., & Soliman, N. (2021). Early and Long-term Consequences of Nutritional Stunting: From Childhood to Adulthood. *Acta Bio-Medica: Atenei Parmensis*, 92, 2021168. <https://doi.org/10.23750/abm.v92i1.11346>
- WHO. (2014). *Global Nutrition Targets 2025 Stunting Policy Brief*. <https://doi.org/10.7591/cornell/9781501758898.003.0006>

@2024 Dewi & Satriya

This is an open access article licensed under the terms of a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0>).