

## PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN KETERAMPILAN IBU BALITA DALAM DETEKSI STUNTING DAN PENENTUAN STATUS GIZI

Galih Purnasari<sup>1)</sup>, Yoswenita Susindra<sup>2)</sup>  
<sup>1,2</sup> Jurusan Kesehatan, Politeknik Negeri Jember  
email: wenisusindra@gmail.com

Doi : [https:// 10.30787/gemassika.v6i2.591](https://10.30787/gemassika.v6i2.591)

Received: Agustus 2020 | Revised: Februari 2021 | Accepted: Nopember 2022

### Abstract

*Stunting was a disruption growth problems because of deficiency nutritional intake in a long periode and unappropriate feeding practice. Riskesdas stated that Bondowoso's stunting rate was still the third highest in East Java. The stunting rate in Bondowoso was 38% of total childrens under five, meanwhile the threshold determined by WHO was 20%. This activity aimed to increase the knowledge about stunting and skills to determine the toddler's nutritional status of the mother in TK Kartika IX-37 Bondowoso. This activity was conducted among 35 toddler's mother in TK Kartika IX-37 Bondowoso. The details of the activity were (1) education about stunting;(2) demonstration about anthropometry measurement and read the Z score curve; (3) education about determined the appropriate source of protein. The results of this activity showed an increased in knowledge related to stunting and appropriate protein source for children growth, evidenced by the mothers were able to answer and demonstrated anthropometry measurement correctly.*

**Keywords:** *stunting; determination of nutrional status; protein*

### PENDAHULUAN

*Stunting* adalah salah satu masalah kurang gizi kronis berupa gangguan pertumbuhan akibat asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama dan pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi (Gibney *et al.*, 2009). Program pembangunan kesehatan yang dicanangkan oleh pemerintah untuk tahun 2015-2019 menjadikan *stunting* sebagai salah satu fokus program. Indonesia termasuk dalam 17 negara di antara 117 negara yang mempunyai tiga masalah gizi, yaitu *stunting*, *wasting* dan *overweight* pada balita (Haddad *et al.*, 2015). Prevalensi *stunting* di Indonesia juga lebih tinggi dibandingkan Myanmar, Vietnam, Malaysia, Thailand, dan Singapura (Kemenkes, 2016). Data Riset Kesehatan

Dasar (Riskesdas) menyebutkan angka *stunting* di Bondowoso masih nomor tiga tertinggi se-Jawa Timur. Angka *stunting* di Bondowoso 38 persen dari jumlah balita yang ada, yang artinya masih melebihi ambang batas yang ditentukan oleh WHO yaitu sebesar 20%.

Pada masa gestasi (kehamilan) dan pada 2 tahun pertama kehidupan anak atau pada masa 1000 hari pertama kehidupan seringkali terjadi kegagalan pertumbuhan. Buruknya gizi selama kehamilan, masa pertumbuhan dan masa awal kehidupan anak dapat menyebabkan anak menjadi *stunting* (Dewey and Begum, 2011). Kondisi gizi buruk pada 1000 hari pertama kehidupan anak akan menimbulkan konsekuensi yang permanen (Nyaradi *et al.*, 2013). Jika anak terpapar lingkungan yang merugikan pada masa ini,

akibatnya anak tidak dapat mengejar pertumbuhannya (Dewey and Begum, 2011). Sementara itu, status gizi di masa balita diketahui berkaitan erat dengan aspek perkembangan balita tersebut (Muflihatin, Purnasari and Swari, 2018). Berdasarkan kriteria *World Health Organization* (WHO), *stunting* ditunjukkan dengan indikator skor-Z tinggi badan menurut umur (TB/U) kurang dari -2 untuk standar deviasi (SD) (WHO, 2010)

Perbedaan tinggi badan anak yang *stunting* dengan anak yang normal pada anak usia dibawah 5 tahun biasanya kurang disadari karena tidak terlihat signifikan (Hendricks, 2005). Salah satu solusi alternatif untuk menekan generasi *stunting* ialah dengan memperbaiki gizi ibu hamil dan optimalisasi pengetahuan ibu mengenai gizi. Pengetahuan keluarga yang minim mengenai gizi terutama pada ibu diketahui merupakan faktor risiko *stunting* (Ni`mah Khoirun and Nadhiroh, 2015; Mugianti *et al.*, 2018). Ibu dengan pendidikan tinggi tidak selalu mengetahui bahwa anaknya mengalami *stunting*. Penelitian Mugianti (2018) menunjukkan bahwa ibu dengan pendidikan tinggi tidak ada yang mengetahui bahwa anaknya mengalami *stunting*, ibu dengan pendidikan menengah sejumlah 3,2% (1 ibu) mengetahui anak *stunting* karena keturunan sedangkan pada ibu dengan pendidikan rendah diperoleh 6,5% (2 ibu) mengetahui bahwa anaknya mengalami *stunting* karena makanannya kurang. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan dalam deteksi *stunting* dan menentukan status gizi balita merupakan hal penting. Pengendalian *stunting* membutuhkan perubahan paradigma dari intervensi yang

hanya terfokus pada bayi dan balita menjadi intervensi yang menyentuh ibu beserta keluarga serta memperbaiki lingkungan dan gizi (Danaei *et al.*, 2016). Ketidaktahuan ibu dapat menyebabkan kesalahan pemilihan makanan terutama untuk anak balita. Peningkatan pengetahuan dan kesadaran akan sikap dan tindakan seorang ibu dalam pemilihan makanan yang sehat bagi balita dapat dilakukan dengan program kesehatan masyarakat salah satunya dengan memberikan pendidikan kesehatan (Andarmoyo, 2015). Protein adalah zat gizi yang esensial dalam pertumbuhan. Asupan protein yang kurang pada balita akan mengakibatkan terhambatnya pertumbuhan dan kematangan tulang (Oktarina and Sudiarti, 2014)

Mitra dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah TK Kartika IX-37 Bondowoso. Kelompok sasarnya adalah ibu wali murid dari siswa TK Kartika IX-37 Bondowoso. Kegiatan dalam pengabdian ini adalah penyuluhan mengenai *stunting* dan pengukuran antropometri, pemilihan sumber protein yang tepat, dan demonstrasi pengukuran tinggi badan dan berat badan yang dilanjutkan dengan cara membaca tabel skor-Z. Penyuluhan dipilih karena merupakan salah satu upaya dalam pendidikan kesehatan. Penelitian Kisman (2020) menunjukkan adanya pengaruh penyuluhan dengan metode simulasi terhadap tingkat pengetahuan ibu tentang *stunting* di Wilayah Kerja Puskesmas Bonerombo (Kisman *et al.*, 2020). Simulasi dalam kegiatan ini berupa demonstrasi pengukuran tinggi badan dan berat badan oleh ibu balita yang dilanjutkan dengan cara membaca tabel skor-Z. Demonstrasi ini

Peningkatan Pengetahuan dan Ketram... 113

diharapkan dapat meningkatkan keterampilan ibu balita dalam mendeteksi *stunting*. Usai kegiatan, ibu balita akan dibekali dengan *file* grafik skor-Z sehingga dapat menentukan status gizi anaknya secara mandiri di rumah.

Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu balita dalam mendeteksi *stunting* dan menentukan status gizi balita. Dengan demikian, *stunting* pada balita dapat segera ditangani dengan baik. Kegiatan penyuluhan dan demonstrasi ini diharapkan dapat dilaksanakan secara berkala sebagai penyegaran pada ibu balita. Mengingat pengukuran antropometri dan membaca tabel skor-Z merupakan ketrampilan (*skill*) yang harus terus dipraktikkan agar tidak lupa.

#### **MASALAH, TARGET DAN LUARAN**

Berdasarkan survei lapangan di Kecamatan Bondowoso, permasalahan *stunting* pada balita masih cukup tinggi yang disebabkan karena beberapa hal yaitu kurangnya pengetahuan dan keterampilan ibu balita dalam deteksi *stunting* dan menentukan status gizi balita. Persoalan prioritas yang dihadapi mitra adalah ketidaktahuan ibu balita dalam menentukan status gizi balita. Keterbatasan pengetahuan ibu ini mengakibatkan perilaku makan yang salah (menganggap *snack* merupakan pengganti makanan pokok) dan tidak dapat menentukan status gizi balita. Banyak ibu tidak menyadari anaknya mengalami hambatan dalam tumbuh kembang.

Pihak mitra juga menyampaikan belum pernah mendapatkan edukasi mengenai *stunting* dan bagaimana cara mengenali

*stunting* dengan mengukur berat badan dan tinggi badan.

Oleh karena itu, kegiatan pengabdian ini memiliki target yang harus dicapai yaitu adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu balita dalam mendeteksi *stunting* dan menentukan status gizi balita, serta lebih selektif dalam pemilihan bahan makanan. Terutama sumber protein sebagai upaya pemenuhan kebutuhan gizi anak dalam masa pertumbuhan. Luaran dari kegiatan ini adalah poster pengukuran antropometri anak dengan tepat dan poster kurva skor-Z untuk memudahkan ibu maupun guru di TK dalam menentukan status gizi balita.

Luaran poster memiliki keunggulan yaitu desain yang menarik dan mudah dipahami oleh ibu maupun guru TK. Poster juga ditempel di beberapa tempat di sekolah sebagai pengingat ibu dan guru untuk mengukur antropometri anak secara teratur.

#### **METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan bulan Agustus 2019 di Kecamatan Bondowoso, Kabupaten Bondowoso. Metode pengumpulan data pada pengabdian ini dilakukan secara primer dan sekunder. Primer untuk mengetahui pengetahuan ibu mengenai *stunting* dan gambaran umum bagaimana pola asuh makan ibu, yang nantinya akan berkaitan dengan hasil pengukuran status gizi, sehingga kami dapat memberikan edukasi yang sesuai dengan permasalahan kesehatan gizi pada ibu balita, pengumpulan data yang dilakukan secara sekunder, yaitu didapat dari data sekolah mengenai jumlah murid, kemudian Peningkatan Pengetahuan dan Ketrampilan... 114

permasalahan kesehatan gizi anak yang diketahui oleh guru.

Teknik pengambilan subjek dalam pengabdian masyarakat ini adalah dengan menggunakan Teknik *total sampling* yaitu sebanyak 35 ibu balita. Dalam satu kelas dengan rentan usia murid 3-4 tahun. Analisis data dilakukan untuk melihat perubahan pengetahuan ibu balita dari *pre test* sebelum penyuluhan ke *post test* yaitu sesudah penyuluhan.

Teknik kegiatan penyuluhan dilakukan secara tatap muka atau dengan ceramah yang meliputi: penjelasan materi, demonstrasi mengenai cara mengukur tinggi badan dan menimbang berat badan yang benar, praktik mengimplementasikan hasil mengukur TB dan BB ke dalam kurva indikator stunting (kurva skor-Z), diskusi dan tanya jawab, serta yang terakhir evaluasi sebagai tahapan indikator keberhasilan terlaksananya kegiatan pengabdian dengan melihat ibu balita mampu melakukan pengukuran antropometri dengan tepat, mampu menginterpretasikan hasil pengukuran berdasarkan tabel skor-Z, dan mampu menentukan status gizi balita.

#### **HASIL PEMBAHASAN**

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan di TK Kartika IX-37 Bondowoso, dengan sasaran ibu wali murid dari siswa TK Kartika IX-37 Kecamatan Bondowoso, Kabupaten Bondowoso, yang berjumlah 35 orang. Tim pengusung kegiatan memberikan kontribusi dalam kegiatan Pengabdian Masyarakat sesuai kepakarannya masing-masing.

Kegiatan Pengabdian Masyarakat yang dilakukan meliputi:

1. **Persiapan**, yang meliputi survei lokasi guna memperoleh data primer dan sekunder mengenai kondisi masyarakat yang ada di Kecamatan Bondowoso, mengurus surat perizinan, serta menyiapkan alat dan bahan yang diperlukan saat penyuluhan.

#### **2. Pelaksanaan dan evaluasi**

##### **a. Penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita mengenai pengertian, penyebab dan dampak stunting**

Pemahaman sasaran awalnya dilakukan dengan cara tes lisan dan tes tertulis berupa *pre test* dan *post test*. Tes lisan dilakukan dengan narasumber menanyakan secara langsung pemahaman sasaran tentang *stunting* sebelum dan sesudah (*post test*) penyuluhan. Begitu pula tes tertulis yang dilakukan sebelum (*pre test*) dan sesudah (*post test*) penyuluhan. Sebagian sasaran mengatakan bahwa mereka pernah mendengar istilah *stunting*, dan sebagian lagi belum pernah mendengar istilah tersebut. Salah satu sasaran mengatakan bahwa ia mengkhawatirkan status gizi anaknya karena anaknya tergolong pendek dan kecil dibanding teman sebayanya. Beberapa jawaban sasaran saat ditanya mengenai *stunting* sebelum penyuluhan antara lain:

*“Kalau anak pendek iya Saya tau, stunting tidak tau.”*

*“Stunting itu yang anaknya badannya pendek ya, Mbak?”*

*“Iya, jadi saya khawatir anak Saya itu stunting. Dibandingkan teman-*

*temannya dia tergolong kecil, pendek gitu. Kakak-kakaknya tidak ada yang kecil, besar semua badannya.”*

Hasil *pre test* dan *post test* pengetahuan yang secara tertulis dilakukan pada ibu balita tampak pada tabel berikut:

Tabel 1. Distribusi frekuensi *pre test* dan *post test* pengetahuan.

No	Variabel	Penyuluhan	
		<i>Pre Test</i>	<i>Post Test</i>
Pengetahuan :			
1	Baik	5 (14,3%)	20 (57,1%)
2	Cukup	18 (51,4%)	8 (22,9%)
3	Kurang	12 (34,3%)	7 (20%)
Total		35 (100%)	35 (100%)

Hasil *pre test* menunjukkan pengetahuan dengan kategori cukup menjadi yang tertinggi yaitu 51,4%, ibu balita dengan kategori pengetahuan kurang yaitu 34,3%. Setelah diberikan penyuluhan, jumlah ibu yang tergolong memiliki pengetahuan baik meningkat dari 14,3% menjadi 57,1%.

Peningkatan pengetahuan dalam deteksi *stunting* dan menentukan status gizi balita merupakan hal penting. Pengendalian *stunting* membutuhkan perubahan paradigma dari intervensi yang hanya terfokus pada bayi dan balita menjadi intervensi yang menyentuh ibu beserta keluarga serta memperbaiki lingkungan dan gizi (Danaei *et al.*, 2016)



**Gambar 1.** Narasumber menjelaskan mengenai *stunting* kepada sasaran

**b. Demonstrasi untuk meningkatkan keterampilan ibu balita dalam mengukur antropometri dan membaca tabel skor-Z**



**Gambar 2.** Narasumber mempraktikkan pengukuran tinggi badan yang benar

Narasumber menjelaskan melalui praktik pengukuran berat badan dan tinggi badan serta cara membaca tabel skor-Z di hadapan sasaran. Selanjutnya evaluasi ketrampilan sasaran dalam mengukur antropometri dan membaca tabel skor-Z dilakukan dengan cara meminta beberapa sasaran melakukan demonstrasi atau praktik langsung. Demonstrasi atau praktik langsung membuat sasaran lebih memahami cara mengukur berat badan dan tinggi badan anak dengan benar. Serta dapat membaca atau memetakan hasil pengukuran tadi ke dalam tabel skor-Z untuk menentukan status gizi anak.

Dalam praktik pengukuran berat badan, tinggi badan dan membaca tabel skor-Z ini alat dan bahan difasilitasi oleh tim pengusung. Yaitu berupa timbangan berat badan, stiker tinggi badan, dan tabel skor-Z. Tabel skor-Z ini juga disediakan dalam bentuk file sehingga dapat dikirimkan secara *online* bagi sasaran.



Gambar 3. Evaluasi praktik membaca tabel skor-Z.

**c. Penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita dalam menentukan sumber protein yang tepat.**

Pemahaman sasaran mengenai sumber protein yang tepat dievaluasi dengan cara melontarkan pertanyaan lisan saat materi sedang diberikan. Antara lain, sasaran diminta memilih satu di antara dua gambar sumber protein hewani. Protein hewani mana yang masih dalam kondisi baik. Pertanyaan lainnya mengenai bagaimana cara mengolah telur ayam yang benar sehingga kandungan protein dalam telur tidak terdegradasi.



Gambar 4. Narasumber sedang menyampaikan materi menentukan sumber protein hewani yang tepat.

Kuantitas dan kualitas dari asupan protein memiliki efek terhadap level plasma insulin *growth factor* I (IGF-I) dan juga terhadap protein matriks tulang serta

faktor pertumbuhan yang berperan penting dalam formasi tulang (Salem *et al.*, 2013). Selain itu, pemenuhan kebutuhan zat gizi mikro yang berkualitas berkaitan erat dengan konsumsi protein, terutama protein hewani dalam kaitannya dengan mengatasi masalah gizi mikro terutama mineral zat besi, zink, selenium, kalsium, dan vitamin B12, yang berkaitan terhadap masalah *stunting* (Hardinsyah, Riyadi and Napitupulu, 2012).

## SIMPULAN DAN SARAN

### 1. Kesimpulan

- Meningkatnya pengetahuan ibu balita tentang pengertian, penyebab dan dampak *stunting*
- Meningkatnya keterampilan ibu balita dalam mengukur antropometri (tinggi badan dan berat badan) dan membaca tabel skor-Z sebagai upaya mendeteksi *stunting*.
- Meningkatnya pengetahuan ibu balita dalam memilih sumber protein yang tepat serta mengolahnya.

### 2. Saran

Kegiatan semacam ini perlu dilakukan secara rutin oleh TK dan dilanjutkan dengan praktik pembuatan makanan serta *snack* gizi seimbang untuk anak balita.

## REFERENSI

Andarmoyo, S. (2015) 'Pemberian Pendidikan Kesehatan Melalui Media Leaflet Efektif Dalam Peningkatan Pengetahuan Perilaku Pencegahan Tuberculosis Paru Di Kabupaten Ponorogo', in. Ponorogo: Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Peningkatan Pengetahuan dan Ketram... 117

- Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
- Danaei, G. *et al.* (2016) 'Risk Factors for Childhood Stunting in 137 Developing Countries: A Comparative Risk Assessment Analysis at Global, Regional, and Country Levels', pp. 1–18. doi: 10.1371/journal.pmed.1002164.
- Dewey, K. G. and Begum, K. (2011) 'Long-term consequences of stunting in early life', 7, pp. 5–18. doi: 10.1111/j.1740-8709.2011.00349.x.
- Gibney, M. J. *et al.* (2009) *Gizi Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Kedokteran EGC.
- Haddad, L. *et al.* (2015) 'The Global Nutrition Report 2014: Actions and Accountability to Accelerate the World's Progress on Nutrition', *Journal Nutrition*, 145(4), p. 6630671. doi: 10.3945/jn.114.206078.
- Hardinsyah, Riyadi, H. and Napitupulu, V. (2012) 'Kecukupan energi, protein, lemak dan karbohidrat', *Departemen Gizi FK UI, 2004(Wnpg 2004)*, pp. 1–26.
- Hendricks, K. M. (2005) *Manual of Pediatric Nutrition Third Edition*. Toronto: BC Decker.
- Kemenkes (2016) *Situasi Balita Pendek*. Jakarta.
- Kisman *et al.* (2020) 'Pengaruh pemberian metode penyuluhan terhadap pengetahuan ibu balita tentang stunting', *Media Gizi Pangan*, 27(1), pp. 86–97.
- Muflihatin, I., Purnasari, G. and Swari, S. J. (2018) 'Analisis Perkembangan Motorik Kasar Balita Ditinjau dari Status Gizi Berdasarkan WHO di TK Bayangkara Polres Jember ISSN : 2354-5852', 6(1), pp. 13–17.
- Mugianti, S. *et al.* (2018) 'Faktor penyebab anak stunting usia 25-60 Bulan di Kecamatan Sukorejo Kota Blitar', *Jurnal Ners dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 5(3), pp. 268–278. doi: 10.26699/jnk.v5i3.art.p268-278.
- Ni'mah Khoirun and Nadhiroh, S. R. (2015) 'Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita', *Media Gizi Indonesia*, 10(1), pp. 13–19. Available at: <http://e-journal.unair.ac.id/index.php/MGI/article/view/3117/2264>.
- Nyaradi, A. *et al.* (2013) 'The role of nutrition in children's neurocognitive development, from pregnancy through childhood', *Frontiers in Human Neuroscience*, 7(MAR), pp. 1–16. doi: 10.3389/fnhum.2013.00097.
- Oktarina, Z. and Sudiarti, T. (2014) 'Faktor Risiko Stunting Pada Balita (24–59 Bulan) Di Sumatera', *Jurnal Gizi dan Pangan*, 8(3), p. 177. doi: 10.25182/jgp.2013.8.3.177-180.
- Salem, Y. H. A. *et al.* (2013) 'Effect of Nutritional Status on Growth Pattern of Stunted Preschool Children in Egypt', *Academic Journal of Nutrition*, 2(1), pp. 1–09. doi: 10.5829/idosi.aj.n.2013.2.1.7466.
- WHO (2010) *Nutrition Landscape Information System (NLIS) country profile indicators: interpretation guide*. WHO.